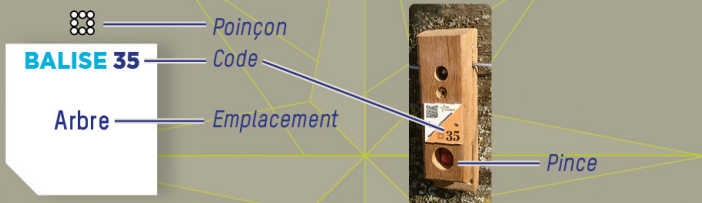


DÉCOUVREZ LES 3 PARCOURS PROPOSÉS AU DÉPART DE ST-JEAN D'AVELANNE

COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1- Orienter la carte et repérer le départ.
- 2- Choisir un itinéraire pour aller du départ à la balise 1.



- 3- Utiliser la pince pour poinçonner.
- 4- Continuer vers les balises suivantes en respectant l'ordre.

Bonne découverte !

Office de Tourisme Les Vals du Dauphiné
www.tourisme-valsdu-dauphine.fr
04 76 32 11 24
tourisme@valsdu-dauphine.fr

LES VILLAGES DES TROIS SAINTS

PARCOURS VERT : très facile

4 SAISONS | DIST. : 5,5 KM | DÉNIV. : +80M | DURÉE : 45 MIN À 1H30 | 5 BALISES

PARCOURS BLEU : facile

4 SAISONS | DIST. : 13 KM | DÉNIV. : +170M | DURÉE : 1H À 2H | 9 BALISES

PARCOURS ROUGE : moyen

4 SAISONS | DIST. : 16 KM | DÉNIV. : +310M | DURÉE : 1H30 À 3H | 13 BALISES

RECOMMANDATIONS

Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer la course d'orientation sur cet espace :

- Avant de partir, vérifiez votre équipement, prenez de quoi vous hydrater.
- Privilégiez le port du casque pour votre propre sécurité et soyez visible.
- Respectez la réglementation routière lors de vos déplacements en VTT.
- Respectez la propriété privée et les différents usages (agricoles, exploitations forestières, chasse...).
- Restez sur les sentiers et ne coupez pas à travers champs.
- Veillez à ne pas stationner votre VTT sur la route et les chemins.
- Ne laissez aucun déchet au sol, utilisez les poubelles prévues à cet effet.

■ **SECOURS** : En cas de danger, **appelez le 112** et donnez la position exacte de l'accidenté.



L'application Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez quand vous pratiquez un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation, conflit d'usage...), n'hésitez pas à l'utiliser.

SITES ÉQUIPÉS DE PARCOURS PERMANENTS D'ORIENTATION



Toutes les activités outdoor de l'Isère
sont accessibles depuis **ISÈRE
OUTDOOR**
Application mobile téléchargeable sur



PLUS D'INFOS SUR LA COURSE D'ORIENTATION EN ISÈRE, SUR LE SITE :
COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION www.cdco38.fr

ALPES
IS HERE



PARCOURS D'ORIENTATION RANDO - TRAIL - VTT

À LA DÉCOUVERTE
DES VILLAGES DES
TROIS SAINTS

BALISE 71
Coude du chemin

BALISE 68
Angle du champ

BALISE 70
Croisement de chemin

BALISE 69
Angle de la zone boisée

BALISE 59
Tour

BALISE 67
Jonction route/chemin

BALISE 63
Coude du chemin

BALISE 65
Coude du chemin

BALISE 64
Angle de la zone boisée

BALISE 66
Croisement de chemin

BALISE 62
Croisement de route

BALISE 60
Coté Est de l'église

BALISE 61
Croisement de chemin

BALISE 71
Coude du chemin

PARCOURS BLEU

Niveau en orientation : facile
Accès : 4 Saisons | Distance : 13 Km
Durée : 1h à 2h | Dénivelé : +170m | 9 balises
Pensez à vérifier vos pictogrammes

