



24 PARCOURS À DÉCOUVRIR

VTT



Comité des Stations de Maurienne
Maison de la Maurienne - BP 82
73303 Saint-Jean-de-Maurienne
Tél. 04 79 83 23 94 - Fax 04 79 83 51 67
Adresse Internet : <http://www.savoie-maurienne.com>
E-mail : info@savoie-maurienne.com

Impression : Imprimerie SALOMON - 04 79 64 00 62 • 0403/3548



VTT flâneur ou Sommet *spécial* Mollets, toute la Maurienne *Plein Cadre*

En Maurienne, rouler c'est découvrir !

Bon prétexte d'une virée en Maurienne, le Vélo Tout Terrain vous dévoile à profusion les richesses d'une vallée pas comme les autres ! Histoire, vieux hameaux, agriculture, artisanat et sentiers botaniques sont à portée de crampons, sans effort avec les remontées mécaniques acceptant les VTT ! La pente vous invite au pays des lacs de montagne, des sommets à "3000 m" et des "pierres fortes". Grands cols et sentiers balcon vous réservent les sensations pures du vélo d'altitude.

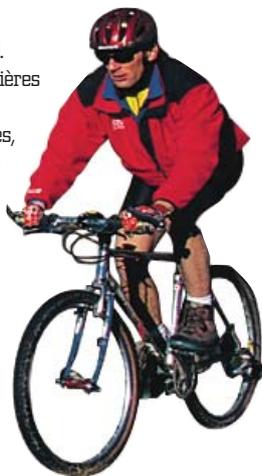
Conseils

Bons réflexes...

- Portez toujours votre casque et modérez votre vitesse en descente.
- Attaquez doucement l'itinéraire, en ménageant vos muscles... vous irez plus loin. Choisissez votre itinéraire en fonction de votre niveau. Même avec un topo ou sur une piste balisée, une carte évite de se tromper !
- Prenez la météo avant de partir (3250 - 0,34€ la minute) et emportez un vêtement chaud, en montagne le temps change vite !
- N'oubliez ni petit matériel de réparation (chambre à air, câble de frein), ni de quoi boire et vous alimenter.

... et bonne conduite

- Restez sur les chemins tracés, sans couper les lacets du sentier ni bloquer inutilement la roue arrière pour préserver le terrain naturel. Respectez cultures et clôtures, refermez les barrières derrière vous.
- Découvrez le Parc de la Vanoise par les routes, les sentiers y sont réservés aux piétons ! Même sur les chemins balisés VTT, vous n'êtes pas seul ! Le promeneur est prioritaire et la politesse permet de mieux se comprendre !
- Pour faciliter d'éventuels secours, laissez votre itinéraire de randonnée à des proches ou à votre hébergeur. Attention au téléphone portable qui ne "passe" pas partout pour donner l'alerte !



	Office de tourisme à contacter	Couleurs des circuits	Magasins de location	Accompagnateurs qualifiés VTT
ALBIEZ-LE-JEUNE	04 79 59 92 85			
ALBIEZ-LE-VIEUX MONTROND	04 79 59 30 48			
AUSSOIS	04 79 20 30 80	Rouge	●	●
BESSANS	04 79 05 96 52	Vert		
BONNEVAL-SUR-ARC	04 79 05 95 95	Rouge	●	
LES BOTTIERES	04 79 83 27 09	Bleu		
BRAMANS	04 79 05 03 45	Noir		●
LE CORBIER	04 79 83 04 04	Rouge	●	
JARRIER	04 79 59 80 57	Bleu		
LES KARELLIS	04 79 59 50 36	Vert	●	
MONTAIMONT	04 79 56 35 45	Vert		
MONTSAPEY	04 79 36 29 24	Rouge		
LA NORMA	04 79 20 31 46	Rouge	●	
ORELLE	04 79 56 88 01			
ST-COLOMBAN DES VILLARDS	04 79 56 24 53	Vert		
ST-FRANCOIS LONGCHAMP	04 79 59 10 56	Bleu	●	●
ST-JEAN D'ARVES	04 79 59 72 97	Rouge	●	
ST-SORLIN D'ARVES	04 79 59 71 77	Rouge	●	
SOLLIERES-SARDIERES	04 79 20 52 45	Rouge		
TERMIGNON LA VANOISE	04 79 20 51 67	Bleu		●
LA TOUSSUIRE	04 79 83 06 06	Bleu	●	
VAL CENIS	04 79 05 23 66	Rouge	●	●
VALFREJUS	04 79 05 33 83	Bleu	●	
VALLOIRE	04 79 59 03 96	Bleu-Rouge-Noir	●	●
VALMEINIER	04 79 59 53 69	Bleu	●	●
AIGUEBELLE	04 79 36 29 24			
LA CHAMBRE	04 79 56 33 58			
MODANE	04 79 05 28 58	Bleu		
ST-JEAN-DE-MAURIENNE	04 79 83 51 51		●	
ST-MICHEL-DE-MAURIENNE	04 79 56 66 09			

Je veux en savoir plus et désire recevoir gratuitement

- La carte touristique
- 24 parcours à découvrir VTT
- 17 circuits et cols à découvrir cyclotourisme
- Des trésors à découvrir, sentiers à thèmes
- Le patrimoine de la Maurienne 13 circuits à découvrir
- Des verticales à découvrir

Mr Mme Nom

Prénom

Adresse

Code Postal Ville

Pays.....

Les guides
Maurienne
sont 100%
GRATUITS

Coupon à renvoyer dûment rempli à : Maison de la Maurienne, BP 82 - 73303 Saint-Jean-de-Maurienne

Savoie de Maurienne
La montagne à votre rythme

Comité des Stations de Maurienne
Maison de la Maurienne - BP 82
73303 Saint-Jean-de-Maurienne
Tél. 04 79 83 23 94 - Fax 04 79 83 51 67
Adresse Internet : <http://www.savoie-maurienne.com>
E-mail : info@savoie-maurienne.com

Le balisage

La plupart des parcours présentés dans ce guide font partie de centres VTT agréés par la Fédération Française de Cyclisme et disposent donc de son balisage officiel. Chaque panneau indique le niveau de difficulté (voir couleurs ci-dessous), mais aussi le numéro qui vous permet d'identifier votre circuit... et bien sûr son sens. Attention : la meilleure balise ne vaut que si elle est vue, gardez toujours un œil sur les abords de la piste, surtout en descente !



Le parcours vert :
très facile



Le parcours bleu :
facile

Le parcours rouge :
difficile



Le parcours noir :
très difficile

Les centres FFC et les PROS

Dans les meilleures traces

Les circuits

Les circuits de Montsapey	6
Saint-François Longchamp	8
Les circuits des versants de l'Arvan	9
Le circuit des Karellis	15
Les circuits de Valloire Galibier	16
Les circuits de l'Esseillon	21
Les circuits de Haute-Maurienne Vanoise	25

Sur la carte

Tout d'un seul coup d'œil

Les événements, les infos pratiques et toutes les adresses



Valloire Galibier

Au pied du Col du Galibier, la station-village de Valloire et la station de Valmeinier offrent une grande diversité de reliefs. De nombreux single tracks sillonnent forêts et alpages jusqu'aux lacs d'altitude

- Ouvert du 1/05 au 15/11
- 10 circuits balisés de vert à noir
- Kilométrage réel balisé : 130 km

Contact : Bureau des Guides 04 79 83 35 03

4

L'Esseillon

Aux portes du Parc de la Vanoise et de l'Italie, le centre regroupe sept communes et trois stations (Aussois, La Norma, Valfréjus).

