

# Enduro

- 11 MONT BLANC**  
30 min / 9 km / 20 m / -695 m  
Départ : Sommet TC Lac Noir - Remontées mécaniques utilisées : TSD Montchavin + TC Lac Noir
- 24 LES GENEVRIERS**  
25 min / 4,29 km / 0 m / -690 m  
Départ : Sommet TC Champagny Remontée mécanique utilisée : TC Champagny
- 7 DRÉ VAL**  
1h / 12 km / 150 m / -1100 m  
Départ : Plagne Bellecôte Remontée via navette vallée - station
- 17 LES PIERRES BLANCHES**  
25 min / 3,6 km / 0 m / -379 m  
Départ : Sommet TC Lac Noir Remontées mécaniques utilisées : TSD Montchavin + TC Lac Noir
- 21 MONT DE LA GUERRE**  
1h / 9,7 km / 130 m / -835 m  
Départ : Sommet TC Champagny Remontée mécanique utilisée : TC Champagny
- 23 FORÊT DU MIOLLET**  
30 min / 4,2 km / 20 m / -720 m  
Départ : Sommet TC Champagny Remontée mécanique utilisée : TC Champagny
- 34 BOIS CROIZELIN**  
45 min / 4 km / 0 m / -600 m  
Départ : Sommet TC Montalbert Remontée mécanique utilisée : TC Montalbert
- 35 LES ESSERTS**  
1h00 / 8 km / 0 m / -683 m  
Départ : Entrée station village La Plagne Montalbert - Navettes régulières gratuites Aime-Montalbert (informations Office de tourisme)
- 12 LES PRAIZES**  
20 min / 3,8 km / 0 m / -600 m  
Départ : Sommet TC Lac Noir Remontées mécaniques utilisées : TSD Montchavin + TC Lac Noir

# VTT-AE

- A BOUCLE DE MONTALBERT**  
1/2 journée / 13 km / 445 m / -445 m  
Départ : Plagne Montalbert (parking du Chailet)
- B LES 4 HAMEAUX**  
1/2 journée / 21 km / 500 m / -500 m  
Départ : Champagny-le-Haut - Barrage de la Couaz (possibilité de prolonger jusqu'au refuge de la Gilère / aller-retour sur le même itinéraire, section de niveau intermédiaire)
- C LES BAUCHES**  
1/2 journée / 17 km / 655 m / -655 m  
Départ : Montchavin ou Les Coches (centre des villages)
- D ROUTE BALCON**  
1/2 journée / 15 km (AR) / 160 m / -160 m  
Départs : Plagne Aime 2000 / Plagne Centre / Plagne Villages / Plagne Bellecôte / Belle Plagne
- E LES ENVERS**  
1 journée / 20 km / 870 m / -870 m  
Départs : Plagne Montalbert (parking du Chailet) ou Plagne Aime 2000 (front de neige)
- F ALPAGES DU BOZELET**  
1 journée / 18 km (AR) / 900 m / -900 m  
Départs : Plagne Villages ou sommet de la TC de Champagny
- G BOUCLE DES FRASSES**  
1 journée / 23 km / 790 m / -790 m  
Départs : Montchavin ou Les Coches (centre des villages) / Plagne Bellecôte (chemin en aval des parkings)
- H LES DEUX SOMMETS**  
1 journée / 22 km (AR) / 1000 m / -1000 m  
Départs : Plagne Centre - Plagne Villages (fromagerie) ou sommet de la TC de Champagny
- I TOUR DU SAINT JACQUES**  
1/2 journée / 11 km / 546 m / -546 m  
Départ : Plagne Bellecôte (front de neige)

**FORFAITS**

**LA PLAGNE**  
1 passage : 6 euros / - de 5 ans gratuit  
1 jour : 15 € (donnant accès libre, pendant 1 journée à toutes les remontées mécaniques de la Plagne sauf Glacier) / - de 13 ans : 12 € / - de 5 ans : gratuit  
7 jours : 40 € / - de 13 ans : 32 € / - de 5 ans : gratuit  
Saison : 90 € (toutes remontées mécaniques sauf Glacier) / - de 13 ans : 72 € / - de 5 ans : gratuit

**PARADISKI : LA PLAGNE + LES ARCS + PEISEY-VALLANDRY**  
1 jour Paradiski : 35€ / - de 13 ans : 28€ / - de 5 ans : gratuit  
1 jour extension Paradiski : 15€ / - de 13 ans : 12€ / - de 5 ans : gratuit  
Saison Paradiski : 165€ / - de 13 ans : 132€ / - de 5 ans : gratuit

Les forfaits sont en vente dans les accueils de l'Office de Tourisme, à la caisse des remontées mécaniques de Plagne Bellecôte et au départ du télésiège du Colorado.

