

MÉTRORANDO

La randonnée de la Métropole



Randonnez sur les contreforts de Belledonne

DIMANCHE 2 OCTOBRE 2022

DÉPART : VÉLODROME D'EYBENS de 8 h à 10 h 30

3 circuits différents proposés sur les communes de : Eybens, Brié et Angonnes, Poizat, Saint-Martin-d'Hères, Gières, Herbeys et Saint-Martin-d'Uriage.

RENSEIGNEMENTS : tél. 04 56 58 53 66 • grenoblealpesmetropole.fr/sentiers



« 3 circuits proposés aux randonneurs qui emprunteront des sentiers balisés sur les communes d'Eybens, de Brié et Angonnes, de Poisat, de Saint-Martin-d'Hères, de Gières, de Herbeys et de Saint-Martin-d'Uriage. »

IMPORTANT

Dans un contexte de limitation des déchets, tous les randonneurs s'engagent à disposer de gourdes adaptées au parcours choisi. Ces gourdes pourront être remplies au niveau des rampes à eau disposées au point de départ et aux ravitaillements.

ATTENTION

Aucune bouteille ne sera distribuée aux participants lors de cette manifestation.

PARCOURS GRAND

A

Longueur : 18 km

Dénivelé positif : 750 m

Durée de marche effective : 5h

Niveau de difficulté : assez difficile

Attention ! À partir de 9h30, il ne sera plus possible de partir sur le grand parcours

Le départ sera donné au vélodrome d'Eybens.

Partir sur le sentier de montée en direction du parc du château, le traverser pour ressortir à la croix d'Eybens. Puis, poursuivre sur le chemin en direction de Romage jusqu'au lieu-dit « Les Verdelettes », prendre à gauche en direction du Bigot. Ensuite, prendre à droite la route du Bigot sur 400m et s'engager à droite sur le chemin qui longe les prairies jusqu'à la D112. Prendre ensuite à droite la D112 sur 200m et monter à gauche le chemin menant au col du Gourlu ou sera installé le premier ravitaillement commun à tous les parcours **R1**. Ensuite, redescendre le col en direction du Murier jusqu'au lieu-dit « Les Combettes ». Prendre à droite le chemin de Villeneuve sur 2,3km jusqu'au « Bois du Fournet ». Prendre à droite le chemin en direction de Romage. À la traversée de la D112, prendre le chemin en face « De Romage à la montagne » et poursuivre jusqu'au Hameau de Romage. Dans le Hameau, prendre à droite le chemin en direction d'Eybens. Descendre de 150m pour atteindre le ravitaillement pique-nique **R2**. Après le pique-nique (tiré du sac) vous remonterez jusqu'au hameau de Romage et prendrez sur la droite le chemin de Romage. Quelques dizaines de mètres plus loin, à droite le Chemin Pragnier en direction des Angonnes. Au débouché du chemin des vignes sur la Route des Angonnes, prendre à droite et restez sur le trottoir et traversez la route sur le passage protégé pour atteindre le cimetière et la Chapelle des Angonnes. Passer le long du parking et prendre ensuite à gauche le chemin de l'oratoire et le descendre jusqu'à la route des Angonnes. Prendre à gauche et longer sur le trottoir la route des Angonnes sur 250m et traverser pour rejoindre le chemin Bouvier sur votre droite. Prendre ensuite à gauche le chemin du Lavoir jusqu'à la route Napoléon. Traverser au niveau du bassin et prendre en face la route de Montavie. Suivre la route de Montavie en

direction de « La Grimpée » et des « Grandes Treilles » ou il faudra prendre le chemin à droite en direction des « Flandrins ». Prendre ensuite à droite la direction « Les Arcelles ». Poursuivre sur la droite en direction de « La Tonnellerie ». Continuer sur la gauche le chemin en direction d'Eybens « Anselme Bonneton ». Prendre ensuite à droite sur la rue des Pellets puis la rue de la Tuilerie sur la gauche. Descendre cette rue et prendre à droite la Rue de la République. Pour finir, vous dirigez sur la gauche en direction de l'Avenue des Maquis de l'Oisans, traverser le rond-point et regagner le vélodrome, point de départ/arrivé **D/A**.