Ses parcours bordent l'Arc et ses gorges, et joignent les célèbres forts de l'Esseillon et le fameux Monolithe de Sardières.

- Ouvert du 15/05 au 15/11
- 14 circuits balisés de vert à noir
- Kilométrage réel balisé : 200 km

Contact : ADTAC 04 79 05 28 58



GRATUITS

5 guides et 1 carte pour découvrir toutes les facettes de la Maurienne



Le Patrimoine de la Maurienne :

36 pages

13 itinéraires à découvrir



Le guide VTT :

32 pages

pour le plaisir de rouler
sur les bons parcours



Le guide des verticales :

44 pages

d'émotion, du débutant
au grimpeur confirmé



Le guide
des sentiers à thème :

36 pages

de parcours pédestres
à la portée de tous



Le guide cyclotourisme :

44 pages

pour découvrir 17 circuits
et cols à vélo



La carte touristique



Où trouver Quoi?

VTT : toute la Maurienne au rendez-vous

3^{ème} WE d'août

La Transmaurienne - raid haute altitude dans l'Arvan-Villard



www.transmaurienne.com

Au secours !

En cas d'accident, contacter les secours en montagne au 04 79 05 11 88 ou les pompiers au 18 ou le 112 (n° européen)

Météo

3250 (0,34 € la minute)

Accompagnateurs qualifiés VTT

St-François Longchamp

- Georges Pelissier et Jean-Marc Pelissier 04 79 59 11 06
- Lucien Charvet 04 79 59 10 66

Les Karellis

- Benjamin Toppart
06 81 50 39 95 -
04 79 59 50 36

Valloire

- Bureau des guides avec :
Patrick Gillot, Thierry Le Bigot,
Bernard Phily 04 79 83 35 03

Aussois

- Bureau Montagne d'Aussois
04 79 20 32 48

Val Cenis

- Christian Manuel 04 79 05 90 03
- Marc Rosaz 06 86 57 56 00
- Marc Jacquemin 04 79 84 77 83
- UCPCA 04 79 05 90 54

Haute-Maurienne Vanoise

Entre Parc de la Vanoise et col du Mont-Cenis, le centre propose à la fois la douceur des hauts plateaux et des itinéraires très escarpés. Le chemin du petit bonheur, balisé de panneau bois, ne vole pas son nom !

- Ouvert du 15/05 au 15/10
- 20 circuits balisés de vert à noir
- Kilométrage réel balisé : 277 km



Les accompagnateurs qualifiés VTT

Petite ou grande troupe, une sortie VTT réalisée avec un accompagnateur professionnel est à la fois plus intéressante et plus sûre. Les accompagnateurs cités dans ce guide possèdent un des diplômes reconnus par le Ministère de la Jeunesse et des Sports : le brevet d'état 1er degré option cyclisme, le brevet d'état d'accompagnateur en moyenne montagne accompagné de la qualification complémentaire VTT ou l'attestation de qualification et d'aptitude à l'enseignement du VTT délivrée par Jeunesse et Sports.

Coordonnées en page 32



Photos : Christian SIMON / Signatures / Bernard GRANGE /
Pierre HUART / Joël TRIBHOUT / Ag. NUTS /
Robert GONTHIER / Jean-Noël FAVRE / O.T. La TOUSSUIRE /
GALAXIE PHOTO Le Corbier

Avec la collaboration de l'Association des Maires de Maurienne /
Offices de tourisme de la vallée de la Maurienne.

Montsapey

Le Trou du Loup



Itinéraire

forestier au

dessus du village de MONTSAPEY. Jolis panoramas sur la vallée de la Maurienne, la chaîne de Belledonne, la Lauzière... Un petit détour vous permettra de découvrir le "Trou du loup" (ancien piège !).

Le parcours

De l'Auberge remonter vers le fond du vallon, au Torchet prendre à gauche la direction de Barbet, environ 600m après la fin de la route goudronnée prendre à gauche une piste assez pentue sur quelques centaines de mètres débouchant dans une clairière (point culminant du circuit à 1450m d'altitude). La piste continue à flanc de montagne pour ensuite redescendre à la "Place des dépôts de bois" (abri et table pour pique-nique).

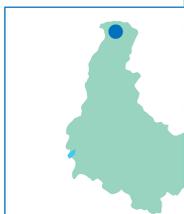
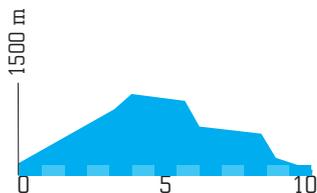
De là redescendre la route forestière sur 500m environ puis prendre à gauche la piste allant vers Montsapey, au bout de cette piste, on peut remonter sur cent mètres environ pour voir le "Trou du loup", sinon poursuivre par le petit chemin passant par le rocher fendu pour rejoindre la "Chapelle" (Attention entre la grange en ruines et la chapelle la pente est forte et parfois sur rochers rendus glissants à cause des feuilles mortes et de l'humidité) puis rejoindre le village et l'Auberge.

Accès

Prendre la N 6 jusqu'à Aiguebelle puis direction Randens et Montsapey par la D 72 bis. Auberge "le Chaudron" altitude 970 m, en bordure de route, 300 m avant le village.

8km
dénivelée
480m

- Parcours moyennement difficile
- Pistes forestières ou sentiers et routes goudronnées
- Carte IGN Top 25 : 3432 ET - Albertville.
- Conseillé de juin à octobre.
- Emprunte des sentiers piétons balisés "Randonnée en Savoie".
- Topo en Mairie et Auberge.

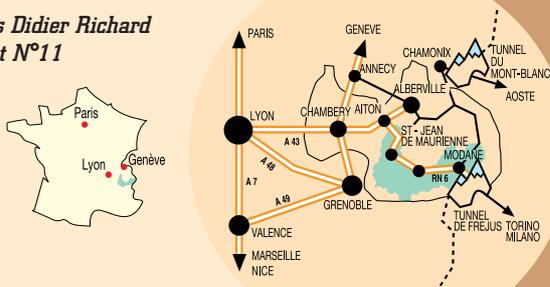


Accès

- ▶ **Route** RN 6
Autoroute A43 Depuis Chambéry ou Grenoble jusqu'à Modane.
- ▶ **Train** T.G.V. Jusqu'à La Chambre, St-Jean et St-Michel-de-Maurienne, Modane, l'hiver. Jusqu'à St-Jean-de-Maurienne et Modane, l'été.
Trains réguliers desservant toute la vallée.
- ▶ **Avion** Aéroports de Chambéry-Aix, Lyon Satolas et Genève Cointrin

Cartes IGN Série Verte N°53

Cartes Didier Richard N°4 et N°11



31





Le Balcon du Grand Arc

Itinéraire sportif et forestier en balcon sur la face S.O. du Grand Arc ne dépassant pas 1450m. d'altitude. Très jolis panoramas sur la vallée de la Maurienne, la Combe de Savoie, la Chaîne de Belledonne, les Bauges... tout au long du parcours.

