

**Quoique long, ce magnifique parcours en balcon serpente et ondule sur cinq kilomètres et demi à une altitude voisine de 1250 m. Certains passages rocaillieux peuvent être glissants par temps humide.**

**Départ: Les Seiglières**

Accès: d'Uriage, prendre la route de Chamrousse par le bourg au 1<sup>er</sup> rond-point, continuer après le bourg sur 6 km et se garer devant ou en face de l'auberge des Seiglières.

**1** Alt. 1060 m ➤ A droite de la route de Montrond, prendre en sous-bois un agréable sentier descendant. En face de l'étang des Marais Chauds, au croisement de sentiers, prendre à droite (Est) un large chemin horizontal et le suivre sur 800 m. On arrive à un croisement de chemins balisés, dit carrefour des Marais Chauds. (On peut de cet endroit aller voir une curiosité décrite dans l'itinéraire du Tour de Montrond: variante n°7a de La Chaise de la Dama). Le circuit emprunte à droite un chemin ascendant qui débouche sur le large chemin de la Cascade de l'Oursière dit « de la gafe ». Le suivre sur la gauche jusqu'à un croisement.

**2** Alt. 1130 m ➤ Laisser sur votre gauche le chemin descendant de la cascade (panneau) pour continuer à droite sur un sentier qui monte légèrement jusqu'à un réservoir. S'engager alors à droite sur le sentier qui monte et va devenir raide sur de courts passages. A votre gauche coule au fond du vallon le ruisseau des Pourettes. On arrive à Pierre Mine où le sentier bifurque brusquement en épingle à droite et devient presque plat. 1 km après Pierre-Mine, on croise un large chemin qui remonte à la Baraque à Bonnet pour continuer en face notre sentier.

**3** Alt. 1240 m ➤ Suivre ce sentier sur 250 m pour arriver sur une large piste forestière (non indiquée sur les cartes Mogoma ou IGN). Prendre cette piste sur la droite en descente et tout de suite après remonter sur la gauche en suivant ce charmant petit sentier. On continue vers le sud-ouest et on retrouve de nouveau une large piste forestière que l'on prend sur la gauche en remontant sur une vingtaine de mètres avant de suivre le sentier à droite en contrebas; celui-ci débouche sur la route de Chamrousse: attention en traversant! Suivre la route sur 50 m en montant puis prendre à droite en contrebas notre sentier toujours horizontal après avoir délaissé une piste de VTT qui descend rapidement.

**Les sentiers** ➤ Circuit n° 9  
**Circuit des Gardes**



➤ **Charte du randonneur**

- 1 Je respecte le tracé des sentiers et je n'utilise pas de raccourcis.
- 2 Je suis discret, je pense aux autres et je regarde la nature.
- 3 Je pars avec un équipement adapté.
- 4 Je prépare mon itinéraire et j'emporte carte et boussoles.
- 5 En montagne, je pars tôt et je préviens mon entourage de mon itinéraire.
- 6 Je suis TOUJOURS chez quelqu'un, je referme barrières et clôtures et je respecte les propriétés privées.
- 7 Je ramène mes déchets en ville ou dans la vallée.
- 8 Je respecte les autres utilisateurs de la nature et je reste courtois.
- 9 Je ne fais pas de feu en forêt.
- 10 J'emmène avec moi de quoi m'alimenter et boire suffisamment.

*L'éditeur et l'auteur de ce document ne peuvent être tenus pour responsables d'incident ou d'accident de quelque nature que ce soit pouvant intervenir lors de la randonnée.*

**Police Municipale : 04 76 89 54 07**

➤ **Balilage**

**7** Numéro de circuit

— Continuité

**7a** Numéro de variante

- - - Variante

Virage à droite

Virage à gauche

Mauvaise direction

Patrimoine de Saint-Martin d'Uriage



**saint-martin d'URIAGE**

<http://asso-des-sentiers-de-smu.eklablog.com/>



**Renseignements**  
Office de Tourisme  
5, avenue des Thermes  
38410 Uriage  
04 76 89 10 27  
info@uriage-les-bains.com



[www.uriage-les-bains.com](http://www.uriage-les-bains.com)



