

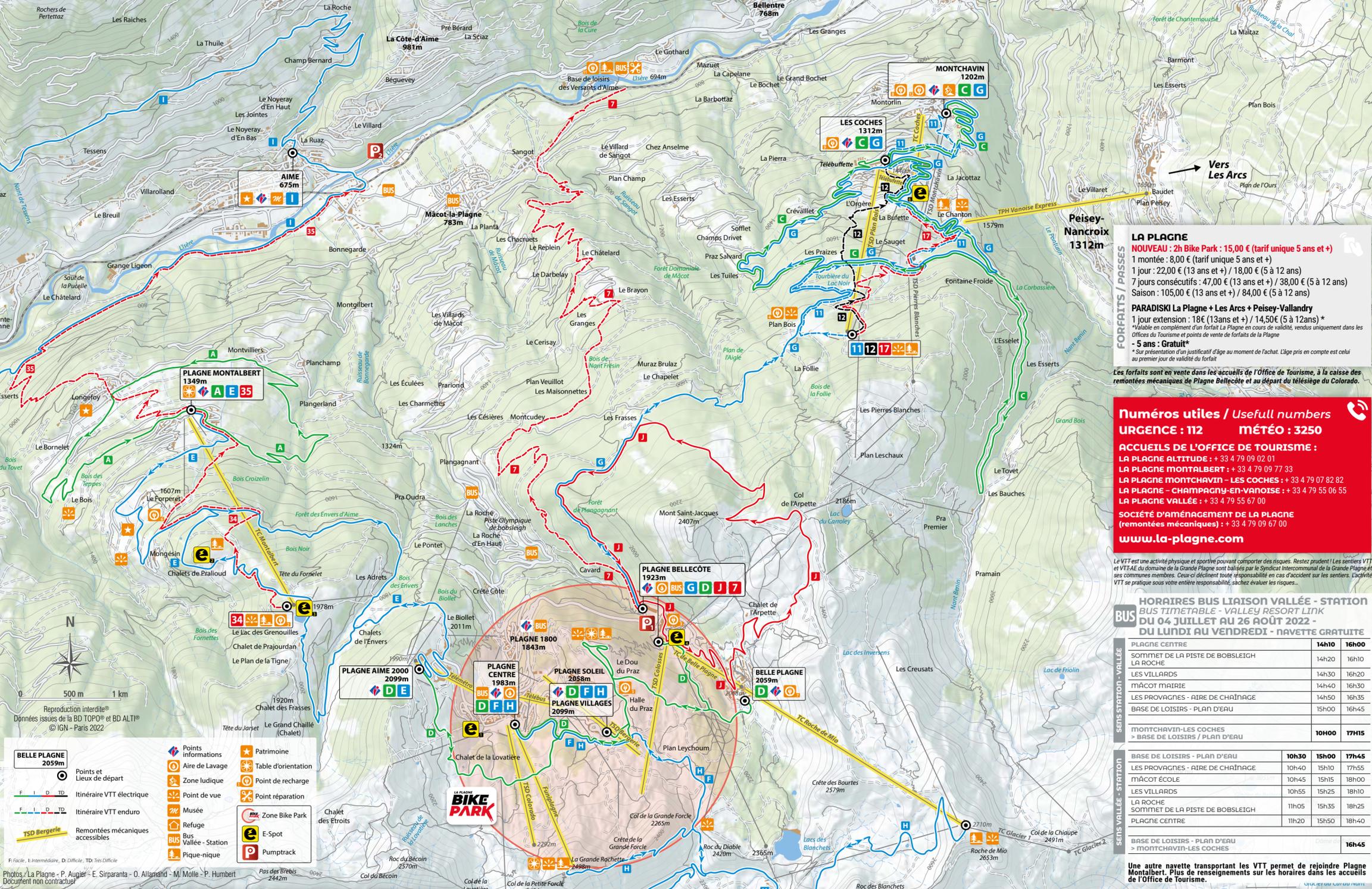
**Découvrez le patrimoine à vélo électrique!**  
 Découvrez le **patrimoine et les paysages** de Tarentaise à vélo électrique!  
 En plus des itinéraires VTTAE présentés sur ce document, des **itinéraires de découverte** du patrimoine local à vélo électrique sont à votre disposition. Il en existe plusieurs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

