

MÉTRORANDO

Randonner dans la plaine de
Reymure et la montagne d'Uriol

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE 2019



RENDEZ-VOUS

PARC BEYLIER

Rue Charles Beylier / Varcès-Allières-et-Risset.
Stationnement possible dans les rues alentours.

STATIONNEMENT

SUR LE PARKING DE L'ORIEL

CONTACT

Tél. 04 57 04 35 98
lametro.fr/sentiers

POUR S'Y RENDRE

- LIGNE TAG FLEXP 25.
Infos : tag.fr/61-lignes.htm
- PENSEZ AU COVOITURAGE
Infos : movici.auvergnhonealpes.fr
(site gratuit)

DECATHLON
Saint-Égrève

**Saint-Paul**
de Varcès

**VILLE DE**
vif

**VARCES**
Allières et Risset

**GRENOBLE ALPES**
MÉTROPOLE

**GRENOBLE ALPES**
MÉTROPOLE

MÉTRORANDO

La grande randonnée automnale de la Métropole



Randonner dans la plaine de
Reymure et la montagne d'Uriol

DIMANCHE 29
SEPTEMBRE 2019

Départ : commune de
VARCES-ALLIÈRES-ET-RISSET
Parc Beylier

INSCRIPTION
GRATUITE
ET OBLIGATOIRE
sur place
de 8 h à 10 h 30

RENSEIGNEMENTS :
Tél. 04 57 04 35 98
www.lametro.fr/sentiers

3 PARCOURS ADAPTES A TOUS LES NIVEAUX

Le départ sera donné au parc Beylier (point D/A). Le début de la randonnée s'effectuera sur un itinéraire commun aux 3 parcours jusqu'au ravitaillement 1 (R1).

GRAND PARCOURS A

Longueur: 24 km

Dénivelé positif: 900 m

Durée de marche effective: 7h15

Niveau de difficulté: très bon marcheur

PRÉVOIR IMPÉRATIVEMENT
UN DÉPART AVANT 8H45.

À partir de 10 heures au R1, il ne sera plus possible de partir sur le grand parcours.

Les randonneurs quitteront le Parc Beylier pour gagner la montagne du Petit Rochefort où ils emprunteront un chemin montant à mi-pente avant de redescendre sur le hameau du Grand Rochefort. Ils traverseront la plaine pour gagner la bordure du torrent « La Gresse » au niveau de Berglionnière. Les 3 parcours longeront « La Gresse » jusqu'au ravitaillement (R1) commun à tous les parcours. Le grand parcours prendra ensuite le chemin menant au « Gros Chêne » par la plaine de Reymure et empruntera le chemin de la digue du Drac jusqu'à « Chasse Barbier » où sera installé le ravitaillement (R2). Les randonneurs traverseront ensuite le hameau de « La Santon » avant de grimper sur le petit Brion et redescendre sur le Hameau de « La Rivoire ». Ils traverseront VIF pour atteindre le pied de la montée d'Uriol point de jonction avec le moyen parcours à quelques encablures du pont de la Gresse (altitude 310 mètres). Le grand et le moyen parcours emprunteront à partir de cette jonction le même itinéraire jusqu'à l'arrivée. Après une montée de 400 mètres de dénivelé, les randonneurs atteindront le ravitaillement (R3) avant d'achever la montée finale sur les crêtes d'Uriol (altitude 800 mètres). Une fois sur les crêtes, les randonneurs descendront sur Saint-Paul-de-Varces jusqu'à l'intersection « La Lampe » et bifurqueront sur la droite sur le chemin dit de « Sous la roche » pour revenir sur la commune de Varces Allières et Risset par l'allée des Platanes avant de regagner le Parc Beylier.

MOYEN PARCOURS B

Longueur: 18 km

Dénivelé positif: 750 m

Durée de marche effective: 6h

Niveau de difficulté: bon marcheur

Le parcours moyen est identique au grand jusqu'à R1.

Au départ du (R1), les randonneurs traverseront « La Gresse » et prendront sur leur gauche le chemin de la digue qu'ils parcourront sur environ 3,5 km. À une centaine de mètres du pont de la Gresse à VIF, les randonneurs regagneront le grand parcours au pied de la montée d'Uriol. À partir de cette jonction, le parcours moyen sera identique au grand jusqu'à l'arrivée.

PETIT PARCOURS C

Longueur: 6 km

Dénivelé positif: 120 m

Durée de marche effective: 2h

Niveau de difficulté: facile

Le départ du petit parcours est identique aux grand et moyen jusqu'au R1.

