

Vallée des Belleville

PLAN DES CIRCUITS VTT ET VTTAE BALADES ET RANDONNÉES



LÉGENDE

- Caption**
- Randonnées VTT Mountain Bike Trails
 - Télésiège Chairlift
 - Télécabine Gondola
 - Funitel Funitel
 - Interdit aux vélos Forbidden to MTB
 - Travaux / Construction Works / Construction
 - Panoramas Panoramic views
 - Restaurants Restaurants
 - Refuges Mountain refuges
 - Fermes Farms
 - Point d'intérêt Point of interest
 - Pistes VTTAE VTTAE Trails
 - Points de recharge VAE (Bosch et Giant) E-bike charging station
 - Stations de lavage Bike wash station
 - Très facile Very easy
 - Facile Easy
 - Difficile Difficult
 - Très difficile Very difficult
 - Piste cyclable d'altitude High-altitude cycle path
 - Bascule 3 Vallées 3 Vallées link
 - Navettes gratuites avec VTT Free shuttles with bike

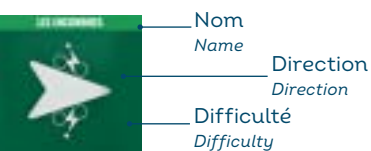
Itinéraires VTTAE E-bike paths

Choisissez le vélo à assistance électrique (VAE) pour découvrir, avec peu d'effort, la Vallée des Belleville. Sur des chemins accessibles et balisés, vous avez la promesse de profiter des plus beaux paysages et des pépites de notre territoire. Choose the electric-assist bicycle (E-bike) to explore the Vallée des Belleville with little effort. On accessible and marked trails, you are promised to enjoy the most beautiful landscapes and gems of our region.

PROGRESSION VTTAE VTTAE trails progression

Du plus familial (vert) au plus engagé (noir). Listed from the most familiar to the most challenging.

VTTAE	Nom	Distance	Départ	Niveau
VTTAE 8	SUNNY	15,3KM	Départ: Ludizzone	810M+/-
VTTAE 1	LES ENCOMBRES	23KM	Départ: TC Saint Martin 1	647M+/-
VTTAE 3	PLAN LOMBARDE	12,2KM	Départ: La Flachère	446M+/-
VTTAE 2 bis	LES BELLEVILLE (LAC DU LOU)	10,4KM	Départ: Ludizzone	396M+/-
VTTAE 2	LES BELLEVILLE	26KM	Départ: TC Saint Martin 1	742M+/-
VTTAE 6	MONT DE LA CHAMBRE	13,6KM	Départ: Val Thorens	985M+/-
VTTAE 7	BALCON PLEIN SUD	4,5KM	Départ: Val Thorens	230M+/-
VTTAE 4	BALCON DE TOUGNÈTE	25,1KM	Départ: Ludizzone	1047M+/-
VTTAE 5	COL DE LA FENÊTRE	29,9KM	Départ: Ludizzone	993M+/-



Randonnées à VTT Mountain bike rides

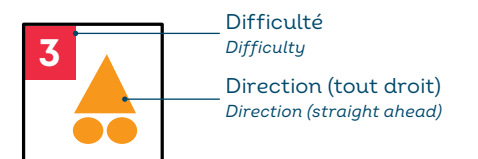
Parcours plus ou moins difficiles, en fonction des niveaux, en général en vélo musculaire, mais peut se faire aussi à l'aide d'un VTT électrique. On parle aussi de XC ou Cross Country ce qui correspond à des circuits parfois sportifs, mais aussi récréatifs à faire en famille. The trail varies in difficulty depending on the levels, generally suitable for traditional (muscle-powered) bicycles, but can also be done with the assistance of an electric mountain bike (E-MTB). It is also referred to as XC or Cross Country, which corresponds to circuits that are sometimes sporty but also recreational, suitable for families.

PROGRESSION RANDONNÉES VTT Mountain bike trails progression

Listées de la plus facile (vert) à la plus difficile (noir). Listed from the easiest (green) until the hardest (black).

XC	Nom	Distance	Niveau
XC 10	KID ZONE	1,2KM	7M+/-
XC 1	SAINT-MARTIN AU CHÂTELARD	5,9KM	131M+/-
XC 2	NOTRE-DAME-DE-LA-VIE	7,3KM	199M+/-
XC 20	TOUR DU RÉSERVOIR	5,8KM	134M+/-
XC 11	TOUR DE LA CHASSE	5,8KM	173M+/-
XC 3	LES ENCOMBRES	12,4KM	391M+/-
XC 12	LES MENUÏRES / VAL THORENS	14,6KM	611M+/-
XC 5	DOS DE CRÊT VOLAND	15,2KM	580M+/-
XC 4	PANORAMIC BELLEVILLE-ENCOMBRES	15KM	775M+/-
XC 6	PONT PENNOT	11,4KM	390M+/-
XC 14	LAC DU LOU	12,5KM	511M+/-