Le parcours

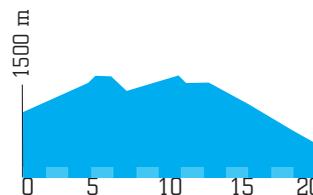
Identique à celui du "Trou du loup" jusqu'à la "Place des dépôts de bois", de là, prendre à droite la piste menant aux Mouilles, traverser les ruisseaux et poursuivre la piste jusqu'à la ligne de crête, puis c'est la descente. Après la traversée des deux ruisseaux poursuivre par la grande piste forestière, sur 2km environ puis prendre à gauche le chemin menant au hameau des Combes, puis à Bonvillaret remonter vers l'église pour prendre le chemin menant à Randens par les Perrières, Plan Navi et Motte.

Nota : Nécessité, soit de se faire déposer à Montsapey, soit de laisser une voiture à Randens, ou si vous aimez les fortes montées et quelques portages, partir de Randens, prendre le chemin de liaison avec Montsapey passant par Motte, Coisse, Montfort et la Chapelle de Montsapey pour retrouver l'itinéraire décrit dans le village de Montsapey (+ 700m de dénivellée en 6 km).

Accès

RN 6 jusqu'à Aiguebelle puis direction Randens et Montsapey par la D 72bis. Auberge " Le Chaudron" altitude 970 m, en bordure de route 300m avant le village.

18km
dénivellée
630m



- Parcours moyennement difficile
- Pistes forestières ou sentiers et routes goudronnées
- Carte IGN Top 25 : 3432 ET - Albertville.
- Conseillé de juin à octobre.
- Emprunte des sentiers piétons balisés "Randonnée en Savoie".
- Topo en Mairie et Auberge.

Des circuits à parcourir





Le circuit des Paquiers

Un circuit familial, un peu technique au début, vous tente ? Alors empruntez le sentier des Paquiers, sentier ombragé en sous-bois qui longe le torrent du Bugeon ! Vous bénéficierez ensuite d'une vue superbe sur Les Demoiselles Coiffées, la chaîne de Belledonne et le massif des Grandes Rousses. De quoi en avoir plein la vue !

Le parcours

Le départ se fait devant la Maison du Tourisme de Saint-François Longchamp 1650. Par la route qui descend au parking de la Madeleine, accédez au sentier des Paquiers, sentier de découverte quelque peu technique au début. Ensuite, arrivés à l'aire de pique-nique de l'Épalud, vous pouvez admirer au loin Les Demoiselles Coiffées, la chaîne de Belledonne et le massif des Grandes Rousses (L'Étendard, les Aiguilles d'Arves,...). Vous avez aussi l'opportunité de consulter la table de lecture de paysage permettant de découvrir le phénomène géologique de l'érosion différentielle. La balade n'en est que plus enrichissante!

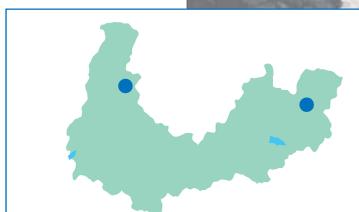
Pour le retour, remontez par la route départementale 213 jusqu'au carrefour d'entrée de Saint-François Longchamp 1450 m. Suivez alors la route menant au centre sportif des Longes, pour ensuite rejoindre la Maison du Tourisme.

Accès

Autoroute de la Maurienne A43, sortie n°26 (La Chambre) ou depuis la RN 6, Carrefour de La Chambre. Puis direction St-François Longchamp/ Col de La Madeleine par la D 213.

- Parcours familial de niveau moyen
- Sentier et routes goudronnées
- Carte IGN top 25 N°34.33
- Conseillé de juin à octobre (station ouverte juillet et août)
- Locations : George Sports ou Ravoir's Sports à Saint-François Longchamp 1650 m, Milly Sports à Saint-François Longchamp 1450 m.

5 km (aller)
dénivelée
250 m ↑



Le chemin du Grand Bonheur

Le circuit précédent est diablement tentant ? Ajoutez-y une échappée vers la Haute-Maurienne pour une randonnée tout simplement

divine ! Tour à tour, un long périple sur le célèbre chemin du Petit Bonheur en bordure d'Arc, une traversée très forestière et la découverte du Monolithe de Sardières (pierre de Cargneule de 93 m de hauteur) vous récompensent de votre ténacité !

Le parcours (sens Bonneval / Aussois)

Empruntez le chemin qui longe l'Arc en rive droite en direction du hameau du Villarou. Passez devant la chapelle et continuez vers le hameau de la Goulaz, Bessans, Val Cenis Lanslevillard, Val Cenis Lanslebourg et Termignon la Vanoise. Traversez le village par la route nationale et après la pleureuse (monument aux morts) et la maison sur la droite, prenez, à droite, l'ancienne route militaire qui vous ramènera à Sollières Sardières. Le retour à Aussois s'effectue par le circuit vert n°1.

Peut aussi s'effectuer dans le sens Aussois / Bonneval

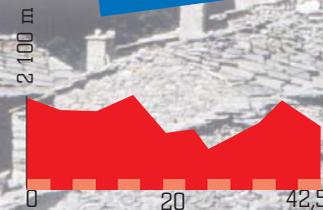
Empruntez le circuit de la page précédente (n°6) dans sa totalité. A Bramans, traversez le village jusqu'au camping pour suivre le Chemin du Petit Bonheur et rejoignez Termignon la Vanoise. Depuis Termignon, même trajet en sens inverse jusqu'à Bonneval-sur-Arc.

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 jusqu'à Lanslebourg puis par la D 902 vers Bessans et Bonneval-sur-Arc.

- Parcours assez difficile (descentes rapides)
- Sentiers VTT et sentiers mixtes VTT / piétons
- Topo Centre VTT de l'Esseillon (circuits n°5 et 6) et topo Haute-Maurienne
- Conseillé d'avril à novembre
- Locations à Aussois et à La Norma, au centre VTT Haute-Maurienne

42,5 km (aller)
dénivelée
800 m





Le tour de la plaine

Boucle sans difficulté, idéale pour les enfants, dans un lieu de prédilection des skieurs de fond, le tour vous emmène au cœur d'un paysage naturellement beau et serein.

Hameaux et chapelles invitent à la contemplation, alors que l'activité pastorale et fromagère réserve de savoureuses rencontres. La plaine de Bessans, c'est toute la douceur de la montagne sur un plateau !

Le parcours

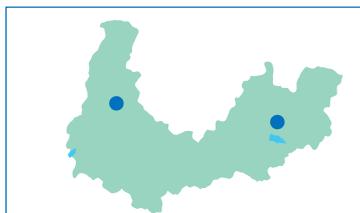
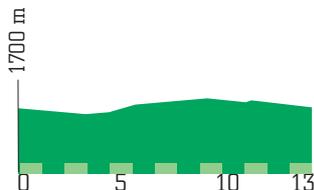
Le départ se fait au Pont Bleu, à Bessans. Découvrez la riche flore des montagnes dès la première partie de l'itinéraire en empruntant le chemin du petit bonheur, sentier botanique. La vallée de Ribon, puis le hameau de la Goulaz traversés, c'est une piste pastorale qui vous conduit jusqu'à la chapelle Notre-Dame des Grâces. La montée au hameau de Villaron vous permet d'atteindre le gîte d'étape. Le sentier vous ramène par la rive droite de l'Arc, à Bessans. Là vous attendent la chapelle St Antoine et la fromagerie où vous pouvez chaque matin assister à la fabrication de la tomme et du beaufort. Rejoindre votre voiture.

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 jusqu'à Lanslebourg puis la D 902 pour Bessans.

