

**VIA FERRATA DU LAC DE LA ROSIÈRE**  
1,550 m  
VIA FERRATA AT THE ROSIÈRE LAKE

Bel itinéraire surplombant le lac de la Rosière.  
• Niveau : facile.  
• Accès : Courchevel Moriond, route de la Rosière  
• Respectez le sens du parcours.  
• Altitude au sommet : 1,550 m  
• Longueur : 600 m  
• Dénivelé cumulé : 80 m  
• Temps d'ascension : 2 h  
• 550 m de câbles, 2 ponts népalais, une passerelle de 65 m  
• Vêtements chauds et matériel technique nécessaires.  
Discovery itinerary overhanging the Rosière lake.  
• Level: very easy.  
• Access: Courchevel Moriond, Rosière road  
• Follow the indicated direction  
• Altitude at the top: 1,550m  
• Length: 600m  
• Vertical drop: 80m  
• Time of climb: 2h  
• Warm clothes and technical equipment required.

**VIA FERRATA DE LA CROIX DE VERDON**  
2,740 m  
CROIX DE VERDON VIA FERRATA  
2,740 m

La plus haute via ferrata de France !  
• Niveau : difficile.  
• Accès conseillé par les remontées mécaniques de Courchevel ou Méribel.  
• Altitude au sommet : 2,740 m  
• Longueur : 800 m  
• Dénivelé cumulé : 225 m  
• Temps d'ascension : 3h (+ 45 min de descente)  
• Retour possible au téléphérique (câble équipé en versant ouest de la partie Curé)  
• Vêtements chauds et matériel technique nécessaires.  
The highest via ferrata in France!  
• Level: difficult.  
• Advised access: Courchevel and Méribel ski lifts.  
• Altitude at the top: 2,740m  
• Length: 800m  
• Vertical drop: 225m  
• Time of climb: 3hours (+ 45mins to come back down)  
• Possible return to the cable car (equipped cable on « Le Curé's » western side).  
• Warm clothes and technical equipment required.

**VIA CAVO DEL MEY**  
2,780 m  
VIA CAVO DEL MEY  
2,780 m

Réservée aux aventuriers et sportifs amateurs de frissons. Parcours câblé évoluant sur des vives rocheuses face aux glaciers de la Vanoise.  
• Niveau : moyen.  
• Accès : suivre l'itinéraire de la brèche Portetta depuis le Belvédère (Courchevel Moriond), puis poursuivre vers le passage de Mey (3 heures).  
• Respectez le sens du parcours.  
• Altitude au sommet : 2,780 m  
• Longueur : 600 m  
• Dénivelé cumulé + 180 m  
• Temps de parcours (depuis passage de Mey) : 1h  
• Vêtements chauds et matériel technique nécessaires  
• Casque, langes et baudriers obligatoires.  
Reserved for adventurers and sportsmen who love thrills. A cabled course on rocky ledges facing the Vanoise glaciers.  
• Level: medium.  
• Access: follow the route of the Portetta breach from the Belvédère (Courchevel Moriond), then continue towards the Mey passage (3 hours).  
• Altitude at the top: 2,780m  
• Length: 600m  
• Vertical drop: +180m  
• Time of climb (from passage of Mey): 1h  
• Warm clothes and technical equipment required.  
• Helmet, lanyards and harness mandatory.

**NOS PLUS BELLES RANDONNÉES**  
OUR MOST BEAUTIFUL HIKES

- Très facile Very easy
- Facile Easy
- Difficile Difficult
- Très difficile Very difficult
- Promenade confort Easy walk
- PARCOURS TRAIL : Trails permanents 9km et 13km Permanent trails courses 9km and 13km
- Plum KV Courchevel Kilomètre vertical 1000m D+ / 5km 1000m vertical gain
- www.courchevelsportsanddoor.com

**INFORMATIONS PRATIQUES ET SERVICES**  
PRACTICAL INFORMATION AND SERVICES

- Lieu de départ Starting point
- Office de Tourisme Tourist Office Tel. +33 (0) 479 08 00 29
- Parking Car park
- Toilettes
- Accès en télécabine Gondola lift access
- Arrêt navette Bus stop
- Refuge Mountain hut
- Barbecue
- Table de pique-nique Picnic table
- Fin de circulation des véhicules à moteur End of road for motor vehicles
- Possibilité de travaux, Plus d'informations auprès de Courchevel Tourisme Works in progress, more information from the Tourist Office.