Départs 1-2-3-4-5-6: TC Saint Martin 11-14: Ludizzone 12-20: Office de Tourisme de Val Thorens

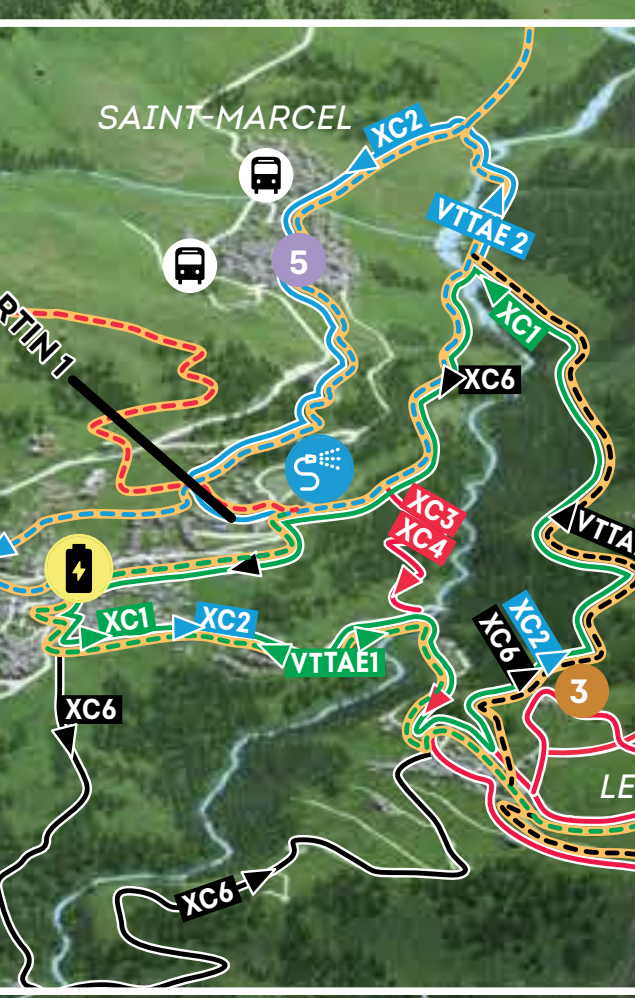


NUMÉROS UTILES Useful numbers

INFORMATIONS MÉTÉO WEATHER REPORTS +33 8 99 71 02 73 (24h / 24h)

NUMÉRO URGENCE EUROPÉEN EMERGENCY SERVICES 112

depuis un mobile from a mobile phone



PASSEPORT ASCENSIONNEL

Profitez des activités à tarif réduit!

INFORMATION ET INSCRIPTION DANS LES POINTS DE VENTE

Information and registration at points of sale

- Le Boiard Val Thorens,
- Le Break des Menuïres,
- La Bulle des Bruyères,
- Office de Tourisme Val Thorens,
- Maison de la Montagne Les Menuïres,
- Maison du Tourisme Saint-Martin-de-Belleville
- et aux points de vente des remontées mécaniques (départs: TSD Saint-Martin, TC Pointe de la Masse, TSD Pionniers)

Le Boiard Val Thorens, Le Break des Menuïres, La Bulle des Bruyères, Tourist Offices (Saint-Martin, Les Menuïres and Val Thorens), and at the lift points of sale (starts: TSD Saint-Martin, TC Pointe de la Masse and TSD Pionniers)

passeportascensionnel.com

OFFICES DE TOURISME Tourist Offices

MAISON DU TOURISME SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE
+33 4 79 00 20 00 | st-martin-belleville.com
Tous les jours, 9h-12h30 et 14h-18h30. Every day, 9am-12:30pm and 2pm-6:30pm.

OFFICES DE TOURISME LES MENUÏRES
+33 4 79 00 73 00 | lesmenuires.com
La Croisette - Maison de la Montagne
Tous les jours, 9h-12h30 et 14h-19h. Daily, 9am-12:30pm and 2pm-7pm.

Les Bruyères
Du dimanche au vendredi, 9h30-12h et 15h-18h30. Le samedi de 9h30 à 12h30 et 15h-19h. From Sunday to Friday, 9:30am-12pm & 3pm-6:30pm. Saturday, 9:30am-12:30pm & 3pm-7pm.

OFFICE DE TOURISME VAL THORENS
+33 4 79 00 03 03 | valthorens.com
Tous les jours 9h-12h et 14h-18h. Every day, 9am-12pm and 2pm-6pm.

