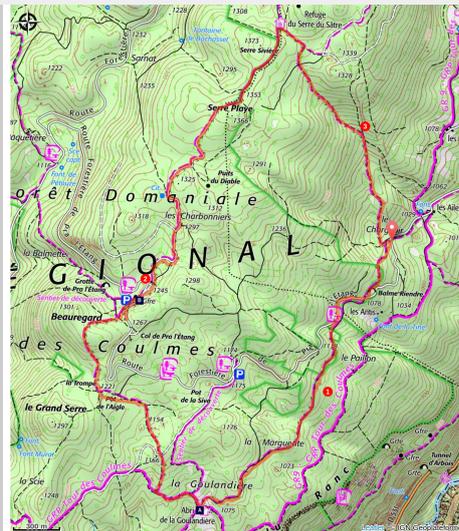


# Le Tour des Coulmes nordique

Royans-Isère-Coulmes - Rencurel



Forêt enneigée (F Da Costa)



## Une randonnée sauvage et forestière idéale pour débuter l'activité

Les Coulmes désignent une partie du Vercors située entre la vallée de l'Isère, les gorges de la Bourne et le val de Rencurel. Le domaine forestier des Coulmes est un fabuleux terrain de randonnée nordique.

Le skieur explore un territoire sauvage alliant nature et culture. Le site de la Goulondière en est une très belle illustration ; magnifiquement situé, il permet de s'enrichir en découvrant le patrimoine de la forêt des Coulmes.

## Infos pratiques

Pratique : Nordique

Durée : 4 h

Longueur : 9.8 km

Dénivelé positif : 502 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Histoire et patrimoine