**ACTIVITÉS ACTIVITIES**

- Aquamation Aquamation
- Aire de jeux Playground
- Restaurant d'altitude Mountain restaurant
- Ferme-auberge Mountain farm
- Fabrication du beaufort Beaufort making
- Baignade autorisée Swimming allowed
- Centre équestre Equestrian center
- Escalade Climbing
- Golf
- Parapente Paragliding
- Site de pêche Fishing site
- Via ferrata Via ferrata

**PATRIMOINE NATUREL ET CULTUREL**  
NATURAL AND CULTURAL HERITAGE

- Site remarquable Noteworthy site
- Point de vue Panorama Panoramic view
- Table d'orientation Orientation reading table
- Eglise et chapelle Church and chapel
- Bachal Basin
- Lac Lake
- Limite Parc national de la Vanoise National Park limit
- Zone Natura 2000 Natura 2000 zone
- Réserve biologique Biological reserve

**EN CAS D'ACCIDENT**  
IN CASE OF ACCIDENT

**112**



**NAVETTES GRATUITES**  
FREE SHUTTLES

N'hésitez pas à utiliser les navettes gratuites pour aller de village en village.  
• Navettes toutes les heures ou toutes les demi-heures en fonction des périodes.  
• Desserte ponctuelle des hameaux du Fontanil et du Carrey, de Bozel et de La Perrière.  
• Liaison avec le site de la Rosière jusqu'à 15 fois par jour.  
• Transport gratuit depuis Brides-les-Bains les dimanches.  
Horaires visibles sur les panneaux d'affichage, en ligne, ou dans les Offices de Tourisme de Courchevel.

Do not hesitate to use the free shuttles to go from village to village.  
• Shuttles every hour or half-hour depending on the time of year.  
• Specific services to Le Fontanil, Le Carrey, Bozel and La Perrière.  
• Service to La Rosière up to 15 times a day.  
• Free transportation from Brides-les-Bains on Sundays.  
Please check the timetables at the bus stops, online or from Courchevel Tourist Offices.

**DÉPART DE COURCHEVEL 1850**  
FROM COURCHEVEL 1850

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION                            | TEMPS         |
|-------------------------------------|--|---------------|
| 17                                  | Sentiers des Verdons                   | 1h00 DESCENTE |
| 24                                  | Sandraz - Bois du Ban                  | 1h00 BOUCLE   |
| 26                                  | Jardin Alpin                           | 0h45 BOUCLE   |
| 28                                  | Chemin des Écureuils - Le Bouc Blanc   | 1h45 BOUCLE   |
| 4                                   | La Saulire - Lac des Creux             | 2h20 DESCENTE |
| 4'                                  | Arête de la Saulire - Col du Fruit     | 3h30 BOUCLE   |
| 6                                   | Lac Bleu                               | 1h30 AR       |
| 6'                                  | Lac Bleu - Boucle du Rocher de la Loze | 3h00 BOUCLE   |

