

## Découvrez le patrimoine à vélo électrique!

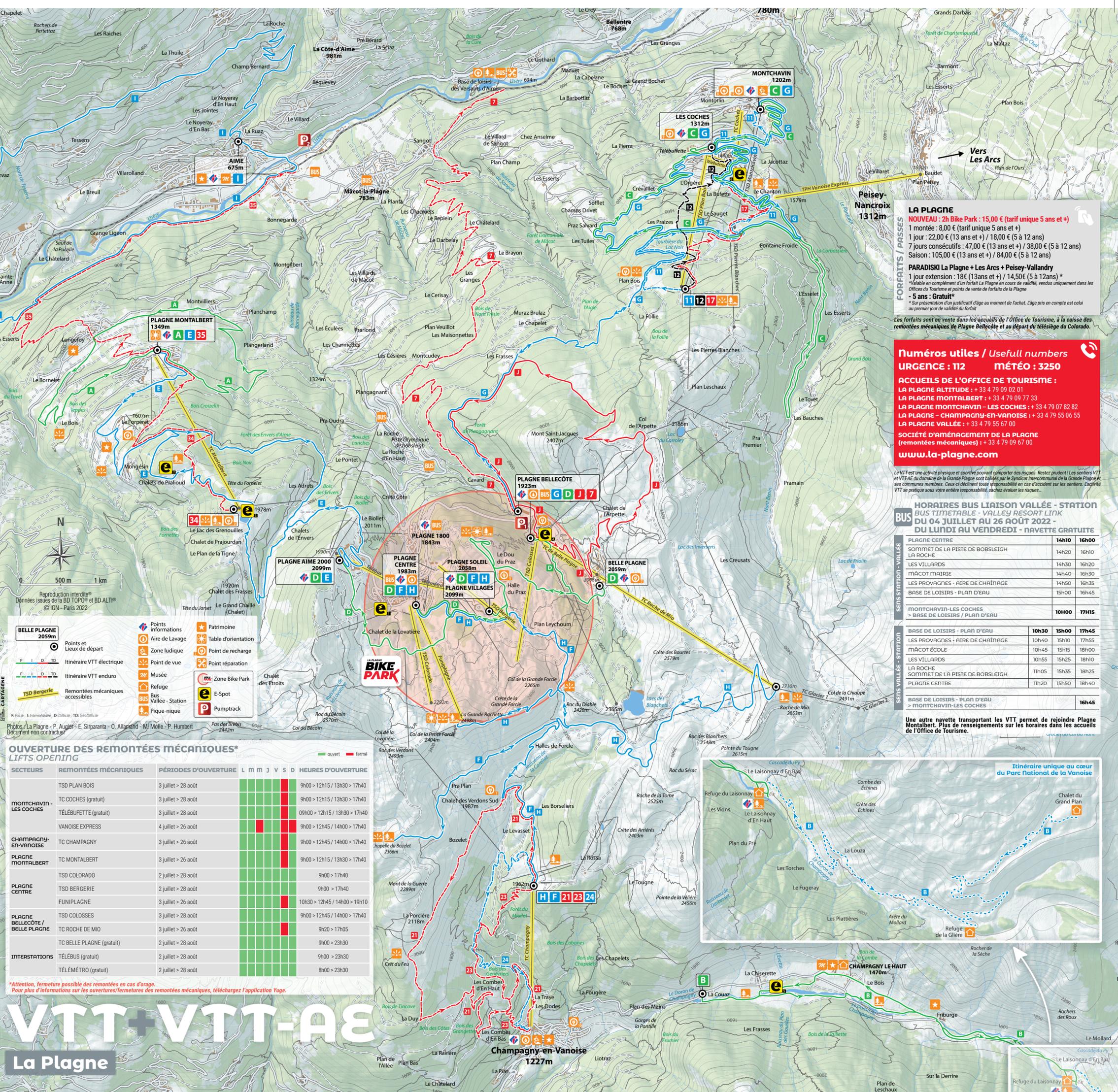
Découvrez le patrimoine et les paysages de Tarentaise à vélo électrique!  
 En plus des itinéraires VTT-AE présentés sur ce document, des itinéraires de découverte du patrimoine local à vélo électrique sont à votre disposition. Il en existe plusieurs sur le territoire de La Plagne : sur le Versant du 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  
 Départ: Plagne Bellecôte - Remontée via navette vallée - station
- 17 LES PIERRES BLANCHES**  
 25 min / 3,6 km  
 Départ: Sommet TC Lac Noir - Remontées mécaniques utilisées - TC Coches + TSD Plan Bois
- 21 MONT DE LA GUERRE**  
 1h / 9,7 km  
 Départ: Sommet TC Champagny - Remontée mécanique utilisée - TC Champagny
- 23 FORÊT DU MOLLET**  
 30 min / 4,2 km  
 Départ: Sommet TC Champagny - Remontée mécanique utilisée - TC Champagny
- 34 BOIS CROIZELIN**  
 45 min / 5,1 km  
 Départ: Sommet TC Montalbert - Remontées mécaniques utilisées - TC Montalbert
- 35 LES ESSERTS**  
 1h00 / 8 km  
 Départ: Entrée station village La Plagne Montalbert - Navettes régulières gratuites Aime - Montalbert (informations Office de tourisme)
- 12 LES PRAIZES**  
 20 min / 3,8 km  
 Départ: Sommet TC Lac Noir - Remontées mécaniques utilisées - TSD Montchavin + TC Lac Noir