Accessibilité : pulka

# Itinéraire

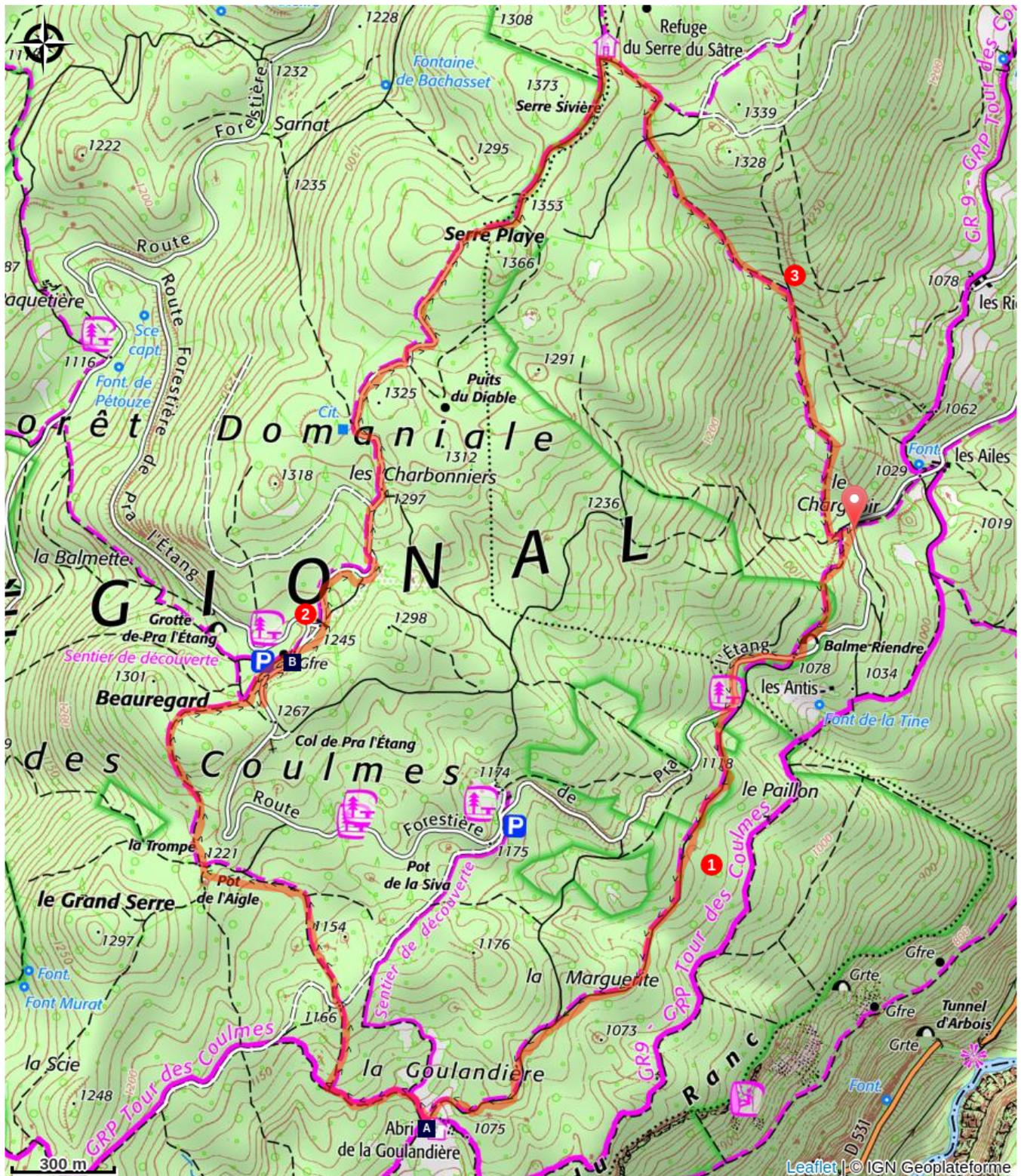
Départ : Carrefour Le Chargeoir

Arrivée : Carrefour le Chargeoir

Balisage :  GR  GTV VTT  PR

1. **Le Chargeoir** (1046 m) est situé sur la route forestière de Pra l'Etang entre le hameau **des Ailes** et le lieu dit **des Antis**. **Du Chargeoir**, avancer jusqu'au carrefour **Les Antis** (1100 m- ruines) prendre à gauche puis suivre le balisage du GR 9 qui file vers l'ancien village **des Antis**. Poursuivre pour rejoindre **l'abri de la Goulandière** (non-gardé) (1065 m) que l'on atteint en moins d'une heure.
2. De **l'Abri de la Goulandière**, continuer en suivant le GR® 9, laisser à droite le sentier qui file sur **la Siva**. Après une centaine de mètres, laisser à gauche la GR® de pays qui rejoint Presles. Poursuivre en direction nord par **Le Haut de la Goulandière, Beauregard** (1255 m) puis **Pra l'Etang** (1245m). Atteindre le **refuge du Serre du Sâtre** (1354 m) situé sur le cheminement du GR® 9.
3. **Du refuge du Serre du Sâtre**, emprunter pendant une centaine de mètres les pistes de ski de fond. Rejoindre **Les Gelinottes** (1340 m). Quitter les pistes tracées et suivre le balisage du GR® jusqu'au **Chargeoir**. Du refuge au Chargeoir, compter environ 30 minutes de descente.

# Sur votre chemin...



La Goulandière (A)

Grotte de Prélétang Sentier de découverte (B)

# Toutes les infos pratiques

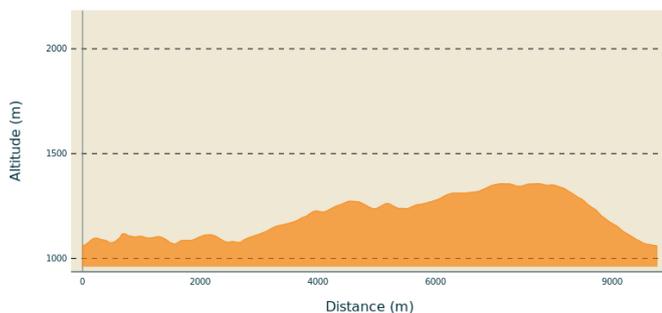
## ⚠️ Recommandations

Cet itinéraire ne comporte aucune difficulté. En fonction de la qualité de la neige, la descente, depuis le refuge du Serre du Sâtre jusqu'au Chargeoir, est délicate (quelques passages rapides en forêt).