**DÉPART DE COURCHEVEL MORIOND**  
FROM COURCHEVEL MORIOND

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION   | TEMPS       |
|-------------------------------------|---|-------------|
| 20                                  | Pralin-Mugnier  | 0h45 AR     |
| 21                                  | Aquamation - Courchevel Village   | 1h00 BOUCLE |
| 33                                  | Creux de l'Ours   | 3h00 BOUCLE |
| 5                                   | Lacs Merlet - Parc national de la Vanoise                                   | 3h00 AR     |
| 5'                                  | DEPUIS LE PARKING (P) (carrefour d'Ariondaz)                                | 1h30 AR     |
| 5'                                  | Lacs Merlet - Parc national de la Vanoise (Variante : Refuge du Grand Plan) | 3h45 BOUCLE |
| 5''                                 | Lacs Merlet - Col de Chanrouge Parc national de la Vanoise                  | 5h45 AR     |
| 25                                  | Crête des Gravelles   | 1h00 AR     |
| 8                                   | Petit Mont Blanc  | 7h30 AR     |
| 8'                                  | Petit Mont Blanc Passage de Plassa  | 9h30 AR     |
| 8''                                 | Petit Mont Blanc - Passage de Plassa (Variante : Col de Mey)                | 8h30 BOUCLE |
| 9                                   | Brèche de Portetta  | 5h00 AR     |
| 10                                  | Crête du Mont Charvet   | 5h00 BOUCLE |
| 11                                  | Tour de la Dent   | 6h00 BOUCLE |
| 11'                                 | Tour de la Dent (Variante finale : Rocher de Villeneuve)                    | 7h15 BOUCLE |

**DÉPART DE COURCHEVEL VILLAGE**  
FROM COURCHEVEL VILLAGE

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION                   | TEMPS         |
|-------------------------------------|-------------------------------|---------------|
| 22                                  | Descente à Courchevel Le Praz | 0h45 DESCENTE |

**DÉPART DE COURCHEVEL LE PRAZ**  
FROM COURCHEVEL LE PRAZ

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION                                       | TEMPS         |
|-------------------------------------|---|---------------|
| 2                                   | Courchevel Le Praz - Montcharvet - La Jairaz      | 2h00 BOUCLE   |
| 3                                   | Chemin du Paradis                                 | 1h30 BOUCLE   |
| 12                                  | Boucle de Mateigena et Sentier des Contemplations | 45 min BOUCLE |

**DÉPART DE COURCHEVEL LA TANIA**  
FROM COURCHEVEL LA TANIA

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION                         | TEMPS         |
|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------|
| 16                                  | Circuit des Teppes                  | 1h00 BOUCLE   |
| 18                                  | Chemin des Chevreuils               | 1h15 AR       |
| 27                                  | Circuit de la Nouvaz                | 0h45 BOUCLE   |
| 29                                  | Vers Courchevel 1850                | 0h45 DESCENTE |
| 23                                  | Sentier découverte du Grand Bois    | 1h15 DESCENTE |
| 30                                  | Chemin de Villarnard                | 1h15 DESCENTE |
| 31                                  | Chemin du Moulin de Villafou        | 1h45 BOUCLE   |
| 14                                  | Col de la Loze par Dos des Branches | 6h15 AR       |

**REFUGES**  
MOUNTAIN HUTS

**REFUGE DU GRAND PLAN**  
Laurent Bois-Marriage Tel. +33 (0) 689 84 08 52

**REFUGE DES LACS MERLET**  
Solène Colin & Charles Decaen  
Tel. +33 (0) 673 49 79 04 / +33 (0) 680 59 63 29

**VIA FERRATA**

Nos recommandations pour la pratique de l'activité :  
• Portez un casque.  
• Équipez-vous d'un baudrier d'escalade muni d'une longe de via ferrata. Cette longe sera équipée de larges mousquetons à verrouillage automatique et d'un absorbeur de chocs.  
• Informez-vous et observez les conditions météorologiques.  
• Prévoyez une boisson et un petit en-cas.  
• Pendant la pratique, veillez à ne pas faire tomber de pierres.

Pour découvrir et pratiquer la via ferrata en toute sécurité, notamment avec des enfants, n'hésitez pas à faire appel aux guides de Courchevel !

Please read the via ferrata information carefully:  
• Wear a helmet.  
• Use a climbing harness with a via ferrata rope. This rope should have a shock absorbing lanyard with large auto-lock carabiners.  
• Check the weather conditions before you leave.  
• Make sure you take a drink and a snack with you.  
• Be careful not to make any stones fall during the climb. Please do not hesitate to contact our Courchevel mountain guides should you need supervision.