## VTT-AE

- A BOUCLE DE MONTALBERT**  
 1/2 journée / 13 km  
 Départ: Plagne Montalbert (parking du Chailet)
- E LES 4 HAMEAUX**  
 1/2 journée / 21 km  
 Départ: Champagny-le-Haut - Barrage de la Couaz (possibilité de prolonger jusqu'au refuge de la Glère / aller retour sur le même itinéraire, section de niveau intermédiaire)
- C LES BAUCHES**  
 1/2 journée / 17 km  
 Départ: Montchavin ou Les Coches (centre des villages)
- D ROUTE BALCON**  
 1/2 journée / 15 km (A/R)  
 Départ: Plagne Aime 2000 / Plagne Centre / Plagne Villages / Plagne Bellecôte / Belle Plagne
- E LES ENVERS**  
 journée / 20 km  
 Départ: Plagne Montalbert (parking du Chailet) ou Plagne Aime 2000 (front de neige)
- F ALPAGES DU BOZELET**  
 journée / 18 km (A/R)  
 Départ: Plagne Villages ou sommet de la TC de Champagny
- G BOUCLE DES FRASSES**  
 journée / 23 km  
 Départ: Montchavin ou Les Coches (centre des villages) / Plagne Bellecôte (chemin en aval des parkings)
- H LES DEUX SOMMETS**  
 journée / 22 km (A/R)  
 Départ: Plagne Centre - Plagne Villages (romagerie) ou sommet de la TC de Champagny
- I ENTRE FORÊT ET VIGNES**  
 journée / 24 km  
 Départ: Aime
- J TOUR DU SAINT JACQUES**  
 1/2 journée / 11 km  
 Départ: Plagne Bellecôte (front de neige)



Reproduction interdite  
 Données issues de la BD TOPO® et BD ALTI®  
 © IGN - Paris 2022

- Points et Lieux de départ
- Itinéraire VTT électrique
- Itinéraire VTT enduro
- Remontées mécaniques accessibles
- Points d'information
- Aire de lavage
- Zone ludique
- Point de vue
- Musée
- Refuge
- Bus Vallée - Station
- Pique-nique
- Patrimoine
- Table d'orientation
- Point de recharge
- Point réparation
- Zone Bike Park
- E-Spot
- Pumptrack

### 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
	VANOISE EXPRESS	4 juillet > 26 août							9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
CHAMPAGNY-EN-VANOISE	TC CHAMPAGNY	3 juillet > 26 août							9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
	PLAGNE MONTALBERT	3 juillet > 26 août							9h00 > 12h15 / 13h30 > 17h40
PLAGNE CENTRE	TSD COLORADO	2 juillet > 28 août							9h00 > 17h40
	TSD BERGERIE	2 juillet > 28 août							9h00 > 17h40
PLAGNE BELLECÔTE / BELLE PLAGNE	FUNIPLAGNE	3 juillet > 26 août							10h30 > 12h45 / 14h00 > 19h10
	TSD COLOSSES	3 juillet > 28 août							9h00 > 12h45 / 14h00 > 17h40
INTERSTATIONS	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€ (13 ans et +) / 14,50€ (5 à 12 ans) \*  
 \* Validé 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

### 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)

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

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

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**

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

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

et de nombreux lots

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

RACER FRANCE 1997  
YCEBE PLAGE AERONAUTIQUE

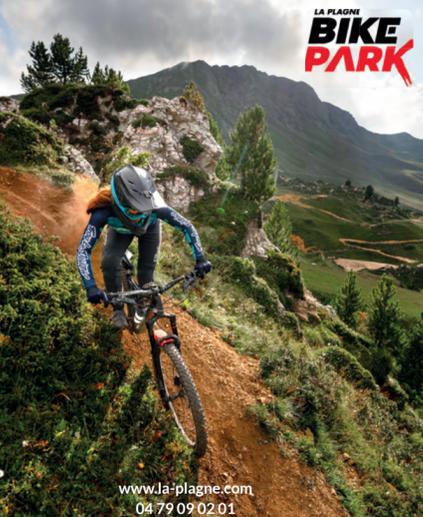


www.la-plagne.com  
04 79 09 02 01

VTT+VTT-AE  
ÉTÉ 2022



**BIKE PARK**  
ÉTÉ 2022



RACER FRANCE 1997  
YCEBE PLAGE AERONAUTIQUE

**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 Cochés : +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-VANOISE**  
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-VANOISE**  
Sport2000 : +33 4 79 55 05 45  
**LA PLAGNE MONTCHAVIN - LES COCHES**  
Evolution 2 Montchavin : +33 4 79 07 81 85  
Evolution 2 Les Cochés : +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

« 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.