13,3 km (aller)
↑
dénivelée
103m

- Parcours facile, faibles reliefs
- Piste carrossable
- Topo Centre VTT Haute-Maurienne Vanoise (circuit n°17)
- Conseillée de mi-juin à octobre
- Locations Techniciens du Sport Grosset à Bessans



Les balcons de Maurienne

Riant et familial, le chemin vous promène en balcon sur la vallée de la Maurienne. Un œil sur l'activité montagnarde – alpages et exploitations de montagne se succèdent – et un œil sur l'histoire. Montaimont est connue pour avoir envoyé à Paris écaillers et chauffeurs de taxi. Une chapelle baroque (pour les visites se renseigner à la Mairie de Montaimont), un ancien moulin et un four à pain... joli regard sur la vie d'antan !

Le parcours

Du col du Chaussy, une longue descente vous conduit au hameau des Mottes puis la piste gambade à flanc de montagne, alternant bois et alpages, et rejoint la route un peu avant le village de Bonvillard. En direction de Taramur, vous retrouvez le chemin et gagnez les ruines du Moulin de la rivière Settaz.

Un dernier relais vous emmène à la Perrière. Pour le retour, vous pouvez revenir sur vos pas ou emprunter la route.

Des variantes difficiles et techniques existent. La numéro 1, la plus proche de la civilisation, relie Les Rieux à la Perrière via le chef-lieu ! En sens inverse, elle offre aussi une belle boucle de retour au parcours initial. La numéro 2 débute sous le col du Chaussy, pour un parcours plus vallonné et très forestier. La numéro 3, après le moulin, vous offre une vue sur le lac du Loup et vous réserve une descente technique au retour.



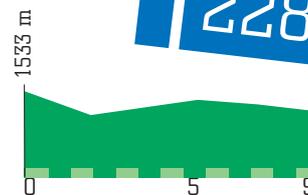
9

Accès

Depuis la sortie 27 de l'A43, ou la N 6, prendre la D 77 direction Hermillon puis traverser Le Chatel, Montvernier, Montpascal jusqu'au col du Chaussy.

- Parcours facile
- Routes forestières et chemins muletiers
- Balisage ONF
- Carte IGN Top 25 n°3433 – Topo en mairie
- Conseillé de mai à octobre
- Locations Derrier et Rambo à St-Jean-de-Maurienne

9,5 km (aller)
↑
dénivelée
228m





Le tour des hameaux

Florissante au début du siècle puis dépeuplée par l'exode rural, la vallée égrène ses hameaux et villages, dont certains sont aujourd'hui désertés. Tous sont charmants et se laissent visiter au fil d'un circuit attrayant qui alterne larges chemins et "single tracks". Faune sauvage et troupeaux, essences d'arbres, prairies et fleurs enrichissent encore cette rencontre vivante et romantique avec la Montagne.

Le parcours

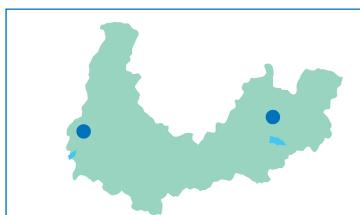
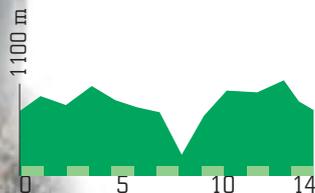
Si le circuit peut être abordé depuis tous les hameaux, le départ du Martinan offre, au début, un bon compromis vue / mise en jambe ! Le sentier balcon "Entre la ville" passe sous la digue et rejoint Les Roches, d'où l'on peut voir la première chapelle Notre Dame : celle de la Pitié. Puis suit Notre Dame des Neiges, au hameau de Valmaure. De l'autre côté du torrent : Les Moulins. A la Chal, c'est la grille en fer forgé (classée) qui habille la Chapelle St-Roch. Le Chatelet, Nantchenou puis un étroit passage "trial" vers le village abandonné de Bon Mollard. Un surprenant pont, isolé en pleine forêt, relie depuis 100 ans le hameau de Rivaud, à l'abandon lui aussi ! Le Planchamp et le Frêne conduisent à St-Alban, d'où l'on remonte sur un sentier plus balcon que jamais ! Du Chemin de l'eau, on peut voir le Col de la Madeleine et le Mont-Blanc. Un gué et une descente technique, les Martinans sont là !

Accès

Autoroute A43, sortie N°26 (Ste Marie de Cuines) ou RN 6 puis prendre la direction Vallée des Villards puis Col du Glandon par la D 927.

14 km (aller)
dénivelée
350 m ↑

- Parcours varié mais accessible à tous avec de rares portages
- Chemins et sentiers muletiers alternés
- Carte IGN top 25 3433
- Conseillé de mai à octobre
- Location Sport 2000 à St-Colomban des Villards



Le tour des forts

Verrou historique du passage vers l'Italie, le col du Mont-Cenis a vu pousser fin 19^e quelques-unes des plus belles citadelles des Alpes (elles sont 24 en Maurienne) et, plus récemment, une étonnante pyramide ! Voyage dans l'histoire et l'architecture en haute altitude, ce circuit des "pierres fortes" emprunte en partie le tour du grand lac du Mont-Cenis. Il n'est pas exclusivement réservé aux forts en jambes !

Le parcours

Depuis le col du Mont-Cenis, porte des Alpes depuis 3000 ans, prendre la route carrossable vers le refuge du Petit Mont-Cenis.

Tour à tour apparaissent la chapelle Saint-Barthélémy, puis au bout de la digue le fort de Variselle, sous lequel passe la piste. Après un bref passage sur la N 6, la présence d'une pyramide ne manque pas de surprendre.

Construite en 1968 à l'initiative d'EDF, en mémoire des campagnes de Napoléon 1^{er}, elle abrite une exposition permanente sur l'histoire du col. Posé au milieu des hauts pâturages du col, le fort de Ronce domine son environnement pour vous offrir un panorama grandiose. Redescendu à Lanslebourg (les plus entraînés peuvent même s'offrir la montée du col en VTT), ne pas manquer la fromagerie où vous pouvez chaque matin assister à la fabrication du beaufort.

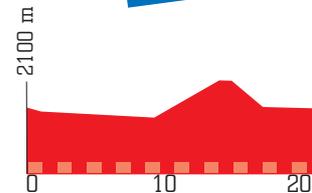


Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 jusqu'au col du Mont-Cenis.

- Parcours peu difficile, efforts ponctuels
- Piste carrossable
- Topo Centre VTT Haute-Maurienne Vanoise (circuit n°13)
- Conseillée de mi-juin à octobre
- Locations Technicien du Sport - Damé Sport, Intersport La Hutte à Val Cenis Lanslebourg. Technicien du Sport - Jeannot Sports et Ski Set - Sport Vanoise à Val Cenis Lanslevillard

20,7 km (aller)
dénivelée
323 m ↑





Le col de la Met

Une seule condition : le beau temps. Alors, porté par la télécabine de Val Cenis (et une montée en prime) vous voilà transporté par une vue d'exception. Depuis le col de la Met, à plus de 2700 mètres, le Mont-Cenis, l'Italie et le Mont Viso s'offrent tout entier au regard. L'alliance d'une grande invention (la télécabine) et d'un effort modeste pour une belle émotion.



26

Les moins sportifs pourront redescendre directement vers Lanslevillard ou Lanslebourg.

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 jusqu'à Val Cenis puis à la télécabine.