**ENDURO**

- 11 MONT BLANC**  
 30 min / 9 km  
 Départ : Sommet TC Lac Noir  
 Remontées mécaniques utilisées : TC Coches + TSD Plan Bois
- 24 LES GENEVRIERS**  
 25 min / 4,29 km  
 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 : TC Coches + TSD Plan Bois
- 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 / 5,1 km  
 11 m / -623 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 BOUCLÉ DE MONTALBERT**  
 1/2 journée / 13 km  
 445 m / -445 m  
 Départ : Plagne Montalbert (parking du Chaillat)
- 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 (A/R)  
 160 m / -160 m  
 Départ : Plagne Aime 2000 / Plagne Centre / Plagne Villages / Plagne Bellecôte / Belle Plagne
- E LES ENVERS**  
 journée / 20 km  
 870 m / -870 m  
 Départ : Plagne Montalbert (parking du Chaillat) ou Plagne Aime 2000 (front de neige)
- F ALPAGES DU BOZELET**  
 journée / 18 km (A/R)  
 900 m / -900 m  
 Départ : Plagne Villages ou sommet de la TC de Champagny
- G BOUCLÉ DES FRASSES**  
 journée / 23 km  
 790 m / -790 m  
 Départ : Montchavin ou Les Coches (centre des villages) / Plagne Bellecôte (chemin en aval des parkings)
- H LES DEUX SOMMETS**  
 journée / 22 km (A/R)  
 1000 m / -1000 m  
 Départ : Plagne Centre - Plagne Villages (fromagerie) ou sommet de la TC de Champagny
- I ENTRE FORÊT ET VIGNES**  
 journée / 24 km  
 850 m / -850 m  
 Départ : Aime
- J TOUR DU SAINT JACQUES**  
 1/2 journée / 11 km  
 546 m / -546 m  
 Départ : Plagne Bellecôte (front de neige)



**OUVERTURE DES REMONTÉES MÉCANIQUES\* LIFTS OPENING**

SECTEURS	REMONTÉES MÉCANIQUES	PÉRIODES D'OUVERTURE	L M J V S D	HEURES D'OUVERTURE
MONTCHAVIN-LES COCHES	TSD PLAN BOIS	3 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
	TC COCHES (gratuit)	3 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
	TÉLÉBUFETTE (gratuit)	3 juillet > 28 août	●●●●●●●	09h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
CHAMPAGNY-EN-VANOISE	VANOISE EXPRESS	4 juillet > 26 août	●●●●●●●	9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
	TC CHAMPAGNY	3 juillet > 26 août	●●●●●●●	9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
PLAGNE MONTALBERT	TSD COLORADO	2 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 17h40
	TSD BERGERIE	2 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 17h40
PLAGNE CENTRE	FUNIPLAGNE	3 juillet > 26 août	●●●●●●●	10h30 > 12h45 / 14h00 > 19h10
	TSD COLOSSES	3 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
PLAGNE BELLECÔTE / BELLE PLAGNE	TC ROCHE DE MIO	3 juillet > 26 août	●●●●●●●	9h20 > 17h05
	TC BELLE PLAGNE (gratuit)	2 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 23h30
INTERSTATIONS	TÉLÉBUS (gratuit)	2 juillet > 28 août	●●●●●●●	9h00 > 23h30
	TÉLÉMÉTRO (gratuit)	2 juillet > 28 août	●●●●●●●	8h00 > 23h30

\*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**

**LA PLAGNE**  
**NOUVEAU : 2h Bike Park : 15,00 € (tarif unique 5 ans et +)**  
 1 montée : 8,00 € (tarif unique 5 ans et +)  
 1 jour : 22,00 € (13 ans et +) / 18,00 € (5 à 12 ans)  
 7 jours consécutifs : 47,00 € (13 ans et +) / 38,00 € (5 à 12 ans)  
 Saison : 105,00 € (13 ans et +) / 84,00 € (5 à 12 ans)

**PARADISKI La Plagne + Les Arcs + Peisey-Vallandry**  
 1 jour extension : 18€ (13ans et +) / 14,50€ (5 à 12ans) \*  
 \*Valable en complément d'un forfait La Plagne en cours de validité, vendus uniquement dans les Offices du Tourisme et points de vente de forfaits de la Plagne  
**5 ans : Gratuit!**  
 \* Sur présentation d'un justificatif d'âge au moment de l'achat. L'âge pris en compte est celui au premier jour de validité du forfait

