

















La Verticale du Grand Serre



Départ : Cholonge 1141m
Arrivée : Grand Serre 2141m

Cet itinéraire de course à pied a été aménagé par le Conseil général de l'Isère en collaboration avec la commune de Cholonge, la Communauté de communes de la Matheysine et le Club Alpin Français Dauphiné Ski Alpinisme.

Information - sport ves

- Un kilomètre vertical est une course à pied sur un dénivelé de 1000m avec une distance la plus courte possible.
- Chaque année, la Verticale du Grand Serre, course officielle chronométrée est organisée par le CAF Dauphiné Ski Alpinisme.
- Distance : 2 050km
- Dénivelé : 1 000m
- Pente moyen : 48.8%

Milieu nature

- Restez sur l'itinéraire et respectez le milieu naturel dans lequel vous évoluez.
- Respectez les troupeaux en pâture pendant la période estivale.
- Veillez à refermer les portillons des clôtures après votre passage.
- Ne laissez aucun déchet, déposez-les dans une poubelle en respectant les consignes de tri.

Numéros de secours

- Effectuez le 112 ou le 18
En cas d'accident, soyez précis et concis.
- Donnez la position la plus exacte possible de l'accidenté.
- En cas de besoin, un défibrillateur est à votre disposition à la mairie de Cholonge.

Recommandations - Sécurité

- Vous évoluez dans un terrain de montagne non sécurisé sous votre propre responsabilité.
- Évaluez votre entraînement et votre condition physique avant de vous engager sur l'itinéraire.
- Pensez à consulter la météo.



