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

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

## Profil altimétrique



Altitude min 1060 m  
Altitude max 1357 m

## Transports

Il n'y a pas de transport en commun desservant le hameau des Ailes, point de départ de la randonnée.

## Accès routier

Depuis Villard de Lans, prendre la route des Jarrands (D 531). Poursuivre sur la route qui emprunte le défilé des gorges de la Bourne. Rejoindre Rencurel. A la sortie du village, prendre la route à gauche qui file vers le hameau des Glénats puis vers celui des Ailes. Se garer au « Chargeoir » (terminus de la route en hiver).

Depuis Pont en Royans, prendre les gorges de la Bourne direction Villard de Lans, au hameau de la Balme de Rencurel, prendre à gauche pour rejoindre Rencurel (cf la suite ci-dessus).

Depuis Grenoble vous pouvez aussi emprunter la D35 dit Route des Ecouges, continuez après le col de

Romeyrer, jusqu'à l'entrée de Rencurel. Prendre à l'entrée du village la route à droite qui file vers le hameau des Glénats puis vers celui des Ailes. Se garer au « Chargeoir » (terminus de la route en hiver).

### **Parking conseillé**

Lieu dit Le Chargeoir

### **Lieux de renseignement**

Office de tourisme Saint-Marcellin-  
Vercors-Isère, bureau d'information de  
Pont-en-Royans  
48 Grande Rue, 38680 Pont-en-Royans  
tourisme@saintmarcellin-vercors-  
isere.fr  
Tel : 04 76 385 385  
[http://tourisme.saintmarcellin-vercors-  
isere.fr/](http://tourisme.saintmarcellin-vercors-isere.fr/)

# Sur votre chemin...

---



## La Goulandière (A)

Les ruines de la Goulandière racontent l'histoire d'hommes venus cultiver la terre dans ce hameau perdu au cœur de la forêt des Coulmes, sans aucun point d'eau, comme un défi à la nature. Les maisons sont construites à même la roche, pour ne pas réduire les champs gagnés sur la forêt. La récente réhabilitation du hameau permet d'imaginer cette rude existence. Des circuits thématiques vous invitent à découvrir les modes de vie du Moyen Âge.

Crédit photo : OTSI Pont-en-Royans

---



## Grotte de Prélétang Sentier de découverte (B)

La grotte de Prélétang est le témoin d'occupations humaines et animales remontant à plusieurs dizaines de milliers d'années. En effet, elle a été le repaire d'ours des cavernes, espèce aujourd'hui disparue, comme en témoigne la roche rendue lisse par leur frottement répété contre les parois de la grotte («polis d'ours»). Et l'effondrement d'une partie du porche a scellé les traces des hommes de Néandertal ayant séjourné là il y a 46000 ans. Plus de 300 outils en silex ont été découverts sur le site. Ils se composent de racloirs, de pointes de lances, et d'éclats de taille. La plupart des outils n'ont pas été fabriqués sur place mais apportés par les Néandertaliens qui s'abritaient sous le porche de la grotte lors d'expéditions de chasse. Les restes de faune mis au jour se composent de cerf, de chevreuil, de sanglier, de marmotte et de bouquetin. Ainsi, grâce à ce site exceptionnel, on sait que des Néandertaliens ont parcouru le plateau du Vercors avant la dernière glaciation. Ces hommes, nos lointains cousins, connaissaient parfaitement les endroits où s'abriter, chasser et récolter du silex. Il faudra attendre la fin de la dernière période glaciaire (le Würm) pour que l'homme, cette fois moderne, s'aventure à nouveau sur le massif.

Crédit photo : S. Caillault