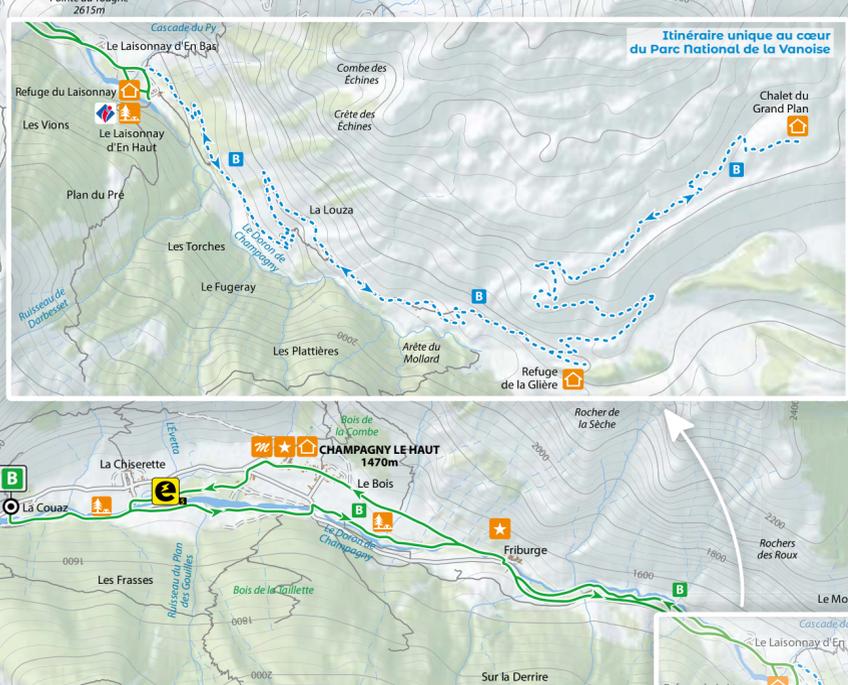
Les forfaits sont en vente dans les accueils de l'Office de Tourisme, à la caisse des remontées mécaniques de Plagne Bellecôte et au départ du télésiège du Colorado.

**Numéros utiles / Usefull numbers**  
**URGENCE : 112**      **MÉTÉO : 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)

**HORAIRES BUS LIAISON VALLÉE - STATION BUS TIMETABLE - VALLEY RESORT LINK DU 04 JUILLET AU 26 AOÛT 2022 - DU LUNDI AU VENDREDI - NAVETTE GRATUITE**

SENS STATION - VALLÉE	16h10	16h00
PLAGNE CENTRE	16h10	16h00
SOMMET DE LA PISTE DE BOBSLEIGH	14h20	16h10
LES VILLARDS	14h30	16h20
MACOT MAIRIE	14h40	16h30
LES PROVAGNES - AIRE DE CHAÎNAGE	14h50	16h35
BASE DE LOISIRS - PLAN D'EAU	15h00	16h45
MONTCHAVIN-LES COCHES	10h00	17h15
BASE DE LOISIRS - PLAN D'EAU	10h30	17h45
LES PROVAGNES - AIRE DE CHAÎNAGE	10h40	15h10
MACOT ÉCOLE	10h45	15h15
LES VILLARDS	10h55	15h25
LA ROCHE	11h05	15h35
SOMMET DE LA PISTE DE BOBSLEIGH	11h20	15h50
PLAGNE CENTRE	11h20	15h50
BASE DE LOISIRS - PLAN D'EAU	16h45	16h45
MONTCHAVIN-LES COCHES	16h45	16h45

Une autre navette transportant les VTT permet de rejoindre Plagne Montalbert. Plus de renseignements sur les horaires dans les accueils de l'Office de Tourisme.



**TROPHÉE BIKE PARKS**  
supported by *Big Bike*

**LE CHALLENGE VTT DE L'ANNÉE 2022 SUR STRAVA**

Défilez le chrono virtuel et réalisez vos meilleurs temps ! Nombreux lots et cadeaux à gagner.  
Rendez-vous sur la piste «Redskins» de La Plagne !