**Numéros utiles**  
URGENCE : 112 METEO : 3250

**ACCUEILS DE L'OFFICE DE TOURISME :**  
LA PLAGNE ALTITUDE : + 33 4 79 09 02 01  
LA PLAGNE MONTALBERT : + 33 4 79 09 77 33  
LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES : + 33 4 79 07 82 82  
LA PLAGNE - CHAMPAGNY-EN-VANOISE : + 33 4 79 55 06 55  
LA PLAGNE VALLÉE : + 33 4 79 55 67 00

**SOCIÉTÉ D'AMÉNAGEMENT DE LA PLAGNE**  
(remontées mécaniques) : + 33 4 79 09 67 00  
[www.la-plagne.com](http://www.la-plagne.com)

Le VTT est une activité physique et sportive pouvant comporter des risques. Restez prudent ! Les sentiers VTT et VTT-E du domaine de la Grande Plagne sont balisés par le Syndicat Intercommunal de la Grande Plagne et ses communes membres. Ceux qui déclinent toute responsabilité en cas d'accident sur les sentiers. L'activité VTT se pratique sous votre entière responsabilité, sachez évaluer les risques.

**Découvrez le patrimoine à vélo électrique !**  
Découvrez le patrimoine et les paysages de Tarentaise à vélo électrique ! En plus des itinéraires VTT-E présentés sur ce document, des itinéraires de découverte du patrimoine local à vélo électrique sont à votre disposition. Il en existe plusieurs sur le territoire de La Plagne : sur le Versant du Soleil et dans le vallon de Champagny-le-Haut. Plus de renseignements dans les accueils de La Plagne Vallée et Champagny-en-Vanoise.



**OUVERTURE DES REMONTÉES MÉCANIQUES\***

SECTEURS	REMONTÉES MÉCANIQUES	PÉRIODES D'OUVERTURE	L	M	J	V	S	D	HEURES D'OUVERTURE
MONTCHAVIN-LA PLAGNE	TSD MONTCHAVIN	6 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
	TC LAC NOIR	6 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
	TELEBUFFETTE	6 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	10h00 > 12h15 / 14h40 > 17h40
CHAMPAGNY-EN-VANOISE	TC CHAMPAGNY	1 <sup>er</sup> juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
	TC MONTALBERT	6 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
PLAGNE CENTRE	TSD COLORADO	4 juillet > 30 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
	TSD BERGERIE	4 juillet > 30 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h30 / 13h45 > 17h40
	TSD COLOSSES	4 juillet > 30 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
PLAGNE BELLECÔTE / BELLE PLAGNE	TC ROCHE DE MIO	5 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h20 > 17h05
	TC BELLECÔTE	5 juillet > 28 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h40 > 16h30
	TC BELLE PLAGNE	4 juillet > 29 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 23h45
INTERSTATIONS	TELEBUS	4 juillet > 29 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	9h00 > 20h20
	TELEMETRO	4 juillet > 29 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	8h00 > 23h45
NAVETTES	PLAGNE VILLAGES / PLAGNE SOLEIL	4 juillet > 29 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	8h30 > 23h45
	PLAGNE CENTRE / PLAGNE 1800 / PLAGNE BELLECÔTE	4 juillet > 29 août	vert	vert	vert	vert	vert	vert	8h00 > 00h00

\*Attention, fermeture possible des remontées en cas d'orage. Pour plus d'informations sur les ouvertures/fermetures des remontées mécaniques, téléchargez l'application Yuge.

# VTT+VTT-AE

## La Plagne

- BELLE PLAGNE 2059m**  
Points et Lieux de départ  
Itinéraire VTT électrique  
Itinéraire VTT enduro  
Remontées mécaniques accessibles
- Points d'informations  
Aire de Lavage  
Zone ludique  
Point de vue  
Musée  
Refuge  
Bus Vallée - Station  
Pique-nique
- Patrimoine  
Table d'orientation  
Point de recharge  
Zone Bike Park  
E-Spot  
Pumptrack

