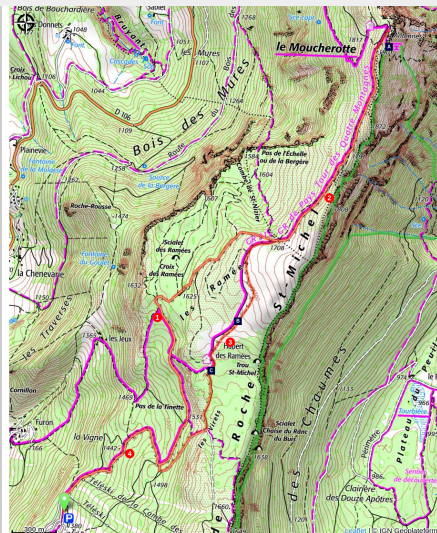


# Le Moucherotte

4 Montagnes - Lans-en-Vercors



Au sud du Moucherotte (S.M Booth)



*Itinéraire emblématique pour les Grenoblois. La vue du Moucherotte est magnifique. Une des plus belles vues sur Grenoble et ses environs.*

Cet itinéraire emprunte des routes forestières larges à travers des paysages très ouverts. À l'aller, vous contournez le plateau des Ramées, tandis qu'au retour vous le traversez. À tout moment les paysages sont à couper le souffle.

## Infos pratiques

---

Pratique : Nordique

---

Durée : 3 h 30

---

Longueur : 10.6 km

---

Dénivelé positif : 556 m

---

Difficulté : Moyen

---

Type : Aller-retour

---

Thèmes : Point de vue, Sommet

---

Accessibilité : pulka

---

# Itinéraire

Départ : Stade de neige de Lans-en-Vercors

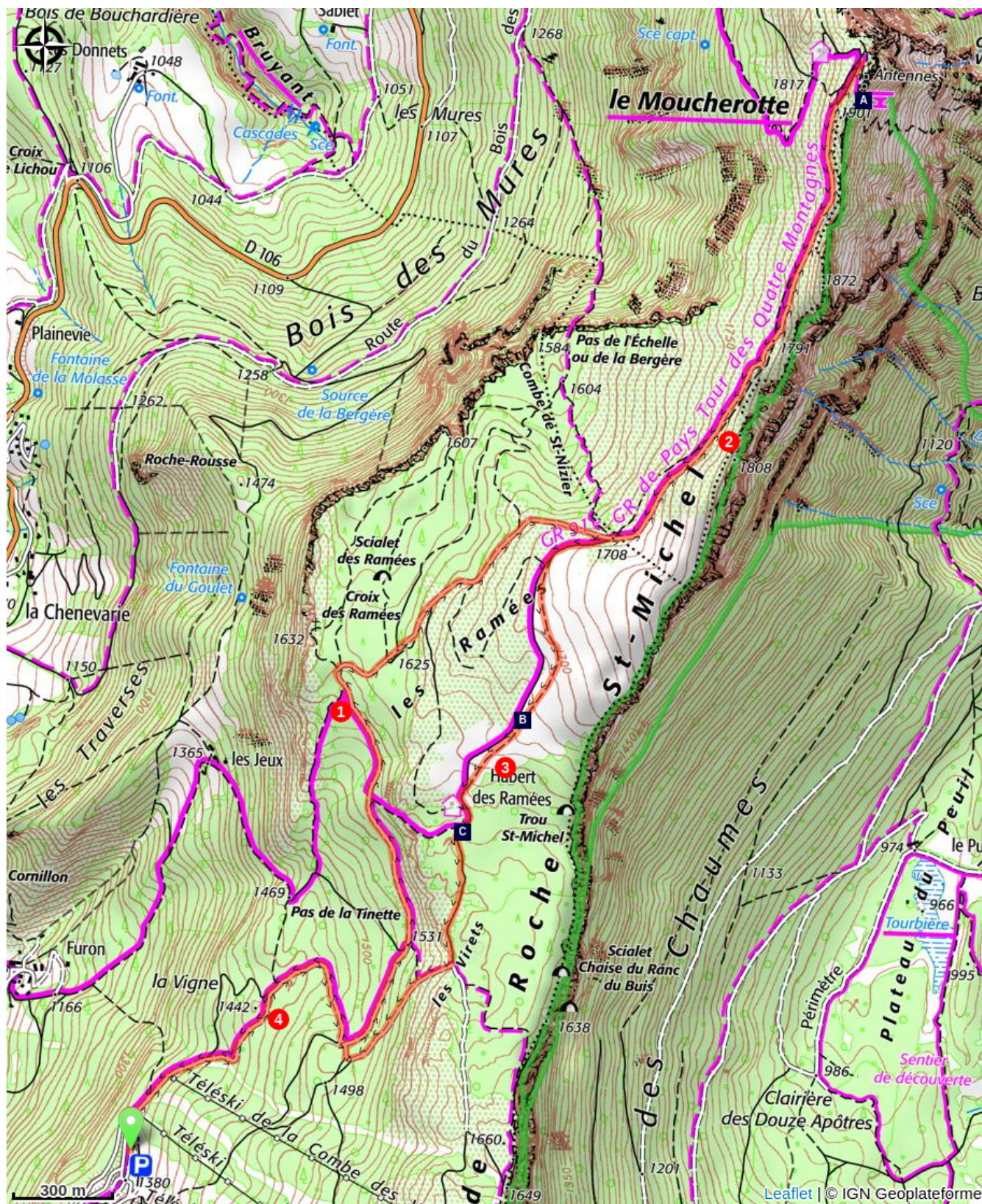
Arrivée : Stade de neige de Lans-en-Vercors

