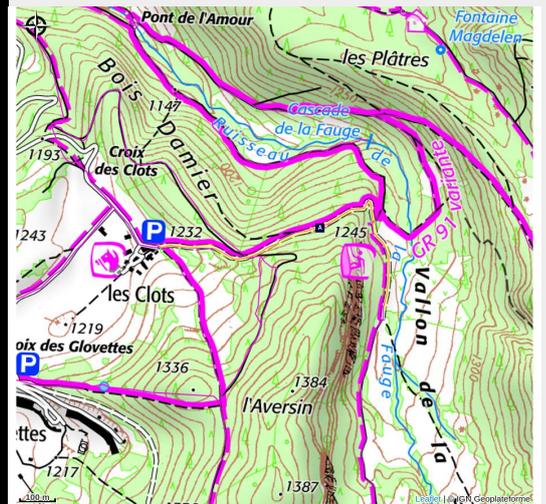
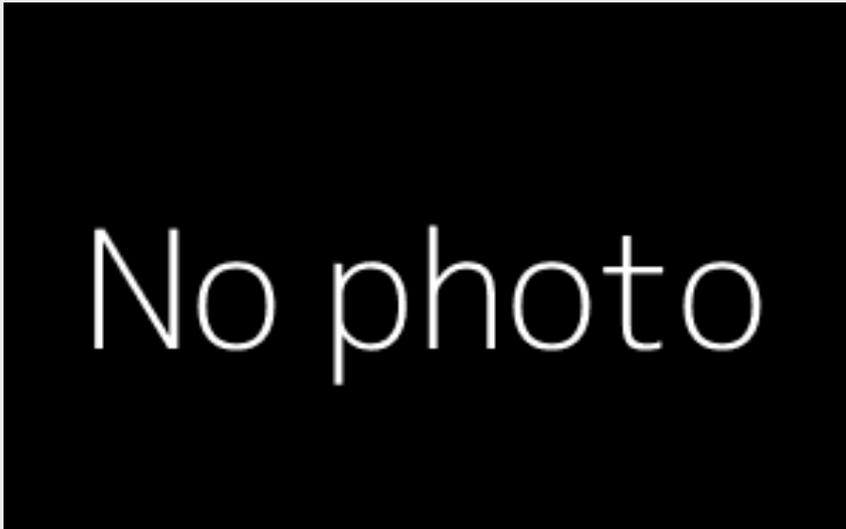