**LA PLAGNE**

**FLASHÉZ & GAGNEZ**  
VOTRE SÉJOUR À LA PLAGNE

en partenariat avec **DARE2B**

Règlement du jeu-concours et dotations disponibles via le QR code

**RACER** **YCEBE**



**VTT+VTT-AE** ÉTÉ 2022

**LA PLAGNE** Paradiski

www.la-plagne.com 04 79 09 02 01

**LA PLAGNE** Paradiski

**BIKE PARK** ÉTÉ 2022



**YCEBE** **RACER**

**SORTIES ENCADRÉES GUIDED TOURS**

**LA PLAGNE MONTALBERT :**  
Bureau des guides Montalbert : +33 4 79 09 63 94

**LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES**  
Evolution 2 Montchavin : +33 4 79 07 81 85  
Evolution 2 Les Coches : +33 4 57 37 18 85

**LA PLAGNE ALTITUDE**  
El Pro - Belle Plagne : +33 4 79 09 11 62  
73 Tracks : +33 6 46 26 22 04  
Paradibike : +33 6 80 74 36 00

**LA PLAGNE VALLÉE**  
An Rafting : +33 4 79 09 72 79

**LA PLAGNE CHAMPAGNY-EN-VAISOISE**  
Étienne Burel : +33 6 25 40 83 58

**LOUEURS VTT & VTT-AE MTB & E-BIKE RENTAL**

**LA PLAGNE ALTITUDE**  
Décathlon Mountain - Plagne 1800 : +33 4 79 04 00 91  
Intersport - Plagne Bellecôte : +33 4 79 09 05 67  
Allais ski service - Plagne Centre : +33 4 79 09 01 52  
Sport 2000 Leroux Sport - Plagne Villages : +33 4 79 09 01 35  
Belle Plagne Sport - Belle Plagne : +33 4 79 09 20 58  
El Pro - Belle Plagne Sport : +33 4 79 09 11 62  
Sport 2000 - Belle Plagne : +33 4 79 09 07 79

**LA PLAGNE CHAMPAGNY-EN-VAISOISE**  
Sport2000 : +33 4 79 55 05 45

**LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES**  
Evolution 2 Montchavin : +33 4 79 07 81 85  
Evolution 2 Les Coches : +33 4 57 37 18 85  
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

**PUMPTRACK**

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

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 draisiennne.

**P1 PLAGNE BELLECÔTE**

Niveau : débutant à confirmé (1 ligne verte débutant indépendante + 1 ligne bleue et 1 ligne rouge confirmé)  
Accès : à côté du « city stade » de Plagne Bellecôte

**P2 PLAGNE VALLÉE (AIME)**

Niveau : débutant à confirmé (1 ligne bleue 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 !

<b>E1 PLAGNE CENTRE</b> Niveau : débutant Départ : front de neige de Plagne Centre. Accès par itinéraire D	<b>E2 PLAGNE MONTALBERT - PRALLOUD</b> Niveau : débutant à confirmé Départ : Alpage de Pralroud. Accès par télécabine de Montalbert ou itinéraire E	<b>E3 PLAGNE MONTALBERT - FORNET</b> Niveau : débutant à confirmé Départ : Sommet de la télécabine de Montalbert. Accès par télécabine ou itinéraire E
<b>E4 PLAGNE BELLECÔTE</b> Niveau : débutant à confirmé Départ : Front de neige de Plagne Bellecôte. Accès par itinéraire D	<b>E5 CHAMPAGNY-LE-HAUT</b> 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)	<b>E6 LES COCHES</b> Niveau : débutant à confirmé Départ : sommet de la Télébuffette. Accès par itinéraire C ou G et Télébuffette



**Points Recharge / Charging Points**

Des points recharge installés dans les restaurants et bars partenaires de la station (sauf points 10, 11 et 12) 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 standards de marques Bosch et Yamaha (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 vôtre si vous en possédez un !