Balisage :  GR  GTV à pied  PR

1. Du parking de **La Sierre**, prendre la direction du **Moucherotte** (direction nord). Atteindre trois téléskis. Au télésiège « Combe des Virets », suivre le GR® (peinture rouge et blanche sur les arbres). Après 15 minutes, prendre la piste de droite (GR®). On atteint en 25 minutes **Sous les Virets** (1530 mètres - itinéraire de la GTV été et du GR®). Laisser le chemin de droite. Après 40 minutes, on atteint **Les Ramées** (1605 mètres - GR® 91 et le GR® de Pays tour des 4 montagnes). Continuer pour le **Merdaret** (1645 mètres). Laisser à droite le chemin qui mène à l'abri des Ramées (environ 15 minutes). Après une heure de ski, on atteint la **Combe de Saint-Nizier** (1700 mètres). On aperçoit au loin, le long de la ligne de crête, le sommet du Moucherotte.
2. Laisser à droite le chemin et continuer en direction du **Moucherotte**. Longer la ligne de crête pendant 20 minutes puis atteindre le sommet par une courte mais rude montée.  
Descendre en suivant l'itinéraire de montée.
3. Après 30 minutes de descente, de retour à la **Combe de Saint-Nizier**, prendre à gauche. Après le panneau, suivre la direction sud en restant dans la partie non boisée. On atteint en 10 minutes **l'Habert des Ramées** (1620 mètres).
4. Du refuge, continuer en direction du sud pour descendre tranquillement jusqu'à l'itinéraire de montée. Rejoindre le **parking de la Sierre**.



# Sur votre chemin...



Sommet du Moucherotte (A)  
Habert des Ramées (C)

Le plateau des Ramées (B)



# Toutes les infos pratiques

## ⚠️ Recommandations

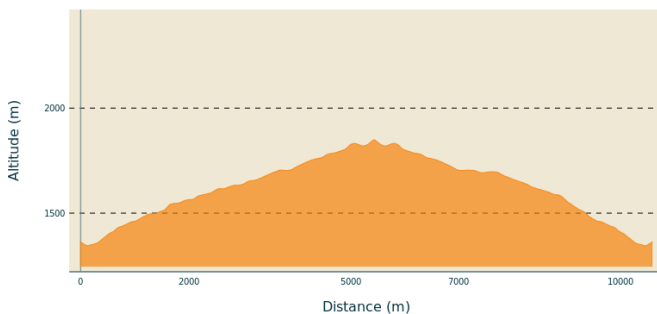
Cet itinéraire ne comporte pas de difficulté. Le skieur devra simplement maîtriser les techniques de descente. Attention le sommet du Moucherotte est en bord de falaise

### [Plus d'informations sur la randonnée nordique](#)

La randonnée nordique est une pratique respectueuse et responsable. Avant de vous élaner sur le terrain, formez vous.

