

BELLEDONNE
CRET DU POULET 1726 m.

Du centre de ski de fond des Aiguettes (1415 m) SAINT-PIERRE D'ALLEVARD
Montée : 1 h 20 - Descente : 1 h - Dénivelée : 320 m. Catégorie : J 2 sauf
très court J 3 avant la cime.
Carte IGN GONCELIN 3334 Est

Cime très facile d'où une grande fréquentation. Du dôme herbeux sommital, le regard plonge à l'Ouest sur la vallée d'Allevard et au loin sur la Chartreuse; à l'Est, il s'étale sur la dentelle de beaux sommets des massifs d'Allevard et des Sept-Laux

DEPART : 44 km de Grenoble. Prendre à Tencin la D 30 jusqu'à Theys. Dans ce village, s'élever à gauche (Nord-Ouest) sur la D280 jusqu'au col de Barioz où, à droite, démarre une belle route que l'on garde durant 4 kilomètres jusqu'à son terme goudronné devant le bâtiment du Centre de ski de fond (1415 m).

MONTÉE :

Une centaine de mètres avant ce bâtiment, un chemin non goudronné, interdit aux voitures, se présente à gauche. Il s'élève en longs lacets dans la forêt.

Dans le **second virage-Sud**, une pancarte signale, à droite, une source : beau bassin de bois à cent mètres. Quelques minutes après le virage-Nord suivant, se présente, à gauche, **un sentier (pancartes)**. Il conduit rapidement sur le plateau de prairies où il retrouve la route. Celle-ci, à l'horizontale, file au Nord dans un enclos de pâturages.

Au terme du téléski du Grand Plan, lâcher cette route pour un sentier à gauche. Après un départ raide et escarpé, il débouche vite sur la large **croupe herbeuse de la cime**. Croix et tables d'orientation à l'Ouest et à l'Est.

	1415
0.45	1620
1	1675
1.20	1726

DESCENTE :

Une centaine de mètres au Sud, descendre, à gauche, un sentier qui rejoint le refuge. Suivre la route au Sud. Peu après sa sortie de l'enclos, descendre le sentier à droite. Il coupe la route et poursuit au-delà (balisage jaune-rouge). Après une légère plongée, il s'étale tranquillement dans la pente boisée. Lui demeurer fidèle lorsqu'il **passé au-dessus de la route** dans son virage de la source.

Après le passage de deux chicanes, il débouche dans les alpages (croix) et tombe sur le **chalet de Pierre Roubet**.

En dessous, il vire à droite et se transforme en piste. Devant une première bifurcation, plonger à gauche, ainsi que plus bas **devant une seconde**.

Dévalant la pente, elle coupe la route forestière pour la retrouver presque aussitôt. Ne pas poursuivre en face, mais suivre ce chemin à droite jusqu'au **centre de ski de fond**.

0.20	1625
0.35	1540
0.45	1470
1	1415