- Parcours difficile
- Piste carrossable ou sentiers
- Topo Centre VTT Haute-Maurienne
- Ouvert en juillet et en août, le mercredi et le jeudi (consulter l'Office de Tourisme)
- Locations : Technicien du Sport - Damé Sports, Intersport La Hutte à Val Cenis Lanslebourg. Technicien du Sport - Jeannot Sports et Ski Set - Sport Vanoise à Val Cenis Lanslevillard.

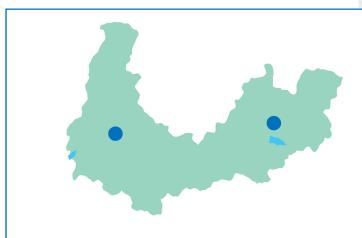
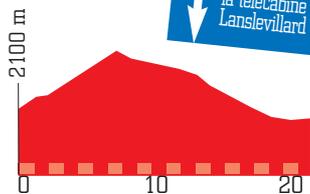
Le parcours

Depuis l'arrivée de la télécabine, 550 m de dénivellation vous attendent pour gagner le col. Le reste n'est plus que descente à travers alpages et forêts pour gagner Lanslevillard ou Lanslebourg.



de l'arrivée de la télécabine au col
8 km
 dénivelée
550 m

De l'arrivée de la télécabine à Lanslebourg
14 km
 De l'arrivée de la télécabine à Lanslevillard
12 km



Le circuit du Fregny



Là tout de ce circuit est son exposition plein sud et sa vue panoramique sur les Mamelles de Beaune, le Mont Emy et

les Aiguilles d'Arves. Ainsi en quelques coups de pédales vous pouvez admirer un ensemble de montagnes ! En plus, peut être aurez-vous la chance de voir passer un renard ou un lapin... En tout cas vous ne pourrez pas manquer la flore de prairie alpine présente tout au long du circuit. La traversée de hameaux aux constructions anciennes vous permet ici de découvrir l'architecture typique des maisons à colonnes.

Le parcours

Prenez le sentier derrière la Chapelle de Notre Dame (construite en 1685) pour rejoindre la route communale en direction du Fregny Dessus. Après avoir traversé le torrent de la Vardaz, vous apercevrez les maisons de Montfalcon. Vous prendrez alors la piste en direction du Fregny Dessus pour passer sous le promontoire de la chapelle Saint Roch, caractérisée par la couleur rose de ses murs. Cette chapelle fut édifée en 1565 après une épidémie de peste qui décima une grande partie de la population. Après la chapelle Saint Roch, en suivant la D78 sur un kilomètre, vous atteindrez la chapelle Saint Antoine datant de 1715. Par le chemin à gauche de la chapelle, vous rejoindrez le hameau de la Tuvière, avant de retourner à Notre Dame.

11

Accès

Depuis la sortie N°27 (St-Jean-de-Maurienne) de l'A43, suivre "Vallée de l'Arvan" puis la direction "Jarrier" sur la droite.

- Parcours de niveau moyen
- Pistes carrossables et chemins
- Carte IGN top 25 N° 34.33
- Conseillé de juin à septembre
- Locations Technicien du Sport à la Toussuire et Derrier à St-Jean de Maurienne





Les Trois Croix

Véritable invitation à aller de découvertes en découvertes, d'une station à un panorama, d'une chapelle à un alpage en laissant la montagne vous enchanter. Le sommet herbeux du parcours invite au pique-nique, voire à la sieste!

Le parcours au départ de La Toussuire

Le chemin débute à l'Office de Tourisme. A mi-parcours et après une forte pente, la piste rejoint le village de la Rochette. Il est vivement conseillé de s'y attarder pour une

visite silencieuse et magique. La chapelle mérite une attention spéciale. Mais le meilleur endroit pour se restaurer, c'est bien aux 3 croix. Sommet d'un long calvaire de 14 croix montant de la Rochette, elles se visitent en aller-retour. L'itinéraire du retour grimpe en lacets au sommet d'un télési, pour retourner au versant de la Toussuire.

Le parcours au départ des Bottières

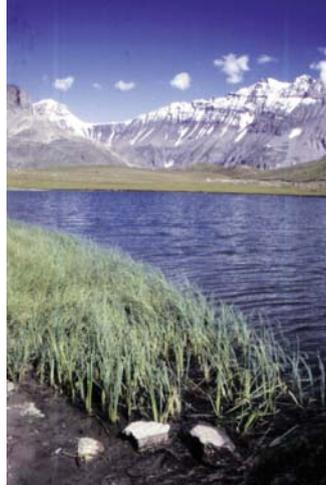
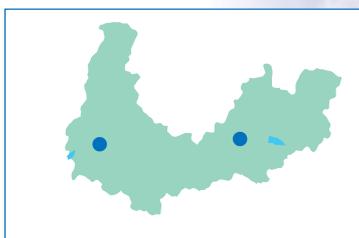
Devant le S.I., prendre la direction du tennis. Suivre le petit sentier en forêt qui vous amène jusqu'au hameau des Colonnes. Remonter à droite et prendre le chemin montant près du four à pain. Passer devant la chapelle et descendre jusqu'à la D 78. Remonter la route jusqu'au hameau de l'Alpettaz en passant devant le lac du Lou. S'engager en montant à droite après la première habitation, sur le chemin fortement redressé au départ de la route. Suivre le chemin à travers les prairies jusqu'au village de la Rochette. (Ici le sentier rejoint celui de la Toussuire jusqu'au télési des Bottières.) Au sommet de ce télési, rejoindre le chalet de la Chavonnerie puis les Bottières que l'on peut voir en contrebas.

Accès

Depuis la sortie N°27 (St-Jean-de-Maurienne) de l'A43, suivre " Vallée de l'Arvan " jusqu'aux Bottières ou La Toussuire.

- Parcours moyennement difficile
- Chemin de terre
- Carte IGN Top 25 n°3435
- Topo en mairie
- Conseillé de juin à octobre
- Locations Technicien de Sport à La Toussuire ou à St-Jean-de-Maurienne

9 km (aller)
dénivelée
430 m ↑



Bellecombe - La Femma

On ne présente plus le Parc National de la Vanoise, 1^{er} parc français, créé en 1963.

En revanche, l'un des rares itinéraires ouverts au VTT dans l'enceinte du Parc mérite une attention spéciale ! De Termignon jusqu'au refuge de La Femma, le cœur de la Vanoise

dévoile ses lacs hauts perchés, ses charmants refuges, la vue saisissante de l'ensemble des glaciers... cirque sauvage et démesuré où s'animent les marmottes et les chamois.

Le parcours

Au départ du parking de Bellecombe : le sentier étant réservé aux randonneurs, c'est la route carrossable qui, longeant le Plan du Lac, vous conduit à son refuge puis à celui d'Entre Deux Eaux, via la chapelle Saint Barthélémy.

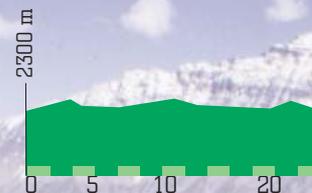
Autre possibilité : à "Plume Fine", prendre l'enfilade d'une longue vallée qui vous conduira au refuge de la Femma.

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 pour traverser Termignon. Dans la 1^{ère} épingle à cheveux en direction de Lanslebourg, monter à gauche vers le parking de Bellecombe.

