

Légende Touristique

- Refuge
- Rocher d'estalade
- Table thématique
- Location, réparation ou lavage de vélo
- Pêche

- ### ITINÉRAIRES VTT
- Départ des circuits, sans de circulation
 - Zone de Bike-Park ou Kid Zone
 - Descentes

Afin de ne pas surcharger la carte, une priorité des tracés a été établie dans l'ordre suivant : pour les tracés où plusieurs itinéraires cohabitent, seul le plus facile est porté sur la carte. Les balisages ne sont pas interrompus sur le terrain.

Légende Topographique

- Route principale
- Route secondaire
- Route irrégulièrement entretenue
- Chemin
- Sentier
- Remontée mécanique
- Infrastructure ouverte en été
- Zone habitée
- Habitat dispersé
- Réservoir
- Courbes de niveau équidistantes de 50m
- Rocher, éboulis
- Via ferrata
- Limite du Parc National de la Vanoise
- Limite de la zone périphérique du Parc

Rédigé par l'Institut Géographique National
Édité par les Offices de Tourisme
Archives d'implantation Juin 2009 - Dépôt légal Juin 2009
© I.G.N., France 2009 (fond topographique)
© Offices de Tourisme de la Vallée de Belleville 2009 (surcharges touristiques)

Toutes reproductions ou adaptations, sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, même partielle, interdites pour tous pays.
I.G.N. Agence Régionale Rhône-Alpes-Auvergne
an-rhone-alpes-avergne@ign.fr

Office de Tourisme de Saint Martin de Belleville
73440 Saint Martin de Belleville
Tél: 04 79 08 3000
Fax: 04 79 08 91 71
www.stmartin-belleville.com
tourisme@stmartin-belleville.com
Bureau des Guides: 04 79 08 61 15

Office de Tourisme des Menuires
73400 Val Thorens
Tél: 04 79 08 73 00
Fax: 04 79 08 71 06
www.menuires.com
tourisme@menuires.com
Bureau des Guides: 04 79 08 84 15

Office de Tourisme de Val Thorens
73400 Val Thorens
Tél: 04 79 08 68 00
Fax: 04 79 08 68 04
www.valthorens.com
valthorens@valthorens.com
Bureau des Guides: 04 79 08 78 54

ITINÉRAIRES VTT

Départs des circuits devant les Offices de Tourisme

DESCENTE (DH) :

- 1 **DESCENTE DE TOUGNETTE**
5km - D: 600m - **
- 2 **ROC N'BIK**
4,5km - D: 500m - **
- 3 **DESCENTE DE LA MASSE**
5km - D: 590m - ***

X-COUNTRY :

- 1 **ST MARTIN AU CHATELARD**
6km - D: 280m - D: 280m - *
- 2 **ND DE LA VIE**
7,5km - D: 330m - D: 330m - *
- 3 **JUSQU'À PRARANGER**
7,5km - D: 280m - D: 280m - *
- 4 **LES ENCOMBRES**
13km - D: 820m - D: 820m - ***
- 5 **POINT PENNY**
12km - D: 620m - D: 620m - ****
- 6 **KID ZONE**
4km - D: 120m - D: 120m - *
- 7 **TOUR PAR PRARANGER**
8km - D: 300m - D: 300m - **
- 8 **RALCIN DU LOU**
12km - D: 760m - D: 670m - ****
Enduro * par remontées mécaniques
- 9 **TOUR À LA CHASSE**
6km - D: 250m - D: 250m - *
- 10 **PANORAMIC DES MENUIRES**
7km - D: 300m - D: 780m - **
- 11 **CHALET DE THORENS**
3,4km - D: 140m - D: 140m - *
- 12 **RALCIN DE TOUGNETTE**
24,4km - D: 1300m - D: 1300m - ****
- 13 **MENUIRES-VAL THORENS**
14km - D: 870m - D: 870m - ***
- 14 **AL F.H. DE DORON**
35km - D: 1840m - D: 1840m - ****
- 15 **TOUR DU RESERVOIR**
5km - D: 250m - D: 250m - **
- 16 **LE PITH TOUR AU SELD**
10km - D: 500m - D: 500m - ***
- 17 **JUSQU'À 3600M**
14km - D: 840m - D: 840m - ****
- 18 **PANORAMIC BELLEVILLE-ENCOMBRES**
9,8km - D: 840m - D: 840m - ****

ENDURO :

- 1 **ACCÈS PAR REMONTÉES MÉCANIQUES**
Itinéraires partagés avec les piétons
- 2 **LES GRAMM**
5km - D: 60m - D: 550m - **
- 3 **ENDURO DE GEFRIAND**
12km - D: 1200m - D: 360m - ****
- 4 **DESCENTE DU MT DE LA CHAMBRE**
9,5km - D: 1200m - D: 170m - **
- 5 **DORON-TOUGNETTE**
14km - D: 1090m - D: 140m - **
- 6 **FALTEUIL TOUT TERRAIN**
10km - D: 1000m - **

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| Difficulté : | Niveau physique : |
| — Très facile | * Très facile |
| — Facile | ** Facile |
| — Difficile | *** Difficile |
| — Très difficile | **** Très difficile |



G. Lansard - Office de Tourisme des Menuires

LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

Les parcours sont ouverts aux vététistes sous leur propre responsabilité. Ils présentent des difficultés techniques et s'adressent à des vététistes confirmés. Ils nécessitent de la part des utilisateurs, maîtrise et prudence. L'encadrement par un moniteur VTT est conseillé.

Le port du casque et de protections est indispensable. Avant de partir, vérifiez votre matériel et pensez à emporter des outils de réparation. Prévoyez du ravitaillement, des vêtements chauds et de pluie. Restez sur les chemins tracés, sans couper les sentiers.

Attention, les piétons sont prioritaires sur les parcours enduro balisés. Certains sentiers de randonnée sont interdits aux VTT, voir signalisation sur site. Soyez vigilants face aux véhicules tous terrains. Respectez la nature, ne jetez pas vos déchets, emportez-les.

Évitez de partir seul et informez vos proches de l'itinéraire suivi, ainsi que de l'heure prévue de retour.

Lors de la traversée d'alpages, n'éfrayez pas les animaux.

Les itinéraires portés sur cette carte sont des suggestions qui n'engagent pas la responsabilité de l'I.G.N., ni celle de leurs auteurs. Il vous appartient de prendre toutes précautions imposées par les conditions locales.

Pompier/Secours: 18/112



Bike Park - J. Clatot - Office de Tourisme de Val Thorens



BELLEVILLE

VALLÉE DES SENTIERS VTT

Echelle 1:33.333 soit 3cm pour 1km