PARCOURS MOYEN

B

Longueur : 14 km

Dénivelé positif : 650 m

Durée de marche effective : 4h

Niveau de difficulté : moyen

Le parcours moyen est identique au grand parcours jusqu'au point de ravitaillement R2.

Après le pique-nique tiré du sac, continuez la descente entre les prairies en direction d'Eybens. Au bout des prairies, poursuivre le chemin en sous-bois jusqu'au lieu-dit « Les Verdelettes ». Poursuivre tout droit la descente en direction du « camp de Poisat » et de « La croix d'Eybens ». Entrer dans le parc du château et redescendre au Vélodrome par le même itinéraire qu'à la montée et regagner le vélodrome, point de départ/arrivé **D/A**.

PARCOURS DÉCOUVERTE

C

Longueur : 9 km

Dénivelé positif : 370 m

Durée de marche effective : 3h

Niveau de difficulté : facile

L'itinéraire du parcours découverte est commun avec les grand et moyen parcours jusqu'au ravitaillement 1

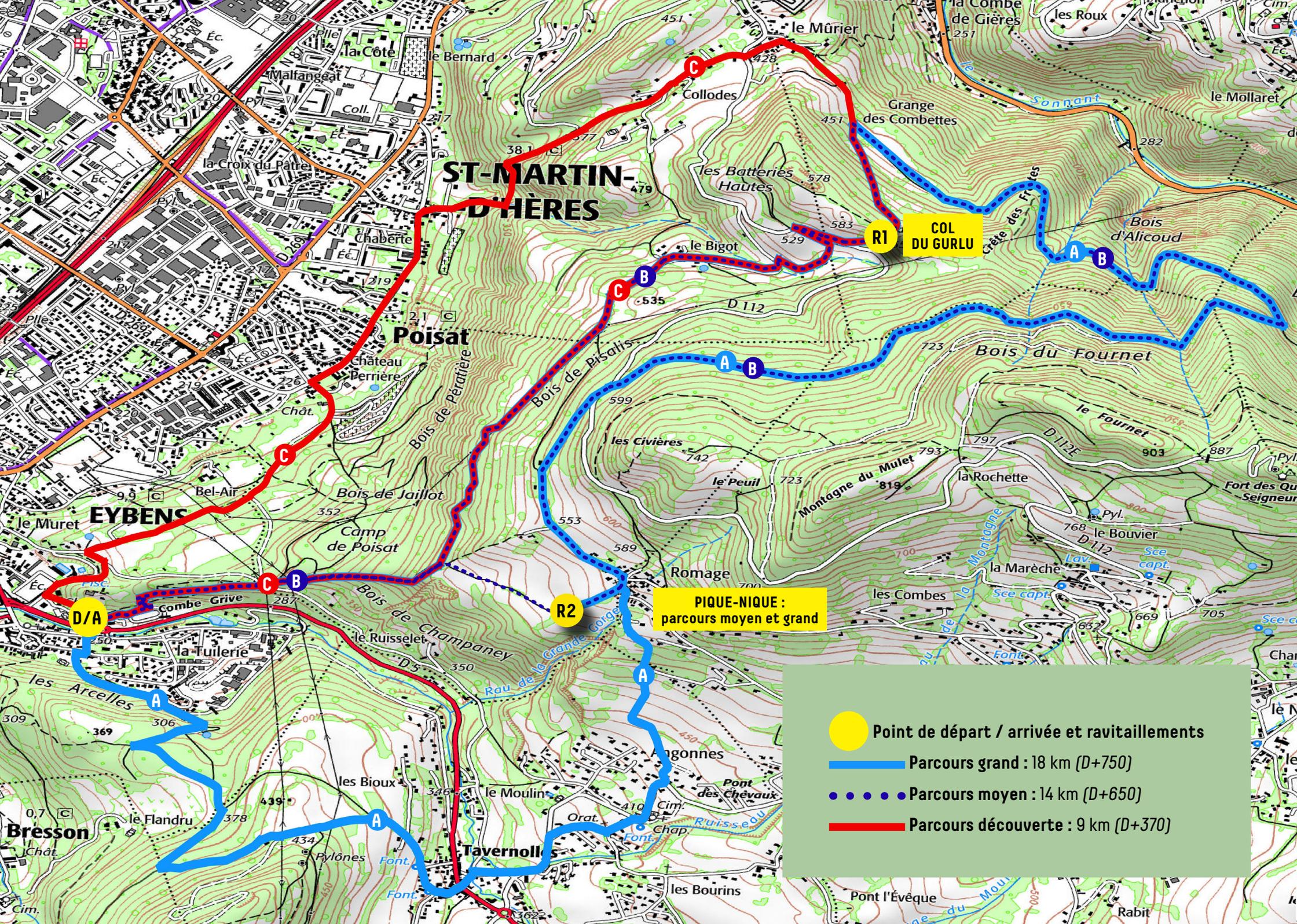
Pour ce parcours possibilité de manger le pique-nique (tiré du sac) dans la prairie située aux abords du point de ravitaillement **R1**. Ensuite,