**Les sentiers**  
➤ Circuit n° 9

**Circuit des Gardes**

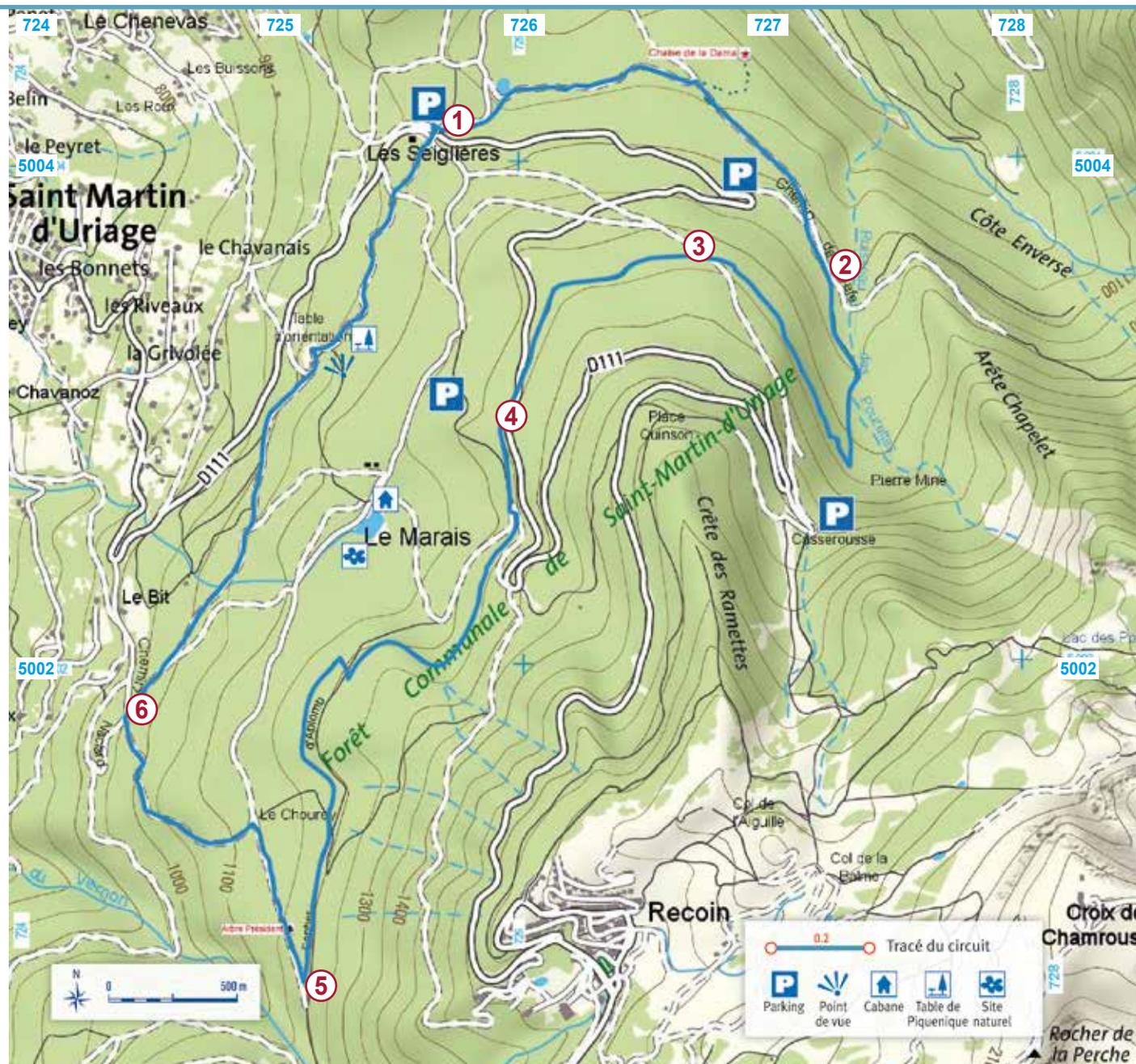
*Véritable plongée en pleine verdure, ce circuit entièrement en forêt emprunte sur une grande partie de son itinéraire un sentier créé par les gardes forestiers pour faciliter les travaux de gestion de la forêt.*

Balilage	Dénivelé	Longueur	Durée	Difficulté
Bleu sur fond blanc	420 m	13 km	5 h 00	Moyen



[www.uriage-les-bains.com](http://www.uriage-les-bains.com)

Rédaction et photos: «Les sentiers de Saint-Martin d'Uriage» • Cartographie Mogoma • Réalisation CERVOCOM - 04 76 99 36 01 • Imprimé par Cogoland - Produit Certifié PEFC 00-31-2048 → Edition juin 2018



Vue depuis l'emplacement de la table d'orientation

**④ Alt. 1250 m** ... On descend légèrement en pente douce pour déboucher sur le chemin des Clots qu'on va remonter sur 100 m puis prendre à droite le chemin qui descend au Marais pour le quitter sur la gauche au bout de 30 m et suivre le petit sentier horizontal (nous sommes pratiquement toujours à la même altitude); continuer jusqu'à rencontrer une piste forestière qu'il faudra prendre à droite en descente sur 130 m avant de retrouver un autre sentier horizontal.

On est arrivé sur le sentier d'Aplomb qu'on va prendre à gauche et de nouveau à plat sur une bonne distance. Le sentier d'Aplomb débouche sur une piste forestière ascendante (ici on rencontre le circuit N° 8 des 5 Cabanes).

**⑤ Alt. 1200 m** ... Prendre complètement à droite en descente cette piste forestière; vers le milieu de la descente on trouve sur notre droite une curiosité: l'Arbre Président haut de 44 m (plaque explicative au-dessus du chemin). Continuer la descente jusqu'à la clairière du Chouray. On aura pu remarquer dans la descente sur les arbres en bordure du chemin des triangles orange sur fond blanc qui délimitent les parcelles expérimentales des îlots de vieillissement (arbres sénescents). Dans cette clairière prendre à gauche un large chemin qui bifurque progressivement sur la droite direction Nord et descend jusqu'à une croisée de quatre chemins, c'est le carrefour de la Carrière.

**⑥ Alt. 950 m** ... Suivre sur la droite le large chemin qui remonte légèrement, puis laisser sur la droite un chemin qui remonte au Marais. Le chemin redevient plat à une altitude d'environ 1050 m. De nouveau laisser sur la droite le chemin principal qui remonte aussi au Marais pour continuer avant de redescendre jusqu'à un carrefour et suivre le sentier qui remonte à droite. A la sortie des bois on découvre quelques maisons sur la gauche. Prendre dans la prairie le sentier qui nous conduit à l'emplacement d'une table d'orientation et s'y arrêter pour contempler une très belle vue sur Grenoble, Saint Martin d'Uriage, le Vercors et la Chartreuse. Bifurquer en montant 30 m sur la droite. Au croisement on rencontre de nouveau le circuit N° 8 des 5 Cabanes, prendre à gauche le chemin qui revient paisiblement aux Seiglières.