**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 !

**E1 PLAGNE CENTRE**

Niveau : débutant  
Départ : front de neige de Plagne Centre.  
Accès par itinéraire D

**E2 PLAGNE MONTALBERT - PRALIOUD**

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 Bellecôte.  
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 Télébutette. Accès par itinéraire C ou G et Télébutette



**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 !

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



**ACCÈS / ACCESS**

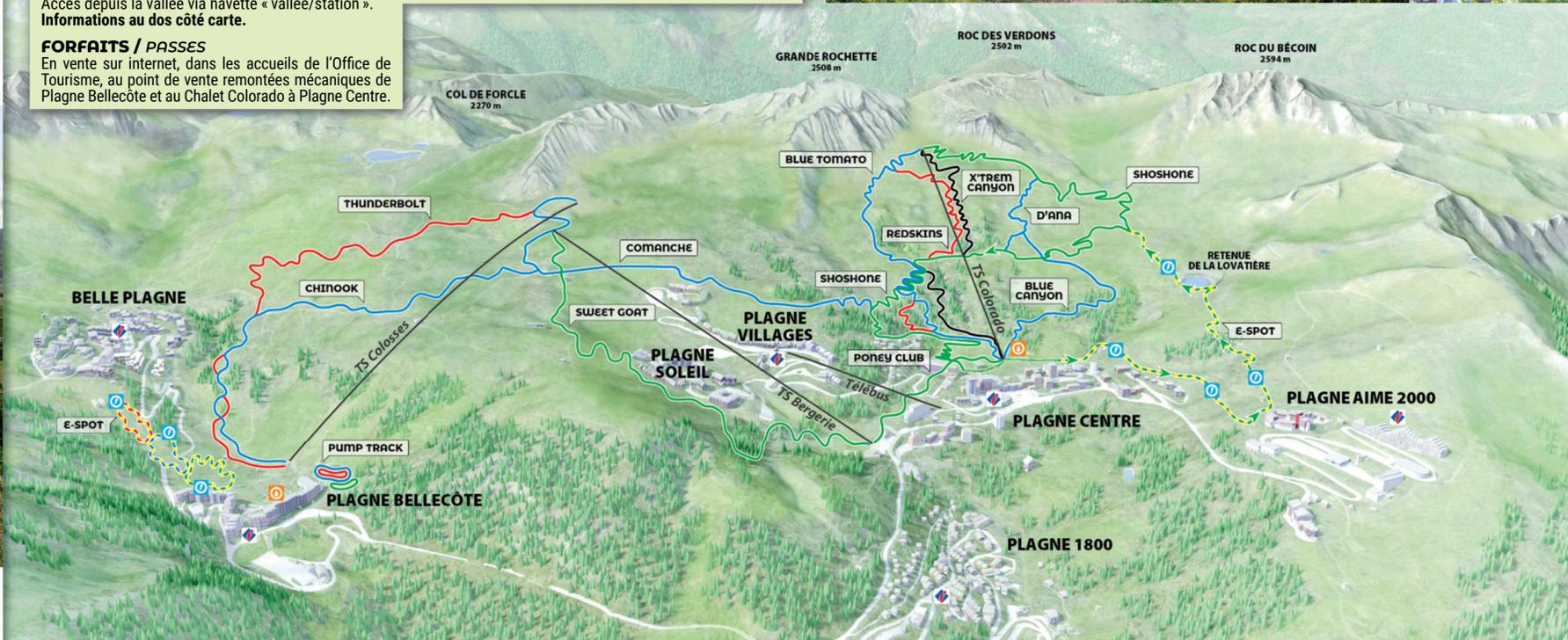
Accès à Plagne Centre avec le réseau de liaison inter-stations gratuites (navettes et remontées) pouvant transporter les VTT.  
Accès depuis la vallée via navette « vallée/station ». Informations au dos côté carte.

**FORAITS / 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.



- B1 SHOSHONE**  
4,8 km -300 m  
Départ : Sommet TSD Colorado
- B2 PONEY CLUB**  
0,7 km -80 m  
Départ : Bas TSD Colorado
- B3 SWEET GOAT**  
4 km -225 m  
Départ : Sommet Bergerie
- B4 BLUE CANYON**  
1,5 km -150 m  
Départ : Sommet TSD Colorado
- B5 D'ANA**  
1,3 km -130 m  
Départ : Sommet TSD Colorado
- B6 BLUE TOMATO**  
2,7 km -300 m  
Départ : Sommet TSD Colorado
- B7 CHINOOK**  
3,5 km -300 m  
Départ : Sommet TSD Colosses
- B8 COMANCHE**  
1,5 km -300 m  
Départ : Sommet TSD de Bergerie
- B9 REDSKINS**  
1,4 km -200 m  
Départ : Sommet TSD Colorado
- B10 THUNDERBOLT**  
2,5 km -300 m  
Départ : Sommet TSD Colosses
- B12 XTREM CANYON**  
1,5 km -200 m  
Départ : Sommet TSD Colorado



**Balilage / 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 patrouilles 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.
- 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 !