**TOPO RANDO COURCHEVEL**  
WALKS AND HIKES IN COURCHEVEL

Le topo-guide « Balades et randonnées à Courchevel » complète l'ensemble des 33 itinéraires visibles sur cette carte. Chacune des 25 balades familiales, 7 petites randonnées et 10 randonnées sont présentées et détaillées, avec le sentier inscrit sur carte IGN. Disponible dans les Offices de Tourisme de Courchevel.  
104 pages, version bilingue français-anglais.

The « Walks and hikes in Courchevel » guidebook will complete the 33 itineraries presented on this map. Each one of the 25 family walks, 7 short and 10 longer hikes are explained, detailed and illustrated with an IGN (OS) map. Available in the Courchevel Tourist Offices.  
104 pages, french-english bilingual version.

**DÉPART DE COURCHEVEL MORIOND**  
FROM COURCHEVEL MORIOND

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION  | TEMPS       |
|-------------------------------------|--|-------------|
| A                                   | PROMENADE CONFORT Torrent et lac de la Rosière                               | 1h00 BOUCLE |
| 1                                   | Sentier botanique et Cascade des Poux  | 1h00 AR     |
| 1'                                  | Sentier botanique et Cascade des Poux (Variante de retour : Forêt du Laiton) | 1h45 BOUCLE |
| 13                                  | Abri du Bec de l'Aigle   | 1h00 AR     |
| 19                                  | Plan du Vah - Sentier des Tufs   | 1h00 BOUCLE |

**SENTIER DES CONTEMPLATIONS**  
PATH OF CONTEMPLATIONS

Sentir plutôt que penser, pour un ressourcement essentiel. Paisible et accueillant, ce sentier invite à la contemplation et à la sérénité. Son parcours guidé, inscrit sur des panneaux ou accessible en audio sur le téléphone, permet de redécouvrir et d'apprécier notre lien sensoriel avec la Nature à travers une cinquantaine d'exercices corporels et contemplatifs inspirés de la méditation et du yoga.

Feeling rather than thinking, for an essential renewal. Peaceful and welcoming, this trail is conducive to resourcing and contemplation. Its guided path, posted on signs or available in audio on the phone, allows us to rediscover and appreciate our sensory link with Nature through some fifty physical and contemplative exercises inspired by meditation and yoga.



QUALITÉ TOURISME  
FRANÇAISE

FAMILIE PLUS  
VIVRE ENSEMBLE  
DES BELLES EXPÉRIENCES

**DÉPART DE SAINT-BON**  
FROM SAINT-BON

| SENTIERS CENITRAUX / CENTRAL TRAILS | DESCRIPTION  | TEMPS         |
|-------------------------------------|--|---------------|
| 15                                  | Chemin des Travers (Buisson, Fontanil, Cuérdy)                       | 0h30 DESCENTE |
| 15'                                 | Chemin des Travers Variante retour : Le Grenier, Le Fay, Les Moulins | 2h00 BOUCLE   |

**RESTAURANTS DE MONTAGNE**  
MOUNTAIN RESTAURANTS

**LE BOUC BLANC**  
Sommet Top of La Tania. Tel. +33 (0) 479 08 80 26

**LE 1928**  
Col de la Loze. Tel. +33 (0) 479 08 32 34 / +33 (0) 626 02 74 75

**FERME-AUBERGE DE L'ARIONDAZ**  
Mont Bel-Air. Tel. +33 (0) 611 45 26 63 / +33 (0) 683 27 47 58

**CHALET DU LAC DE LA ROSIÈRE**  
La Rosière. Tel. +33 (0) 603 17 50 72

**LA CABANE DE SULL'YS**  
Prarnéuel. Tel. +33 (0) 626 98 44 73

**Courchevel Tourisme**  
Tel. +33 (0) 479 08 00 29 - info@courchevel.com  
www.courchevel.com

COURCHEVEL EN UN SCAN  
COURCHEVEL IN A SCAN