### BUS HORAIRES BUS LIAISON VALLÉE - STATION DU 06 JUILLET AU 28 AOÛT 2020 - DU LUNDI AU VENDREDI

SENS STATION - VALLÉE	13H45	16H35
PLAGNE CENTRE		
SOMMET DE LA PISTE DE BOBSLEIGH	13h55	16h45
LA ROCHE		
LES VILLARDS	14h05	16h55
MACOT MAIRIE	14h15	17h05
LES PROVAGNES - AIRE DE CHAÎNAGE	14h25	17h15
BASE DE LOISIRS - PLAN D'EAU	14h35	17h20
SENS VALLÉE - STATION		
BASE DE LOISIRS - PLAN D'EAU		
LES PROVAGNES - AIRE DE CHAÎNAGE	10h45	16h00
MACOT ÉCOLE	10h50	16h05
LES VILLARDS	11h00	16h15
LA ROCHE	11h10	16h25
SOMMET DE LA PISTE DE BOBSLEIGH	11h20	16h35
PLAGNE CENTRE		

**TARIFS BUS LIAISON VALLÉE - STATION**  
ALLER / RETOUR : 7 €  
ALLER SIMPLE : 4 €  
ABONNEMENT : Saison été : 50 €

Tarifs identiques pour les adultes et les enfants.  
**DU 06 JUILLET AU 28 AOÛT 2020 DU LUNDI AU VENDREDI**

Deux autres navettes transportant les VTT permettent de rejoindre les sites de La Plagne - Montchavin les Coches et Plagne Montalbert. Plus de renseignements sur les horaires dans les points informations.



**CHAMPAGNY LE HAUT 1470m**  
Le Bois  
Friburge  
Les Vions  
Le Laisonnay d'En Haut  
Refuge du Laisonnay

## [] SORTIES ENCADRÉES

### LA PLAGNE MONTALBERT :

Bureau des guides Montalbert : +33 4 79 09 63 94

### LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES

Evolution 2 Montchavin : +33 6 86 34 94 15

Evolution 2 Les Coches : +33 6 86 34 94 15

### LA PLAGNE ALTITUDE

El Pro - Belle Plagne : +33 4 79 09 11 62

73 Tracks : +33 6 63 47 39 27

Paradibike : +33 6 80 74 36 00

### LA PLAGNE VALLÉE

An Rafting : +33 4 79 09 72 79

## [] LOUEURS VTT & VTT-E

### LA PLAGNE ALTITUDE

Sport 2000 - Plagne 1800 : +33 4 79 09 06 60

Intersport - Plagne Bellecôte : +33 4 79 09 05 67

Allais ski service - Plagne Centre : +33 4 79 09 01 52

Belle Plagne Sport - Belle Plagne : +33 4 79 09 20 58

Sport 2000 - Belle Plagne : +33 4 79 09 07 79

Paradibike : +33 6 80 74 36 00

### LA PLAGNE CHAMPAGNY-EN-VANOISE

Sport2000 : +33 4 79 55 05 45

### LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES

Evolution 2 Montchavin : +33 6 86 34 94 15

Evolution 2 Les Coches : +33 6 86 34 94 15

Benoit Sports La Poudreuse : +33 4 79 07 85 27

### LA PLAGNE MONTALBERT

Ski set Les étoiles du sport : +33 4 79 09 83 88

Skimium : +33 4 79 09 78 09

### LA PLAGNE VALLÉE

Bike Surgery : +33 4 57 37 69 95

AN Rafting : +33 4 79 09 72 79

## LA PLAGNE BIKE PARK

### LES + DU BIKE PARK

- + Bike park entretenu et surveillé tout l'été par 5 patrouilleurs VTT
- + Deux stations de lavage dédiées
- + Plusieurs pistes accessibles aux enfants
- + Ouvert 7j/7 de 09h00 à 12h45 et de 13h30 à 17h40



C'est l'endroit idéal pour s'initier ou se perfectionner à la descente. Entre amis ou en famille dévaliez les pistes ludiques tous niveaux, de débutant à expert avec virages relevés, sauts et modules en tous genres.

### OUVERTURE

Le bike park est desservi par les télésièges du :

- **Colorado, de la Bergerie et des Colosses** ouverts 7j/7 du 4 juillet au 30 Août.
- **TSD Colorado** ouvert de 09h00 à 12h45 et de 14h00 à 17h40
- **TSD Bergerie** ouvert de 09h00 à 12h30 et de 13h45 à 17h40
- **TSD Colosses** ouvert de 09h00 à 12h15 et de 13h30 à 17h40

### ACCÈS

Accès à Plagne Centre avec le réseau de liaison inter-stations gratuites (navettes et remontées) pouvant transporter les VTT.