descendre jusqu'au lieu-dit « Les Combettes » et poursuivre sur la gauche chemin de Villeneuve jusqu'à la route des Maquis au niveau du hameau du Murier. Poursuivre ensuite tout droit la rue du 4 janvier 1944. « Aux Collodes », continuer tout droit encore 400m et prendre sur la gauche le sentier de la cascade. À l'arrivée sur la rue du souvenir, prendre à droite et descendre jusqu'à Saint-Martin-d'Hères Village. Au feu tricolore, prendre à gauche la Rue Antoine, poursuivre sur la rue Pierre Mendès France jusqu'au lieu-dit « Prémol » sur la commune de Poisat. Prendre sur votre gauche la rue de l'ancienne mairie, porte d'entrée du parc Hubert Dubedout. Monter jusqu'au parking du cimetière intercommunal et poursuivre la piste en direction du « Muret ». Continuer tout droit la piste sur 130m et prendre ensuite à droite. Puis, s'engager sur ce chemin en sous-bois et prendre ensuite à droite le cheminement étroit qui longe la clôture du centre aéré de la maison des collines. Le cheminement s'élargit avant de sortir sur la rue Paul Mistral. Aller tout droit puis prendre à gauche à l'intersection suivante. Prendre à droite sur la rue du château, passer le parking de la piscine et prendre à gauche au niveau de « La Bélinière », passer à côté des tennis et regagner le vélodrome, point de départ/arrivé **D/A**.

RAPPEL

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.



ST-MARTIN-D'HÈRES

Poizat

EYBENS

Tavernolles

COL DU GURLU

**PIQUE-NIQUE :
parcours moyen et grand**

-  Point de départ / arrivée et ravitaillements
-  Parcours grand : 18 km (D+750)
-  Parcours moyen : 14 km (D+650)
-  Parcours découverte : 9 km (D+370)



RENDEZ-VOUS

DÉPART DU VÉLODROME DE 8 H À 10 H 30

- Avenue des Maquis de l'Oisans - Eybens

**INSCRIPTION EN LIGNE OBLIGATOIRE.
AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE**

CONTACT

Tél. 04 56 58 53 66

lametro.fr/sentiers



POUR S'Y RENDRE

• **ACCÈS TAG**, depuis *Grenoble Victor Hugo* :
ligne C4 - Arrêts «Le Verderet»

• **ACCÈS VOITURE**, le stationnement s'effectuera
sur les parkings de la piscine et du stade Charles Piot.

• **PENSEZ AU COVOITURAGE :**

movici.auvergnhonealpes.fr/