**Attention**, la cheminée de l'abri Habert des Ramées dysfonctionne, le conduit ne permettant pas d'évacuer correctement les gazs et fumées. **Ne pas l'utiliser dû au risque d'intoxication !**

## Profil altimétrique



Altitude min 1345 m  
Altitude max 1849 m

## Transports

### En train :

[Gare Sncf de Grenoble](#)

### En Bus:

- **En Skiligne** : offre de navette au départ de Grenoble avec un billet seul (11,15€) ou combiné au forfait ski de piste ou nordique - 21.00€ le forfait journée nordique + le transport aller-retour entre Grenoble et Lans en Vercors. Départ depuis la gare routière de Grenoble, arrivée au pied des pistes des Montagnes de Lans à Lans en Vercors.

Infos et réservations sur le site

[Transaltitude/Skiligne](#)

- **Avec la navette gratuite** : Depuis Grenoble prendre les cars Région [ligne T64](#) ou [T65](#) jusqu'à Lans en Vercors. Puis rejoindre la station via une [navette gratuite](#) :

Au départ du village de Lans (8 arrêts dans le centre du village et les hameaux les plus proches), une [navette gratuite](#) fait la liaison jusqu'aux Montagnes de Lans, permettant de relier le domaine alpin des Montagnes de Lans et le domaine nordique des Allières.

Le calculateur d'itinéraire multimodal OÙRA vous donne accès à toutes les correspondances entre les trains régionaux, transports urbains et ligne de bus départementale : <https://www.oura.com/> ↵

### En Autostop :

Possibilité d'aller et/ou retour en autostop avec Rezo Pouce sur Lans-en-Vercors et Grenoble (retrouvez la carte des arrêts sur [www.rezopouce.fr](http://www.rezopouce.fr)) ↵

↵

### En covoiturage :

Proposez ou réservez votre covoiturage avec la plateforme régionale [Mov'ici](#).

## Accès routier

Depuis Grenoble, prendre la route D106 en direction de Saint-Nizier-du-Moucherotte.

Continuer sur la D106 en direction de Lans-en-Vercors. Avant le village, au lieu-dit « Les Bernards » prendre à droite, et suivre la route jusqu'au stade de neige. Se garer sur le parking « La Sierre » 1 400 mètres.

## Parking conseillé

Parking de la Sierre

## **Lieux de renseignement**

OTI 4M - Bureau d'information de  
Lans-en-Vercors  
246 avenue Léopold Fabre, 38250  
Lans-en-Vercors  
info.lansenvercors@otivercors.com  
Tel : 04 76 95 42 62  
<https://www.vercors-experience.com/>

# Sur votre chemin...

---



## Sommet du Moucherotte (A)

Du haut de ses 1901 mètres, ce sommet offre une vue imprenable sur les Alpes et la vallée de Grenoble. Pour mieux vous repérer dans les massifs environnants, une table d'orientation est à votre disposition sur le sentier. Vous trouverez également sur votre chemin un radar de Météo-France. Installé en 2014, celui-ci peut mesurer les précipitations et le vent dans un rayon de 50 kilomètres. Jusqu'en 2001, on pouvait aussi voir se dresser sur le Moucherotte l'hôtel Ermitage, établissement de luxe ayant accueilli notamment Brigitte Bardot, Dalida et Charles Aznavour. Abandonné depuis 1974 faute de rentabilité, l'hôtel était relié à Saint-Nizier par un téléphérique. Il ne subsiste de celui-ci qu'un seul pylône, désormais utilisé par le parcours aventure du village.

Crédit photo : V. Giry

---



## Le plateau des Ramées (B)

Le plateau des Ramées, par son alternance de zones boisées et d'alpages, est un milieu riche et diversifié propice au tétras-lyre. Vous pouvez les entendre roucouler, mais ne cherchez pas à les voir et surtout restez sur les chemins, car cette espèce remarquable est très sensible au dérangement. Ce vaste alpage fleuri était occupé l'été par des vaches, mais depuis quelques années les moutons ont pris le relais (n'oubliez pas de bien contourner le troupeau).

Crédit photo : M. Rocheblave

---



## Habert des Ramées (C)

Le habert ou abri des Ramées est ouvert au public et non gardé pour s'abriter ou passer une nuit. La capacité maximum est de 8 couchages.