Accès depuis la vallée via navette "vallée/station". Informations au dos côté carte.

### FORFAITS

En vente dans les accueils de l'Office de Tourisme et au départ du télésiège du Colorado.

"Tourner en rond" à La Plagne sans s'ennuyer, c'est possible !

## PUMPTRACK

L'objectif sur ces circuits goudronnés en boucle composés de virages relevés et de bosses : maintenir et augmenter sa vitesse grâce à un mouvement de pompage.

Parcours tous niveaux praticables en vélo, trottinette, rollers, skateboard et draineuse.

### P1 PLAGNE BELLECOTE

Niveau : débutant à confirmé (1 ligne verte débutant indépendante + 1 ligne bleu et 1 ligne rouge confirmé)

Accès : à côté du «city stade» de Plagne Bellecote

### P2 PLAGNE VALLÉE (AIME)

Niveau : Débutant à confirmé (1 ligne bleu et 1 ligne rouge)

Accès : à côté du stade de la Maladière



## e-spot

Leader des destinations E-bike, la Plagne innove et invente les E-Spots : des espaces ludiques agrémentés de différents mouvements de terrain (virages relevés, petites bosses etc.) ou modules ludiques. Ils permettent de profiter de toutes les capacités des VTT à assistance électrique pour s'amuser et se faire plaisir aussi bien en montée qu'en descente. Accessibles à tous depuis les itinéraires spécifiques VTT-AE, c'est LA NOUVEAUTÉ à essayer en famille ou entre amis !

### E1 PLAGNE CENTRE

Niveau : débutant

Départ : front de neige de Plagne Centre.

Accès par itinéraire D

### E2 PLAGNE MONTALBERT - PRALLOUD

Niveau : débutant à confirmé

Départ : Alpage de Pralioud.

Accès par télécabine de Montalbert ou itinéraire E

### E3 PLAGNE MONTALBERT - FORNELET

Niveau : débutant à confirmé

Départ : Sommet de la télécabine de Montalbert.

Accès par télécabine ou itinéraire E

### E4 PLAGNE BELLECÔTE

Niveau : débutant à confirmé

Départ : Front de neige de Plagne Bellecote.

Accès par itinéraire D

### E5 CHAMPAGNY-LE-HAUT

Niveau : débutant

Départ : au niveau du parcours aventure (au bout du camping). Accès par route de Champagny-le-Haut puis direction camping (suivre la signalétique)

### E6 LES COCHES

Niveau : débutant à confirmé

Départ : sommet de la Télébuffle. Accès par itinéraire C ou G et Télébuffle



## Points Recharge

Des points recharge installés dans les restaurants et bars partenaires de la station (sauf point 2) vous permettent de recharger si besoin vos batteries tout en profitant d'une pause gourmande.

Profitez-en ! Les points recharges sont signalés sur la carte par cette icône.

Ces points recharge sont équipés de chargeurs de marque Bosch et Yamaha standards (attention compatibilité avec tous les modèles de vélos non garantie). N'hésitez pas à demander à votre loueur de pouvoir emporter le chargeur de votre vélo avec vous ou à amener le votre si vous en possédez un.

### 1 LE CHALET DES VERDONS SUD - CHAMPAGNY-EN-VANOISE

+33 6 13 10 33 31

Ouvert du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h00 du 1er juillet au 28 août

### 2 RESTAURANT LE 360 - PLAGNE MONTALBERT

+33 9 88 66 50 79

Ouvert du 15 juillet au 15 août de 9h30 à 16h30

### 3 CRÉPERIE LE FLOCON - PLAGNE BELLECOTE

+33 4 79 09 08 97

Ouvert tous les jours de 9h00 à 21h00, du 4 juillet au 29 août

### 4 CHEZ LAURETTE - CHALET DE PLAN BOIS - LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES

+33 6 09 34 37 88

Ouvert du mardi au dimanche de 9h30 à 17h30, du 11 juillet au 22 août

### 5 RESTAURANT LE DOU DU PRAZ - PLAGNE SOLEIL

+33 4 79 09 05 40

Ouvert tous les jours de 9h00 à 20h00, du 4 juillet au 29 août

### 6 RESTAURANT LE FORPRET - PLAGNE MONTALBERT

+33 4 79 55 51 27

Ouvert tous les jours de 9h00 à 19h00 (+ le soir sur réservation), du 4 juillet au 29 août