PISTE CYCLABLE D'ALTITUDE High-altitude cycle path

Les Menuïres - Sommet de Tournète (7 km)
Un tracé plus clément et qui se fait (presque) sans efforts à la descente. Pour les plus téméraires, 627m de dénivellé et une pente à 9% en moyenne s'offrent à eux! A more gentle route and is (almost) effortless on the downhill run. For the more daring, 627 metres of undulations and an average 9% gradient await!

Les Menuïres - Val Thorens (6,5 km)
Arrivée au cœur de la plus haute station des 3 Vallées à 2300m d'altitude avec en ligne de mire un panorama époustouflant sur la Vallée des Belleville. Arrive in the heart of the highest resort of the 3 Vallées at an altitude of 2,300 metres with stunning views of the Belleville Valley.

À TÉLÉCHARGER To download

Plan des pistes VTT (descente et enduro)
Download the DH / Enduro map

Liste des loueurs de VTT
List of mountain bike rental firms

ZENBUS!
Où est ma navette? Localisez votre bus en temps réel! Remorque 20 vélos. Where is my shuttle? Find your bus in real time! Trailer for 20 bikes.

À TESTER To try

RESTAURANTS Restaurants

- Chez Pépé Nicolas +33 6 09 45 28 35
- Le 2800 +33 6 11 74 58 05
- Le Corbeilles +33 4 79 08 95 31
- La Lou +33 4 79 08 92 72
- René et Maxime Meilleur 2 étoiles Michelin +33 4 79 08 96 77
- Refuge de Téton +33 7 63 66 93 14

REFUGES Mountain refuges

- Refuge du Lac du Lou +33 7 70 22 86 79
- Refuge du Trait d'Union +33 7 70 28 85 77
- Refuge de Gittamelon +33 4 79 08 91 46 ou +33 6 76 43 28 12
- Refuge Plan Lombardie +33 9 82 12 43 08 ou +33 6 87 18 73 88
- Refuge Le Nant Brun +33 6 64 76 94 07

FERMES Farms

- Jardin Pédagogique et d'altitude en permaculture Chez Pépé Nicolas +33 6 09 45 28 35
- Les Boyes
- La Trantsa Le Châtelard +33 6 64 25 38 58
- Ferme de la Combe

RÈGLES DE SÉCURITÉ Safety rules

- Ces parcours sont ouverts aux vététistes sous leur propre responsabilité. The trails are open to mountain bikers under their own responsibility.
- Il est présenté des difficultés techniques et s'adressent à des vététistes confirmés. Ils nécessitent de la part des utilisateurs, maîtrise et prudence. They offer technical difficulties and are aimed at experienced mountain bikers. They require control and caution from mountain bikers.
- L'encadrement par un moniteur VTT est conseillé. Retrouvez la liste des moniteurs et des écoles VTT de la Vallée sur le guide pratique disponible dans les Offices de Tourisme. Supervision and guidance by a mountain bike instructor is highly recommended. Find the list of mountain bike instructors and schools in the valley in the practical guide available in the Tourist Offices.
- Le port du casque et de protections sont indispensables. A helmet and protection must be worn.
- Avant de partir, vérifiez votre matériel et pensez à emporter des outils de réparation. Before leaving, check your equipment and don't forget to take tools.
- Prévoyez du ravitaillement, des vêtements chauds et de pluie. Don't forget to take food, warm clothes and a rain coat in case the weather conditions change.
- Restez sur les chemins tracés, sans couper les lacets du sentier. Stay on the tracks and try not to cut corners.
- Attention, les piétons sont prioritaires sur les parcours enduro balisés. Be careful, pedestrians have priority over cyclists on the enduro trails.
- Certains sentiers de randonnée sont interdits aux VTT. Être attentif à la signalétique. Some of the tracks are forbidden to mountain bikers, look out for signs.
- Soyez vigilants face aux véhicules tout terrain. Be aware of 4x4 vehicles.
- Respectez la nature, ne jetez pas vos déchets, emportez-les. Respect the environment, don't throw away your rubbish, take it home with you.
- Évitez de partir seul(e) et informez vos proches de l'itinéraire suivi, ainsi que de l'heure prévue de retour. Try not to go alone and tell your relatives or friends the route you plan to take and the time you plan to get back.
- Lors de la traversée d'alpages, n'effrayez pas les animaux. While crossing the mountain pastures/fields, try not to scare the animals.

Attention!

Troupeaux et chiens de protection Herds and guard dogs: some reflexes to adopt

- Descendre de vélo et marcher à côté Walk beside the bike
- Contourner le troupeau Get around the herd
- Tenir son chien en laisse Hold his dog leash
- Ne pas courir Do not run

Connectez-vous pour retrouver tous les itinéraires de la Vallée des Belleville Log in to find all the paths in the Vallée des Belleville