Marche d'approche site d'escalade de la Fauge

4 Montagnes

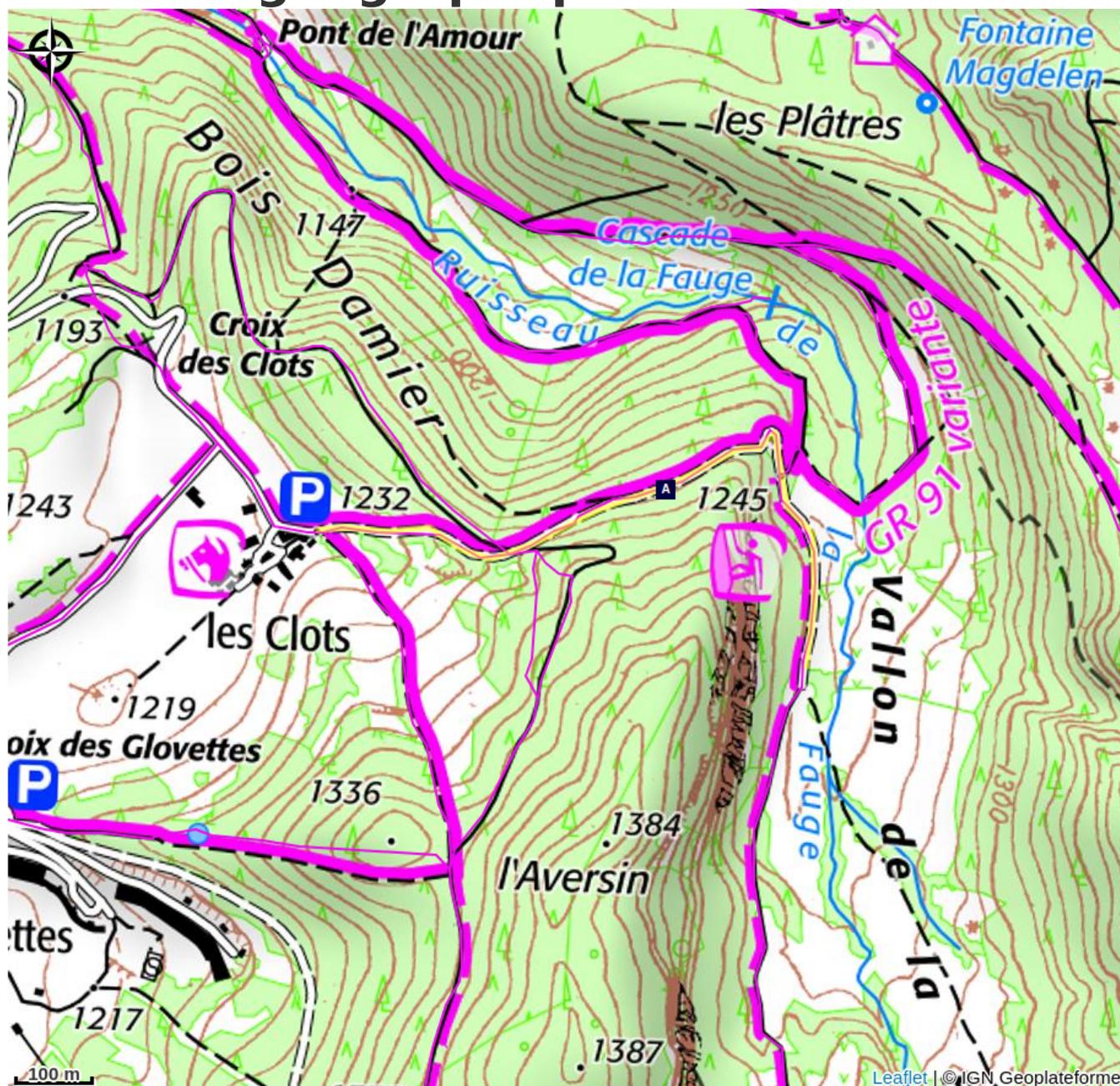


Du parking, prendre le sentier qui part en direction du vallon de la Fauge puis rejoindre le site en direction du Sud.

Infos pratiques

Pratique : Escalade

Situation géographique



 Entrainement des athlètes (A)

 Cascade de la Fauge (B)

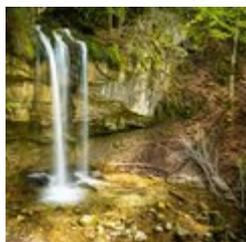
Toutes les infos pratiques

Sur votre chemin...



Entraînement des athlètes (A)

Le vallon de la Fauge est un lieu régulier d'entraînement pour les athlètes du Vercors. "Lors des chaudes journées estivales, durant lesquelles l'essentiel du volume annuel d'entraînement est effectué par les biathlètes, nous avons souvent des séances d'entraînement longues à faire. L'objectif n'est pas la recherche de la performance mais uniquement de faire fonctionner le corps longtemps à basse intensité afin que se développe tout le réseau capillaire, que se multiplient les mitochondries etc... Afin d'allier le tir dans ces journées d'entraînement, il m'arrive parfois de demander l'assistance d'un coach pour emmener mon matériel à Corrençon, sur le stand de tir et de l'y retrouver à l'aide d'un moyen d'entraînement." Marie Dorin-Habert



Cascade de la Fauge (B)

Petite cascade forestière, esthétique et facile d'accès.

Crédit photo : M.Rocheblave