<b>1 LE CHALET DES VERDONS SUD - CHAMPAGNY-EN-VAISOISE</b> +33 6 13 10 33 31 Ouvert tous les jours, de 9h30 à 17h00 du 3 juillet au 28 août	<b>7 LA FACE NORD - BELLE PLAGNE</b> +33 4 79 09 01 73 Ouvert tous les jours, de 9h00 à 21h00, du 2 juillet au 28 août
<b>2 RESTAURANT LE 360° - PLAGNE MONTALBERT</b> +33 9 88 66 50 79 Ouvert du dimanche au vendredi, de 10h00 à 16h00, du 4 juillet au 26 août	<b>8 RESTAURANT LA BOVATE - LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES</b> +33 9 83 54 44 94 Ouvert du mardi au dimanche, de 9h00 à 22h00, du 25 juin au 26 août
<b>3 CRÉPERIE LE FLOCON - PLAGNE BELLECÔTE</b> +33 4 79 09 08 97 Ouvert tous les jours, de 9h00 à 20h00, du 2 juillet au 28 août	<b>9 LE CHALET DE FRIOLIN - LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES</b> +33 4 79 55 37 49 Ouvert tous les jours de 8h00 à 22h00, du 29 juin au 31 août
<b>4 CHEZ LAURETTE - CHALET DE PLAN BOIS - LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES</b> +33 6 09 34 37 88 Ouvert du mardi au dimanche de 9h30 à 17h30, du 26 juin au 3 septembre	<b>Points recharge hors « restaurants et bars » :</b>
<b>5 RESTAURANT LE DOU DU PRAZ - PLAGNE SOLEIL</b> +33 4 79 09 05 40 Ouvert tous les jours de 9h00 à 19h00, du 8 juillet au 28 août	<b>10 SUPERETTE SHERPA - CHAMPAGNY-EN-VAISOISE</b> Ouvert tous les jours de 8h00 à 12h30 et de 16h00 à 19h30 du 18 juin au 11 septembre. Recharge VTT-AE possible en dehors des horaires d'ouverture
<b>6 RESTAURANT LE FORPERET - PLAGNE MONTALBERT</b> +33 4 79 55 51 27 Ouvert tous les jours de 9h00 à 19h00 (+ le soir sur réservation), du 25 juin au 4 septembre	<b>11 BASE DE LOISIRS DES VERSANTS D'AIME</b> Borne recharge automatique. Recharge possible 7j/7 - 24h/24 avec son propre chargeur ou chargeurs Bosch à disposition
	<b>12 SUPERETTE SHERPA - MONTCHAVIN</b> +33 4 79 55 51 27 Ouvert tous les jours de 8h00 à 12h30 et de 16h00 à 19h30 du 18 juin au 11 septembre



**LA PLAGNE BIKE PARK**

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 / OPENNING**  
Le Bike Park est desservi par les télésièges du :

- **Colorado, de la Bergerie et des Colosses** ouverts 7j/7 du 2 juillet au 28 août.
- **TSD Colorado** ouvert de 09h00 à 17h40
- **TSD Bergerie** ouvert de 09h00 à 17h40
- **TSD Colosses** ouvert de 09h00 à 17h40

**ACCÈS / ACCESS**  
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 / PASSES**  
En vente sur internet, dans les accueils de l'Office de Tourisme, au point de vente remontées mécaniques de Plagne Bellecôte et au Chalet Colorado à Plagne Centre.

<b>B1 SHOSHONE</b> 4,8 km -300 m Départ : Sommet TSD Colorado	<b>B2 PONEY CLUB</b> 0,7 km -80 m Départ : Bas TSD Colorado
<b>B3 SWEET GOAT</b> 4 km -225 m Départ : Sommet Bergerie	<b>B4 BLUE CANYON</b> 1,5 km -150 m Départ : Sommet TSD Colorado
<b>B5 D'ANA</b> 1,3 km -130 m Départ : Sommet TSD Colorado	<b>B6 BLUE TOMATO</b> 2,7 km -300 m Départ : Sommet TSD Colorado
<b>B7 CHINOOK</b> 3,5 km -300 m Départ : Sommet TSD Colosses	<b>B8 COMANCHE</b> 1,5 km -300 m Départ : Sommet TSD de Bergerie
<b>B9 REDSKINS</b> 1,4 km -200 m Départ : Sommet TSD Colorado	<b>B10 THUNDERBOLT</b> 2,5 km -300 m Départ : Sommet TSD Colosses
<b>B11 X'TREM CANYON</b> 1,5 km -200 m Départ : Sommet TSD Colorado	



**Balisage / Marking**

**ENDURO**  
Couleur de la difficulté  
Direction  
Nom ou numéro de l'itinéraire

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

**DANGER**  
Présence de dangers ponctuels  
Soyez attentifs !

**Types de parcours Type of route**

**ENDURO**  
À mi-chemin entre le cross-country et la descente : parcours essentiellement descendants sur des sentiers naturels déjà existants pouvant être partagés, 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). À 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 Tips for using the battery**

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 gérer 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 Level of difficulty**

**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 SAFETY INSTRUCTIONS**

- 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 ! THE MOUNTAIN IS ALIVE, RESPECT IT!**

- Respectez les itinéraires, ne sortez pas des tracés.
- Rempotez 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 !