

## Chartreuse - Petit Som

<b>Massif</b>	Chartreuse	<b>Niveau technique</b>	● ● ○ ○
<b>Département</b>	Isère	<b>Niveau physique</b>	● ● ○ ○
<b>Commune</b>	Saint Christophe sur Guiers	<b>Dénivelé positif cumulé</b>	600 m (+400m en option)
<b>RDV</b>	9h30 parking la Ruchère	<b>Distance</b>	6,5 km
<b>Saison</b>	Mai à Novembre	<b>Durée</b>	1 jour

### Descriptif

Une belle randonnée en boucle entre falaises, forêts de résineux, alpages, cols, sommets et belles vues sur le massif (et plus).

Une randonnée modulable selon les envies, les conditions et le niveau du groupe, plusieurs options possibles : aller-retour au Grand Som, descente à travers la falaise ou par le pas du loup, boucle ou retour par l'itinéraire de montée....



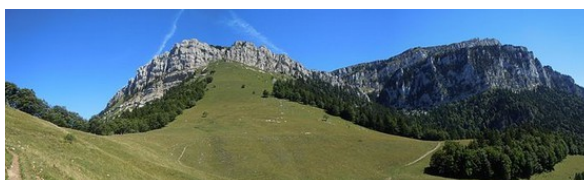
### Compléments



- Être à l'aise sur tout type de sentiers (passages étroits ou raides)
- Être en bonne condition physique (pratiquer une activité physique au moins une fois par semaine)

### A prévoir

- chaussures de randonnées crantées
- eau : minimum 1,5L (à adapter selon la météo et votre consommation habituelle)
- protection solaire
- vêtement de pluie (gore-tex ou Kway)
- vêtement chaud (polaire ou doudoune : à adapter en fonction de la météo)
- pique-nique pour le midi
- vivres de course (barres de céréales, fruits secs,...)



### Encadrement

Accompagnatrice en Montagne  
Groupe maximum de 12 personnes

### Informations

Signaler avant la sortie les soucis de santé ou informations utiles à l'accompagnatrice