- Parcours facile, dénivelées régulières
- Piste carrossable
- Balisage Parc National de la Vanoise
- Topo Centre VTT Haute-Maurienne (circuit N°9)
- Conseillé de fin juin à octobre
- Locations Sport 2000 Chris & Phil et Ski Service Eliette Richard à Termignon

22,8 km
dénivelée
353 m ↑





Du Petit Bonheur au Petit Mont-Cenis

Boucle de tous les plaisirs, elle enchaîne les beautés d'une longue course à côté de l'Arc avec une grimpe sur le col du Mont-Cenis, puis la descente de la vallée sauvage de Savalin et du Planey. Tous reliefs garantis, vue imprenable, efforts à volonté, ce tour prépare à un grand bonheur... à condition de tenir la grande forme !

Le parcours

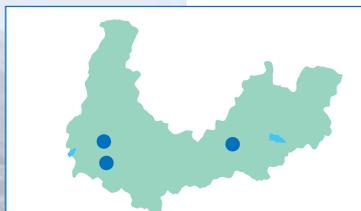
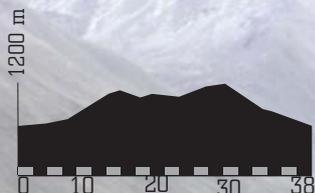
Départ au camping de Bramans ! Le début reprend une partie du "Chemin du Petit Bonheur" en le continuant jusqu'à Termignon la Vanoise. Une route militaire en lacets monte entre épicéas et pins cembroz jusqu'au Replat des Canons. Une variante peut vous conduire, depuis le Pont de la Pouge, jusqu'au Fort de la Turra où la vue sur les Alpes est encore plus impressionnante... sans parler de l'intérêt toujours vif de la découverte de nouvelles "pierres fortes". Après une partie du col du Mont-Cenis (par la route) et le passage du Petit Mont-Cenis (par la piste), la descente de la vallée de Savalin et du Planey (descente difficile) récompense tous vos efforts !

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane, continuer par la N 6 direction Bramans centre et gagner le camping.

- Parcours physique, longue montée
- Piste carrossable et goudron
- Topo Centre VTT Haute-Maurienne Vanoise (circuit n°5)
- Conseillée de fin juin à octobre
- Locations à Termignon : Sport 2000, Chris et phil et Ski Service, Eliette Richard.

38,7 km
dénivelée
1130 m ↑



Les points forts

Village enseveli, scie à eau, pont de pierre, vestiges d'un château du Moyen-Age, chevreuils, marmottes, vue panoramique sur Belledone ou la Maurienne... à vous de choisir!

Le parcours

Partez de l'Office de Tourisme de la Chal à St-Jean d'Arves et rejoignez le Collet par la route, puis vers la chapelle prenez le chemin à droite en direction du Col d'Arves (1748 m). Du Col d'Arves, continuez sur la crête en direction du Col de la Chal (1813 m). Arrivés au Col de la Chal, basculez sur le Corbier par "Sur les Potets" et la Vernaz. Vous pouvez descendre vers la station du Corbier, jusqu'à l'Office de tourisme. La remontée jusqu'au Col de la Chal se fait par la Combe des Arvins puis en empruntant le chemin qui mène directement au Col de la Chal.

La descente sur St-Jean d'Arves se fait par le Crêt de Pralud (de là, admirez les Grandes Rousses, les Aiguilles d'Arves, les Ecrins, la Maurienne et la Chal).

Variante de Saint-Jean d'Arves :

A la Chal, vous pouvez continuer votre circuit (+7 km) en rejoignant le village des Chambons et remonter par la route de la Tour. Cette dernière permet de passer à côté des vestiges d'un château du Moyen-Age.

Variante le Corbier :

A l'Office de Tourisme, prenez la direction du Cruet puis du Lac de L'Éllette. Un long chemin descendant, large et en forêt, vous emmènera jusqu'au Pont de la Scie (admirez l'ancienne scie à eau, animée par le moulin à roue sur rivière). La montée se fait par Champlong et la Tigny. Arrivés sur la D78, prenez-la pour rejoindre la station du Corbier.

Accès

Depuis la sortie N°27 (St-Jean-de-Maurienne) de l'A43, suivre "Vallée de l'Arvan / Col de la Croix de Fer" et St-Jean d'Arves (D 926) puis la route panoramique (D 80) en direction de la Chal. Si vous souhaitez partir du Corbier, prendre la D78 à la place de la D 926. A la gare SNCF de St-Jean de Maurienne, prendre le bus ou le taxi.

- Parcours difficile - fortes descentes
- Chemin large et schisteux
- Carte IGN Top 25 n°3435
- Topo en mairie et à l'Office de Tourisme
- Conseillé de mai à fin octobre
- Locations La godille ou Hervé Sport au Corbier, Fontana ou Kirlis Sport à St-Sorlin d'Arves (3 km de St-Jean d'Arves)

Par le Crêt du Pralud
4,5 km^(aller)
dénivelée
300m ↑

Par le Corbier
10 km^(aller)
dénivelée
475m ↑



Les Trois Lacs – Transmaurienne

Circuit d'un jour, extensible à 2 jours avec nuit en refuge, entre le village de St-Sorlin et le glacier du pic de l'Etendard.

Trois lacs nichés sous le glacier pointillent le chemin pour les plus gourmands de spectacle sauvage et vertical. Les 3468 m du pic de l'Etendard ou l'enfilade des Argentières coupent le souffle !

Le parcours

Du chemin des Prés-Plan, vous emprunterez un itinéraire de légende et cheminerez sous l'imposant massif des "Perrons".

La Transmaurienne 98 y a vécu ses plus beaux moments jusqu'à l'arrivée. Du col qui surplombe les 3 lacs, vous descendrez jusqu'au refuge CAF de l'Etendard (adresse conseillée pour un circuit de 2 jours mais il est prudent de réserver). Le tour des lacs commence en rive gauche du lac Bramant et tourne jusqu'à la digue en béton en-dessous du refuge par un chemin plus large et moins pentu.

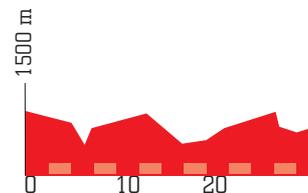
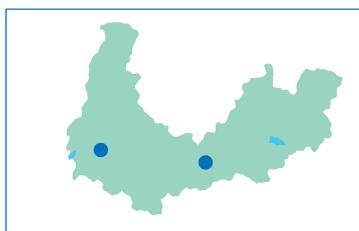
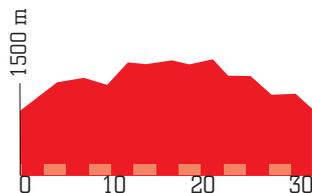


Accès

A43 sortie N°27 (St-Jean-de-Maurienne) puis D 926 jusqu'à St-Sorlin d'Arves.

- Parcours d'un bon niveau technique
- Cheminement de montagne
- Carte IGN Top 25 3335, topo guide en vente à l'Office de Tourisme
- Conseillé de juin à octobre
- Location VTT Glisse Sensations et Kyrilis Sport à St-Sorlin

31km
dénivelée
1374m ↑



27km
dénivelée
860m ↑

- Parcours assez difficile (descentes rapides)
- Sentiers VTT et sentiers mixtes VTT / piétons
- Topo Centre VTT de l'Esseillon (circuit n°6)
- Conseillé d'avril à novembre
- Locations Sport 2000 à Aussois et à La Norma

Le pont du Diable

Achévé avec l'aide du démon – selon une légende qui dévoile la "grande malice" des femmes de Haute-Maurienne - le pont du diable signe un itinéraire chargé tout à la fois d'histoire (barrière de l'Esseillon), de nature (spectacle grandiose des gorges de l'Arc) et de vie montagnarde (villages, station de la Norma, alpages). Comptez une journée d'enfer !

