

34 – CIRCUIT DES COULMES

Sâtre - Goulandière de Rencurel - Les Ailes (1023 m)

Promenade sylvestre dans une forêt domaniale bien exposée à la douceur d'un versant Sud. Les nombreux vestiges d'habitations avec leurs citernes maçonnées pour recueillir l'eau montrent qu'autrefois cette région montagneuse était très appréciée des hommes.

Circuit par le Serre du Sâtre et la Goulandière, 3 h 15

Dénivelée : 400 m Cat : 1

Départ : 51 km de Grenoble par Villard-de-Lans. Au Nord de Rencurel, au-delà du pont franchissant la Doulouche, se présente à gauche la route de Presles. Elle traverse les Glénats, laisse à droite la route des Rimets. Stationner aux Ailes (1 023 m).

CIRCUIT

1023m		Continuer la route quelques minutes. Dans un coude se présente à droite le départ du GR 9 (pancarte). Suivie son balisage blanc et rouge. Il s'élève doucement à travers bois, côtoyant quelques clairières. Laissant à droite le sentier montant des Ailes, il coupe une dernière prairie .
1210m	0h30	Devant une bifurcation laisser un sentier partir en face et revenir à droite. Débouchant sur un plateau-carrefour, lâcher le GR pour la piste à gauche. Elle conduit rapidement au refuge du Serre du Sâtre .
1340m	1h00	S'élever sur un large sentier qui part à gauche. Il grimpe un petit môle et s'étale longuement à l'horizontale puis descend tranquillement en dessinant des méandres.
1310m	1h20	Devant une bifurcation , rester à droite.
1245m	1h35	Tombant sur la route de Presles , au Nord du Col de Pra l'Etang (pancarte), la piste repart au-delà. Elle coupe un sentier, lequel à droite descend vers la grotte de Pra l'Etang (lieu de fouilles).
1210m	1h50	Grimpant, elle traverse un petit môle et redescend pour tomber sur un carrefour de pistes . Partir à gauche. Après une centaine de mètres, au début d'une descente, retrouver le GR 9 qui plonge à droite. Lui rester fidèle. Après une courte et légère remontée, il se joint à un autre sentier pour descendre à droite. Dans le sous-bois ombré d'une hêtraie, il vire à gauche.
1120m	2h10	Tombant sur le sentier du Tour des Coulmes (balisage jaune et rouge), le suivre à gauche. Il conduit à l'abri de la Goulandière .
1070m	2h15	Laisser le GR qui descend à droite et, les mines traversées, suivre un sentier descendant légèrement au Sud jusqu'à une bifurcation (pancarte : les Antis) . Prendre Cette sente à gauche. Elle louvoie dans l'épais sous-bois, côtoie une cave souterraine, puis des ruines et, se confondant avec une piste, dessine sa trace dans les herbes.
1050m	2h20	Laissant à gauche des ruines importantes , cent mètres plus loin, la piste remonte à gauche. L'abandonner dans son coude et suivre tout droit un sentier qui descend en écharpe les flancs d'une combe et aborde la prairie des Antis.
1040m	2h45	Une courte remontée et il retrouve la forêt. Bientôt se présente à droite un sentier entre deux tas de petites roches. S'y engager. Il s'étire doucement dans la forêt. Devant une bifurcation rester à gauche à l'horizontale. Coupant une bande de prairie, le sentier repart à travers bois en dessus à droite pour aller déboucher dans le hameau des Ailes .
1023m	3h15	