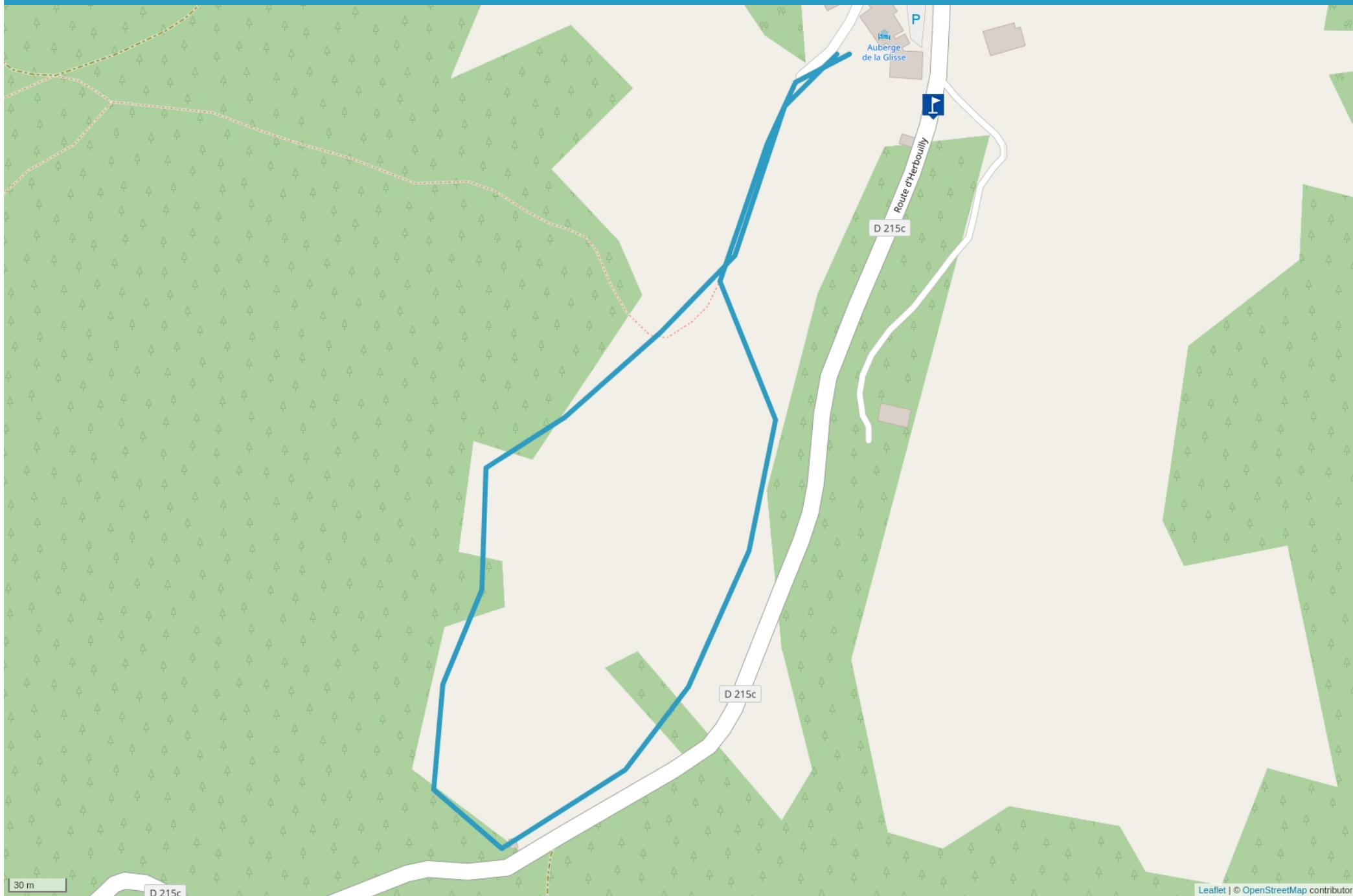


# LE PARCOURS SANTÉ



Cet itinéraire vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes ou photos de cet itinéraire. Retrouvez plus d'infos sur [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com)



Mise à jour le 23/01/23 par Office Municipal de Tourisme de Villard de Lans et généré par [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com)

Leaflet | © OpenStreetMap contributors

# Le parcours santé

Proposé par :  
**Office Municipal de Tourisme de Villard de Lans**  
"Ce PDF a été généré à partir de Cirkwi, la plateforme de partage  
d'activités touristiques qui vous fait  
voyager" [www.cirkwi.com/circuit/394677](http://www.cirkwi.com/circuit/394677)



Départ : Le Champ des Polonais - 38250 VILLARD-DE-LANS



1.50 km

30 mn

Très facile



20 m

-31 m

Un parcours fait spécialement pour les novices en raquette à neige.

## COMPLÉMENTS D'ACCUEIL

La durée du parcours peut varier en fonction de la quantité et la qualité de la neige.  
Adaptez votre équipement en fonction de votre niveau et de la météo. Ne sortez pas des sentiers.

## COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

Transport en commun navettes gratuites en hiver uniquement - Arrêt Bois Barbu (de/vers Villard de Lans).  
De Villard de Lans, passer sous le village et prendre au deuxième rond pont, la route à droite en direction de Bois Barbu.

## CONTACT

Téléphone : 04 76 95 10 38

Email : [info@villarddelans.com](mailto:info@villarddelans.com)

Site web : <http://www.villarddelans.com>

## PÉRIODE D'OUVERTURE

Du 23/11 au 11/04.

## CONDITIONS D'ACCUEIL DES ANIMAUX

Les chiens devront être tenus en laisse lorsque vous serez prêt des pistes de ski.

## CONSEILS ET SUGGESTIONS

Le saviez-vous ?  
Si vous revenez l'été, vous pourrez faire le même parcours en utilisant les agrès posés à certains endroits le long du sentier. C'est le parcours idéal pour une remise en forme avant d'attaquer la saison des randonnées ou du vélo.  
Attention, les modules étant en bois, il est fortement déconseillé de les utiliser en hiver.

## TOPO/PAS À PAS

L'itinéraire longe et traverse plusieurs fois les pistes de ski. Respectez bien le balisage.  
Départ commun des sentiers en contrebas du restaurant La Glisse. Le sentier descend plein sud, le long du Champ des Polonais puis tourne à droite, pour entrer en forêt en direction du carrefour des Sables. En bas de la première descente, prenez à gauche la sente qui suite les différents modules du parcours de santé. Vous évoluerez tranquillement sur ce parcours pour vous

essayer à la pratique de la raquette. Au retour, lorsque vous arrivez sur le Champ des Polonais, une sente en A/R vous permet d'approcher du pas de tir de biathlon (pour des raisons de sécurité, il est interdit de dépasser les filets). Si cette activité vous a plus, lancez-vous à la découverte des autres parcours !

## BONS PLANS

Le saviez-vous ?  
Si vous revenez l'été, vous pourrez faire le même parcours en utilisant les agrès posés à certains endroits le long du sentier. C'est le parcours idéal pour une remise en forme avant d'attaquer la saison des randonnées ou du vélo.  
Attention, les modules étant en bois, il est fortement déconseillé de les utiliser en hiver.