Le parcours

Depuis le centre d'Aussois, prendre le chemin du terrain de football. La longue descente zigzague au milieu de la barrière de l'Esseillon, ensemble de 5 imposants forts Sardes construits début XIX^e. Un chemin trialisant permet d'éviter la route. Après le pont et le fort Marie-Thérèse,

le chemin rejoint la station de La Norma et le regard plonge sur Modane. Une fois la ville traversée, la remontée s'effectue en rive droite de l'Arc, longeant le site de la soufflerie de l'ONERA (qui se visite) puis Avrieux. Le très beau chemin du pont du Nant rejoint Bramans, d'où l'on rejoint

Aussois en remontant le long du ruisseau de St Pierre... Variante : Pour une version plus courte (1/2 journée), dès la traversée du Pont du Diable empruntez le chemin qui part du Pont du Nant en direction de Bramans.

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane puis bifurquer par la D 215 vers Aussois.





Le circuit tranquille des Karellis

Les barrages

Sentier balcon autour de lacs artificiels d'altitude (1948 et 2078 m) et en lisière du Parc de la Vanoise, "Les barrages" ont tout pour plaire et même plus : un télésiège gomme la dénivellée habituelle de ces courses d'exception en haute montagne.

Attention aux marmottes qui traversent n'importe où !

Le parcours

Sitôt le sommet du télésiège du Grand Jeu et après une légère montée, les refuges de Plan Sec et de Fournache sont rejoints à flanc de montagne. N'hésitez jamais à pousser leur porte : vous y êtes accueilli comme nulle part ailleurs. Le circuit chemine ensuite autour des lacs jusqu'à un arrêt quasi-obligé : le belvédère de Plan d'Aval, panorama exceptionnel sur la vallée de l'Arc. La longue descente sur Aussois, sur un chemin de belle dimension, est un régal !

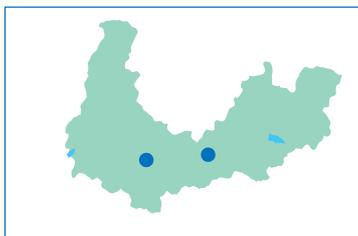
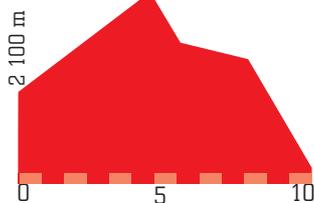
22

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane puis bifurquer par la D 215 vers Aussois. Le télésiège du Grand Jeu part de la Maison d'Aussois. Il est ouvert tous les jours sauf samedi et dimanche, pour 27 F la montée et 54 F la journée.

- Parcours avec descentes techniques, mais peu physiques
- Sentiers mixtes VTT/piétons
- Topo Centre VTT de l'Esseillon (circuit n°8)
- Ouvert en juillet et en août (télésiège)
- Locations SPORT 2000 à Aussois

10 km (aller)
↓ dénivellée
850 m



Evoluer à deux roues dans la forêt ombragée avant d'atteindre le lac d'Albanne, c'est s'offrir le luxe des couleurs et du plaisir.

D'autant plus que le chemin est parsemé d'une flore très abondante à même d'émerveiller les yeux. Et quand la petite pause s'impose, le village d'Albanne est là pour vous accueillir !

Le parcours

La route forestière ombragée que vous empruntez à partir de Karellis prend fin au croisement avec la route menant à Albanne.

Dès lors la route goudronnée, avant d'arriver à Albanne, monte en lacet au lac d'Albanne... le plaisir des yeux.

Pour redescendre, la place est laissée à la route allant sur la station. La prudence est de mise car des rigoles sillonnent la route.

Pour les amoureux de la difficulté, une autre variante est possible vers Albanette, petit village sur la route de Valloire à partir d'Albanne.

15

Accès

A43 sortie N°27 (St-Jean-de-Maurienne) puis N 6 jusqu'à St-Julien-Mondenis puis D 81 jusqu'aux Karellis.

- Parcours facile
- Chemin forestier et route goudronnée
- Carte IGN Saint-Jean de Maurienne
- Conseillé de juin à octobre
- Location possible aux Karellis du 03/07 au 28/08.

8 km (aller)
↑ dénivellée
180 m





La Lauzette

Itinéraire descendant. Avec ses 2642 m, le mythique Galibier a la vie dure ! Il le prouve une fois encore en version "tout terrain" avec une descente aux émotions légendaires. Piste étroite sur des versants montagneux à gros caractères, la Lauzette sillonne les alpages à travers une flore superbe. Attention de ne pas se laisser distraire par les sifflets des marmottes !

Le parcours

Départ de Valloire et montée du col pour les plus endurcis... dépose au Galibier pour les autres. L'itinéraire est déconseillé par temps humide.

Le parcours démarre en-dessous du Galibier au lieu-dit "Colomban noir" (panneau centre FFC). Le petit sentier en lacets plonge directement dans le vallon sous les gypsières.

Après une traversée, nous passons à Plan du paradis et à la Lauzette (alpage) pour arriver dans la combe de Mortavieille (chemin à flanc de montagne au-dessus du torrent).

Accès

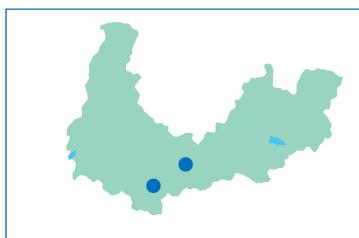
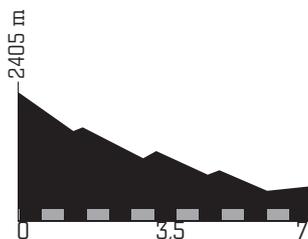
Depuis la sortie N°29 (St-Michel) de l'A43, prendre la direction du col du Galibier par la D 902. Valloire est à 17 km.



16

7 km (aller)
dénivelée
700 m ↓

- Parcours très difficile
- Single track très montagnard, alpages
- Topo "Balades à pied et VTT Valloire-Valmenier"
- Conseillé de juin à septembre et sur terrain sec
- Locations Sport 2000, Val d'Aurea, Magnin Sports à Valloire



Le circuit du Replaton

En partant de Modane ou de Fourneaux, pourquoi ne pas découvrir la fameuse Maison penchée ? Endroit incontournable pour satisfaire la curiosité de tous, elle sait être aussi un charmant lieu de repos. Juste un peu plus haut, l'entrée monumentale du premier tunnel ferroviaire vous étonnera également. Une fois arrivé au fort du Replaton, sur l'autre versant de la vallée, vous serez récompensé de vos efforts par un panorama exceptionnel de la vallée avec, en contre bas, Modane-Fourneaux et juste en face, la station de Valfréjus.

Le parcours

C'est en suivant la route de Valfréjus, en partant du camping des Combes à Modane, que vous arriverez à la fameuse

Maison Penchée, puis devant l'entrée imposante du premier tunnel ferroviaire. Passez le pont au dessus de la route d'accès au tunnel routier de Fréjus puis prenez à droite la piste qui descend sur Fourneaux. Traversez la ville et l'Arc et montez sur la piste du fort afin d'accéder au fort du Replaton. Après une petite halte pour admirer le panorama, vous redescendrez sur Modane par un joli chemin très caillouteux.



