



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE

## CDL CHAMROUSSE MD2

Dimanche 7 juin 2026  
CHAMROUSSE



### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Organisation** : Orient'Alp Grenoble – contact@orientalp.fr  
**Directrices de course** : Gaëlle CHEVALIER et Louise GRALL-LUCAS  
**Déléguée – Arbitre** : Cécile DEGAND  
**Contrôleur des circuits** : Valentin CHAREYRE  
**Contrôleur (stagiaire)** : Xavier ANDRIEUX  
**Traceuse** : Emilie BACKSHEIDER  
**GEC** : Pierre SCHAMBERGER

COURSE COMPTANT POUR  
LE CLASSEMENT NATIONAL

OUI



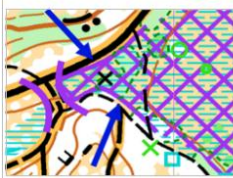
### CARTE

**Nom** : Chamrousse l'Arselle - Prémol  
**N° d'enregistrement dans la cartotheque fédérale** :  
**Zone l'Arselle 2020-D38-325** : CAP Orientation 2020, MAJ 2024  
**Zone Prémol 2024-D38-466** : nouvelle extension, cartographe Franck Dechavanne, relevés 2024

**Échelle** : 1/10000 et 1/7500  
**Équidistance** : 5m



Utilisation du symbole 709.000 - Zone interdite d'accès



Utilisation du symbole 709.004 - Zone interdite, Traits continus

**Type de terrain** : Vaste ensemble de conifères ponctué de clairières et de petites zones humides. La courabilité en sous-bois est variable : certaines parties sont recouvertes de mousse, d'autres de myrtilliers ou de blocs rocheux qui ralentissent la progression. Le terrain est traversé par de nombreux sentiers de randonnée et de VTT (pistes de ski de fond en hiver). La zone de course se situe à proximité d'un espace naturel sensible « Tourbière de l'Arselle et lac Achard ».

Une tourbière est une zone humide, colonisée par la végétation dont les conditions écologiques particulières ont permis la formation d'un sol constitué d'un dépôt de tourbe.

Sur la carte, certaines zones humides sont interdites. Elles sont matérialisées sur la carte par le symbole : 709.000 - Zone interdite d'accès. Certaines zones humides interdites seront partiellement rubalisées sur le terrain. Elles sont matérialisées sur la carte par le symbole : 709.004 – Zone interdite, Traits continus



### ACCÈS

**Fléchage** : Depuis 45°06'38.4"N 5°52'28.5"E (Place des Trolles à Chamrousse)  
**Transport durable** : Evitez les allers-retours entre la course du samedi et du dimanche. Prévoyez de rester dormir sur place.  
Bus N93 depuis Grenoble ou Uriage (Ne pas hésiter à demander horaires de départ adaptés)  
/!\ Pensez à covoiturer  
**Distance parking-accueil** : entre 500 et 1000m  
**Distance accueil-départ** :  
Départ 1 : 1km et 35mD+ (tous les autres circuits)  
Départ 2 : 250m et 10mD+ (vert, bleu et violet court)  
**Distance arrivée-accueil** : sur place



### HORAIRES

**Accueil** : 10h

**Départs** : 10h30 à 13h

**Fermeture des circuits** : 14h (Horaire indicatif)



### SERVICES

Buvette avec boissons froides, chaudes, sandwiches et gâteaux  
Garderie et Toilettes



# ANNONCE DE COURSE \* RÉGIONALE



## CIRCUITS

**Nombre de circuits compétition :** 7 (Vert, Bleu, Jaune, Orange, Violet court, Violet Moyen, Violet long)

**Nombre de circuits initiation :** 4 (Vert jalonné, Vert, Bleu, Jaune)



## RÉSULTATS

[Orientalp.fr](http://orientalp.fr)

Circuits	Distance	Dénivelé	Echelle	Circuits	Distance	Dénivelé	Echelle
Vert	1,95	90	1/7500	Violet Court	3,5	120	1/7500
Bleu	2,5	100	1/7500	Violet Moyen	4,2	195	1/10000
Jaune	3,1	75	1/10000	Violet Long	5,2	220	1/10000
Orange	3,5	150	1/10000				



## TARIFS

**Licenciés FFCO :** 9€ pour 18 ans et moins, 12€ pour 19 ans et plus

**Non-licenciés FFCO :**

- Pass Loisir ou découverte (Circuits Vert à Jaune) : 11€ pour 18 ans et moins, 14 € pour 19 ans et plus
- Pass Compétition (Circuits Orange à Violet Long) : 13€ pour 18 ans et moins, 16 € pour 19 ans et plus

Location de puce : 2€



## INSCRIPTIONS

**Course limitée à 400 participants**

Pour les licenciés, inscriptions en ligne sur le site fédéral avant le 01/06 minuit.

Pour les non licenciés avant le 01/06 minuit

Inscription sur place possible dans la limite des places et cartes disponibles.

*/!\ L'accès aux circuits chronométrés est réservé aux titulaires d'une licence compétition ou découverte compétition (jusqu'au niveau jaune inclus) et aux non-licenciés titulaires d'un titre de participation ad hoc respectant les conditions médicales d'accès : attestation de prise de connaissance du questionnaire médical fédéral et des recommandations des cardiologues du sport pour les majeurs questionnaire médical ou certificat médical de moins de 6 mois pour les mineurs*



## CONTACT

Orient'Alp Grenoble – [contact@orientalp.fr](mailto:contact@orientalp.fr)



**La Région**  
Auvergne-Rhône-Alpes