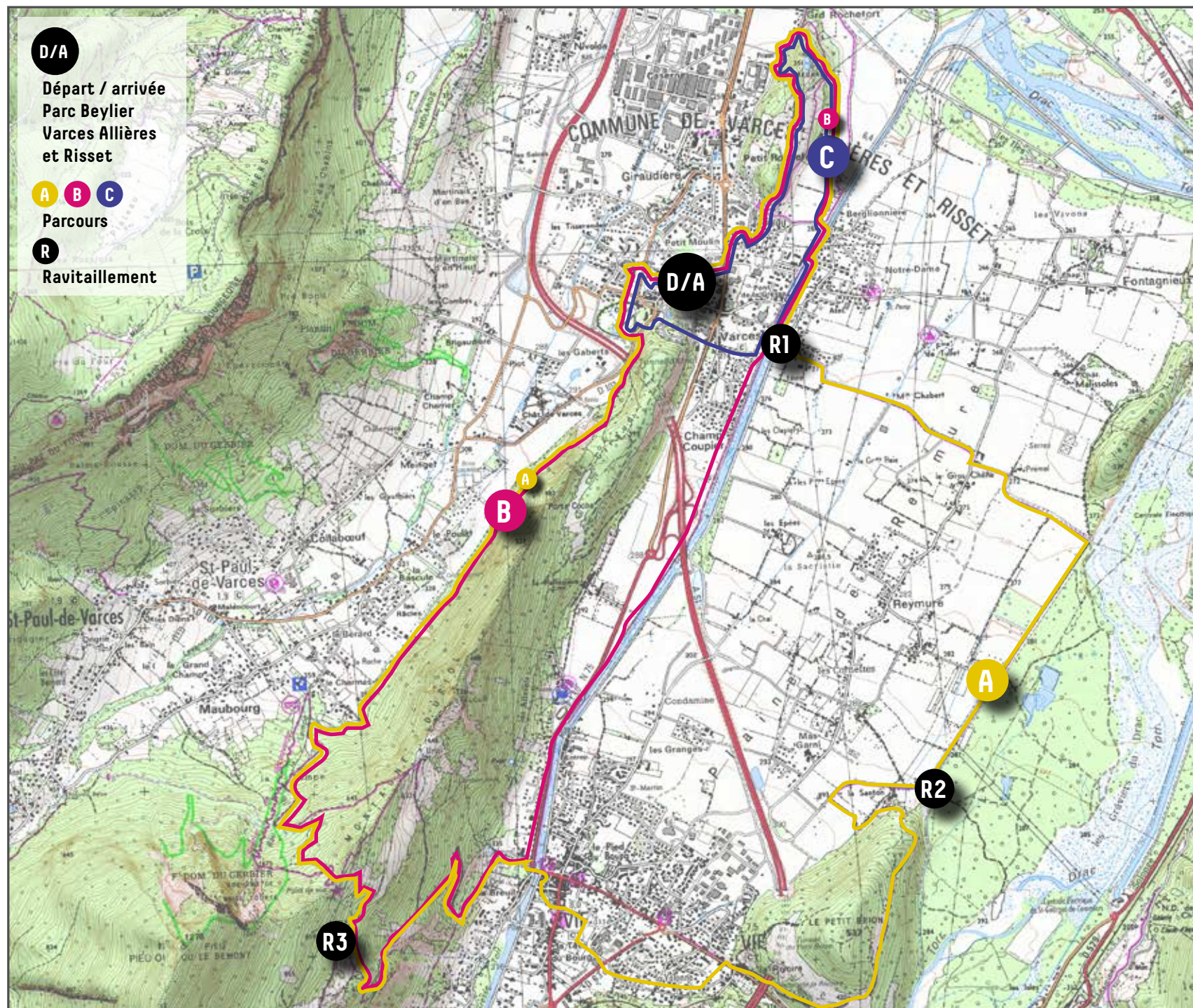
Après le (R1), les randonneurs traverseront « La Gresse » et prendront sur leur gauche le chemin de la digue, avec les randonneurs du moyen sur environ 150 mètres. Ensuite, ils prendront sur leur droite le « chemin de l'Étroit » jusqu'à la départementale 1075 qu'ils traverseront pour regagner la rue « Jean Jaurès », la rue « du Vercors » et la rue « des Glières » pour regagner l'allée des platanes point de jonction avec les grand et moyen parcours. La fin du parcours s'effectuera par un itinéraire commun à tous les parcours.

RAPPELS

Le ravitaillement ne constitue pas un repas, mais seulement une collation. Pour les parcours A et B ne pas oublier son pique-nique tiré du sac.

L'activité de randonnée nécessite d'être bien chaussé. Prévoir des vêtements chauds et imperméables (en fonction de la météo).

Surtout ne pas surestimer ses capacités.



INSCRIPTION

Nombre de participants:

Nom (s):

*Prénom (s):

Âge (s):

Adresse:

Code postal:

Ville:

Tél:

Courriel:

Parcours choisi:

Grand parcours Moyen parcours Petit parcours

Comment avez-vous connu les randonnées ?

Presse Internet Autres

préciser:

Comment êtes-vous venu ? :

Je déclare (nous déclarons) ne pas avoir de contrainte ou de contre-indication médicale pour participer à cette manifestation sportive.

Date:
Signature:

* Si l'inscription n'est pas individuelle, bien nommer toutes les personnes participant à cette manifestation, ainsi que les âges. Les données personnelles recueillies sur ce document ne sont utilisées par la Métropole qu'à des fins statistiques.