21

Accès

Emprunter l'A43 jusqu'à Modane-Fourneaux.

- Parcours facile
- Pistes carrossables et chemins caillouteux
- Topo Centre VTT de l'Esseillon (circuit n°9)
- Conseillé d'avril à novembre
- Locations Chardon Bleu à Modane, Technicien du Sport à Fourneaux et Centre d'activités montagne à Valfréjus

9 km (aller)
dénivelée
150 m ↑



La piste du Prec

Long balcon sur la vallée et le Parc de la Vanoise, cet aller/retour est une piste "panoramique" de premier ordre. Pour l'ombre et pour le plaisir, elle emprunte souvent la forêt. Les épicéas succèdent aux mélèzes. Le gibier des cervidés et des chamois réserve de belles surprises.



20

Le parcours

Du village à 1500 m, suivez la longue piste forestière "du château" qui surplombe la vallée de la Maurienne.

De nombreux gués agrémentent le parcours et quelques montées sont rudes.

L'arrivée au Prec, sous le barrage de Bissorte, demande un ultime effort. Elle laisse le vététiste ravi (même s'il finit en marchant !).

La vue est toujours exceptionnelle.

Accès

Depuis la sortie N°29 (St-Michel) de l'A43, suivre sur 12 km direction "Valmeinier" par la D 902.

- Parcours peu difficile
- Piste forestière mixte (asphalte - terre battue)
- Topo "Balades à pied et VTT Valloire-Valmeinier"
- Conseillé de juin à octobre
- Locations Valmeinier Sports et Jacky Sports à Valmeinier 1500



Circuit des 3 lacs

Ici, c'est le vertical qui fait le spectacle. Randonnée en altitude dans le massif des Cerces, les 3 lacs tutoient de nombreuses aiguilles, parmi les plus altières. La descente de la vallée de l'aiguille Noire est à elle seule un pur moment de bonheur.

Le parcours

Le départ se fait du Pont de la Borgée.

Une dépose en voiture à Plan Lachat peut adoucir le parcours de 500 m de montée. Remontez la vallée de la valloirette en direction du col du Galibier en passant aux Verneys puis à Bonnemuit. Après les Réaux, suivez la route du Galibier pendant 2 km jusqu'au Plan Lachat. Tournez le dos au Galibier puis suivez la piste militaire qui monte aux Rochilles et aux 3 lacs. Attention, après le 2^e lac, tournez à gauche pour franchir le col de la Plagnette et descendez la longue vallée de l'aiguille noire jusqu'à Valloire.

Accès

Depuis la sortie N°29 (St-Michel) de l'A43, prendre la direction du col du Galibier par la D 902. Valloire est à 17 km.

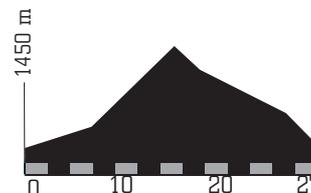
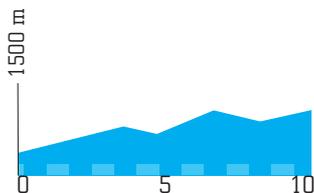
- Parcours très difficile
- Pistes et sentiers de montagne, ambiance très alpine !
- Topo "Balades à pied et VTT Valloire-Valmeinier"
- Conseillé de juin à septembre
- Locations Sport 2000, Val d'Aurea, Magnin Sports à Valloire

17

20 km
(aller/retour)
dénivelée
270 m



29 km (aller/retour)
dénivelée
1150 m





Chardons et Epilobes

Dédiée aux chardons et aux épilobes, cette joyeuse dévalée d'une montagne "nature" et envoûtante aurait aussi bien pu se vouer aux marmottes et aux aigles !



De l'aigle, vous aurez la haute vue sur tout le bassin de la Maurienne...

De la marmotte, l'envie de paresser sur l'herbe rase ou les dalles de pierre...

Du chardon, gardez-vous des épines : l'angle de descente demande de la prudence!

18

Le parcours

La montée se fait par le télésiège du Roi : se renseigner à Valmeinier 1500 sur les jours d'ouverture ! Arrivé à son sommet, plongez dans la piste ! L'itinéraire traverse la station de Valmeinier à 1800 m et permet de la découvrir.

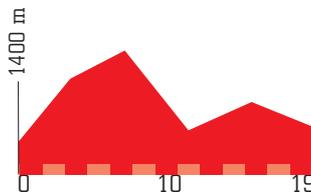
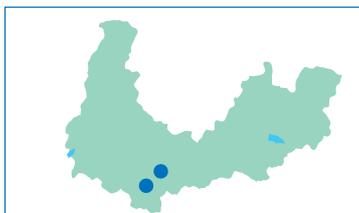
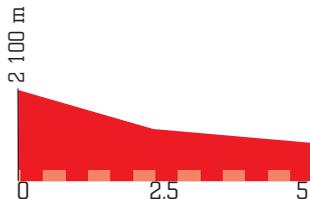
Le parcours suit les pistes de ski qui descendent sur Valmeinier 1800 (en été, c'est une piste pour véhicule 4x4). A 1800 vous enchaînez par les épilobes pour rejoindre Valmeinier 1500 (attention ! quelques portions très pentues).

Accès

Depuis la sortie N°29 (St-Michel) de l'A43, suivre sur 12 km direction "Valmeinier" par la D 902.

- Parcours assez difficile (descendant)
- Piste de ski en alpage
- Topo "Balades à pied et VTT Valloire-Valmeinier"
- Ouverte en juillet et en août (renseignements à l'Office de Tourisme)
- Locations Valmeinier Sports, Val d'Avrèa Sports et Jacky Sports à Valmeinier 1500

5km (aller)
dénivelée
580m ↓



La boucle de Valmeinier

Valloire et Valmeinier à volonté ! Avec l'aide des remontées mécaniques, on peut boucler "la boucle" sans trop d'effort.



Les puristes doubleront fièrement la remontée... et pourront choisir d'enchaîner avec la Piste du Prec. Un éventail idéal d'itinéraires pour une journée à difficultés variables !

La forêt de mélèzes et d'épicéas est giboyeuse.

Le parcours

C'est une longue boucle qui peut être empruntée de Valloire, du télégraphe ou de Valmeinier. L'itinéraire est plutôt roulant même s'il comporte quelques belles grimées ! Au départ de Valloire, montez par la route puis la piste jusqu'à Pré Rond (en été vous pouvez utiliser le télésiège).

Puis suivez la piste en balcon jusqu'à Valmeinier par la forêt. Retour par la piste du bas en passant par le télégraphe et les 3 croix.

19

Accès

Depuis la sortie N°29 (St-Michel) de l'A43, suivre sur 12 km direction "Valmeinier" par la D 902.

- Parcours difficile ou peu difficile (avec télésiège et télécabine)
- Piste forestière et chemins roulants
- Topo "Balades à pied et VTT Valloire-Valmeinier"
- Conseillé de mai à octobre
- Locations Sport 2000, Val d'Aurea, Magnin Sports à Valloire ; Valmeinier Sports et Jacky Sports à Valmeinier 1500

17km (aller/retour)
dénivelée
350m à
700m ↑