### 7 LA FACE NORD - BELLE PLAGNE

+33 4 79 09 01 73

Ouvert tous les jours de 9h00 à 21h00, du 4 juillet au 29 août

### 8 RESTAURANT LA BOVATE - LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES

+33 9 83 54 44 94

Ouvert du 04 juillet au 29 août de 9h00 à 22h00 - fermé le dimanche après midi et la journée le lundi

### Point recharge hors "restaurants et bars" :

### 9 SUPERETTE SHERPA - CHAMPAGNY EN VANOISE

Ouvert tous les jours de 8h00 à 12h30 et de 16h00 à 19h30 du 20 juin au 13 septembre. Recharge VTT-AE possible en dehors des horaires d'ouverture



## Balisage

ENDURO



- Couleur de la difficulté
- Direction
- Nom ou numéro de l'itinéraire

VTT-E



- Direction
- Itinéraires VTT-E
- Couleur de la difficulté
- Nom de l'itinéraire

DANGER



- Présence de dangers ponctuels
- Soyez attentifs !

## Types de parcours

### ENDURO (E)

A mi-chemin entre le cross-country et la descente : parcours essentiellement descendants sur des sentiers naturels déjà existants, avec parfois quelques courts passages de montée.

### DESCENTE (DH)

Parcours uniquement descendants et aménagés spécifiquement pour la pratique du VTT, parsemés de passages ludiques (des virages relevés, bosses, sauts et passerelles). A la Plagne, ils sont concentrés au sein du Bike Park.

### VTT-AE

Découvrez La Plagne et ses environs d'une nouvelle manière grâce au VTT à assistance électrique ! Une activité ludique, conviviale et écologique ! Accédez à de nouveaux horizons en quelques tours de roue. L'utilisation de VTT à assistance électrique permet de s'affranchir de la plupart des difficultés liées à la pente, les montées ne sont plus un problème ! Vous n'aurez à vous soucier que d'une chose, votre plaisir.

Les itinéraires VTT-AE sont aussi accessibles en VTT «classiques». Leur durée de parcours sera plus longue et les sections de montées plus physiques !

Certains itinéraires sont plus particulièrement adaptés avec des enfants, ils sont signalés par cette icône dans la liste des parcours.

## Conseils d'utilisation de la batterie

Les VTT à assistance électrique mis à disposition par les loueurs de La Plagne comportent pour la plupart au moins trois modes d'utilisation de la batterie (économique, standard et turbo) sollicitant plus ou moins la batterie.

Il vous est vivement conseillé de régler son utilisation en fonction de la longueur et de la durée du parcours.

Les itinéraires ont été conçus pour être parcourus par défaut en mode « standard ».

## Difficultés

### QUATRE NIVEAUX DE CIRCUITS :

**VERT facile** : circuits qui conviennent à toute la famille, ils ne représentent pas de difficultés physiques ou techniques

**BLEU intermédiaire** : circuits qui conviennent à toute la famille à condition d'avoir déjà pratiqué le VTT. Ils présentent peu de difficultés physiques et/ou techniques.

**ROUGE difficile** : circuits qui présentent des difficultés physiques et/ou techniques, ils sont adaptés aux pratiquants réguliers de VTT.

**NOIR très difficile** : circuits présentant des difficultés physiques et techniques importantes, réservés aux pratiquants réguliers de VTT.

### CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Port du casque et protections obligatoires.
- Adaptez votre vitesse et votre comportement au terrain.
- Avant de partir consultez les conditions météorologiques.
- Emportez un vêtement chaud et un vêtement de pluie.
- Emportez de quoi vous hydrater et vous restaurer.
- En cas d'accident ou d'incident, prévenez les patrouilleurs VTT ou les secours (n°112.)

### LA MONTAGNE EST VIVANTE, RESPECTEZ LA !

- Respectez les itinéraires, ne sortez pas des tracés.
- Remportez vos déchets, ne jetez rien dans la nature.
- Respectez les troupeaux, roulez au pas pour ne pas effrayer les bêtes.
- Certains itinéraires sont partagés, laissez la priorité aux piétons.
- La montagne abrite de nombreux animaux, pour leur tranquillité soyez le plus discret possible.
- En cas de rencontre, arrêtez-vous et laissez-leur le temps de s'en aller !



Pour mieux vous servir en hiver comme en été, La Plagne réalise des travaux de remontées mécaniques dans le cadre du projet du nouveau télésiège de la Lovatière. Ces travaux pourraient entraîner la fermeture temporaire de certaines pistes ou la mise en place de déviations. Pour votre sécurité respectez le balisage et les consignes affichées sur site. Nous vous remercions d'avance pour votre compréhension.