PARCOURS VERT

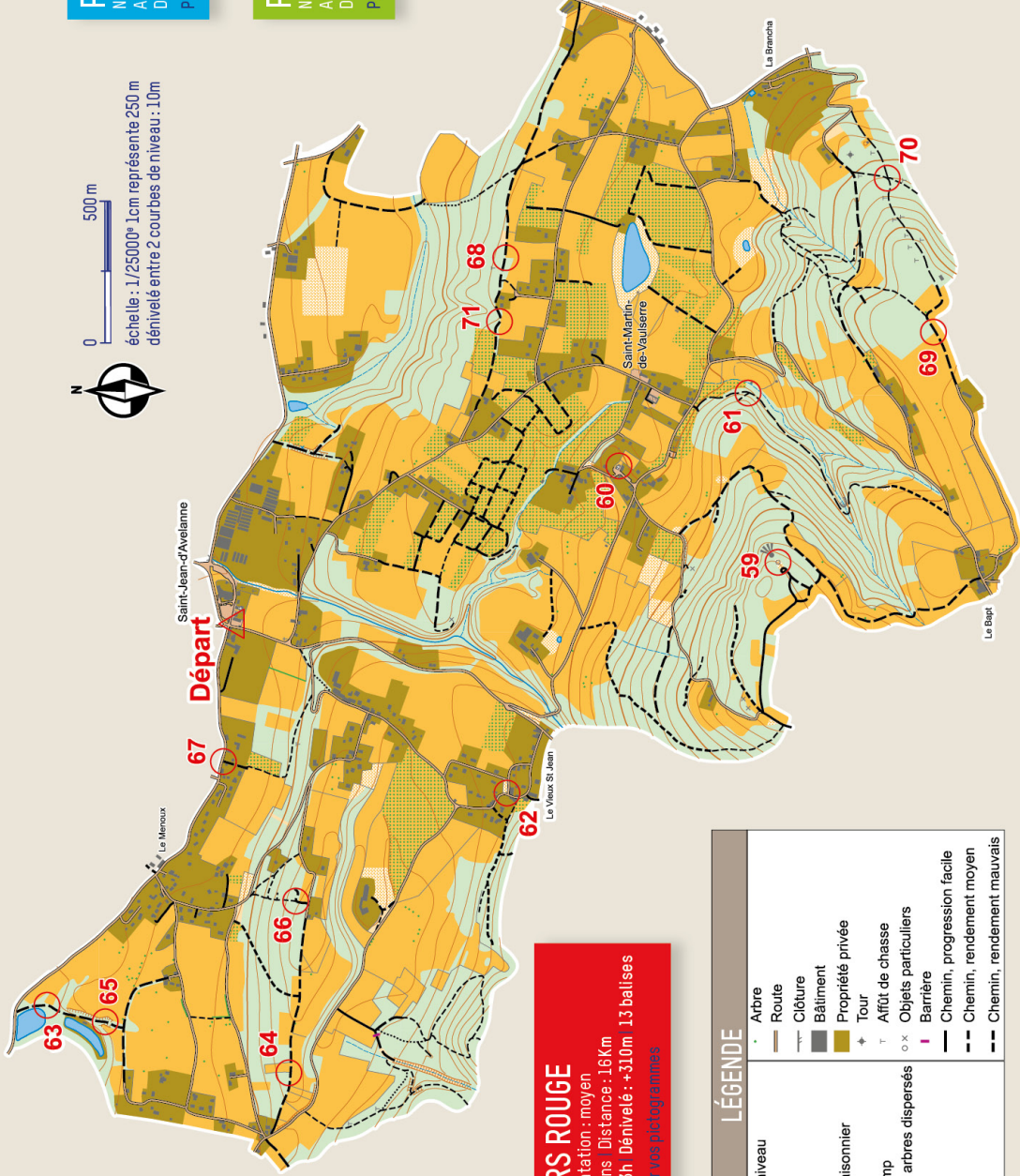
Niveau en orientation : très facile
Accès : 4 Saisons | Distance : 5,5 Km
Durée : 45min. à 1h30 | Dénivelé : +80m | 5 balises
Pensez à vérifier vos pictogrammes

PARCOURS ROUGE

Niveau en orientation : moyen
Accès : 4 Saisons | Distance : 16 Km
Durée : 1h30 à 3h | Dénivelé : +310m | 13 balises
Pensez à vérifier vos pictogrammes

LÉGENDE

Courbe de niveau	Arbre
Falaise	Route
Plan d'eau	Clôture
Ruisseau	Bâtiment
Ruisseau saisonnier	Propriété privée
Réservoir	Tour
Prairie, champ	Affût de chasse
Prairie avec arbres dispersés	Objets particuliers
Clairière	Barrière
Forêt	Chemin, progression facile
Haine	Chemin, rendement moyen
Verger	Chemin, rendement mauvais



Carte de course d'orientation 2016 / La reproduction de l'ensemble des supports cartographiques est autorisée pour l'usage unique de ce parcours permanent d'orientation et à l'exclusion de tout autre usage. Cet équipement a été mis en place avec l'assistance technique de la Ligue Auvergne Rhône Alpes de course d'orientation / Edition 2024.

LES TROIS SAINTS

SAINT-JEAN-D'AVELANNE
SAINT-MARTIN-DE-VAULSERRE
SAINT-ALBIN-DE-VAULSERRE



BALISE 67
Jonction route/chemin

BALISE 63
Coude du chemin

BALISE 65
Coude du chemin

BALISE 64
Angle de la zone boisée

BALISE 66
Croisement de chemin

BALISE 62
Croisement de route

BALISE 60
Coté Est de l'église

BALISE 61
Croisement de chemin

BALISE 67
Jonction route/chemin