



① DÉCOUVERTE Esseillon(s), les forts sans effort

Nous allons vous raconter la fausse légende de la barrière de l'Esseillon... Il y a très longtemps, Marie-Christine, Marie-Thérèse, Charles-Albert, Victor-Emmanuel et Charles-Félix... Les cinq titans du clair royaume de Piémont-Sardaigne se faisaient construire deux hectares de forteresse sur la Barrière de l'Esseillon. Or, un jour, ils ouïrent dire que des hordes sauvages se rassemblaient dans les terres d'en-bas. Bientôt, c'est sûr, ils seraient à Modane... De guerre lasse, à force d'attendre, les titans finirent par se figer et se transformer eux-mêmes en pierres. Après la fausse légende, partez découvrir la véritable histoire de ce lieu ! Sur place, prenez deux heures pour visiter les forts qui portent fièrement les noms des princes et des princesses de Savoie.

📍 Au départ de la Maison cantonale de Modane (à côté de la gare SNCF)

● km 21 km / 🏔 + 460 / - 460 m / 🛣 Route

📍 Au départ de l'Office de Tourisme de La Norma

● km 26 km / 🏔 + 690 / - 690 m / 🛣 Route

📍 Au départ de la Maison d'Aussois

● km 20 km / 🏔 + 490 / - 490 m / 🛣 Route



④ DÉCOUVERTE Entre Mont-Cenis et Merveilles

Entrez dans le monde magique du site du Mont-Cenis. Son lac aux couleurs parfois turquoise ou émeraude vous plonge dans un univers aquatique au milieu de ces sommets aux teintes minérales souvent pailletés de blanc. Ce trésor est bien gardé par des sentinelles sur 4 pattes (les marmottes) mais celles-ci vous laisseront profiter de leur joyau si vous ne les dérangez pas. Hélas, cela n'a pas toujours été ainsi ! Ce site fut le théâtre de certaines discordes. Vous en verrez les traces avec les forts et les bunkers qui veillent encore sur le plateau du Mont-Cenis.

📍 Au départ du Col du Mont-Cenis

● km 17 km / 🏔 + 260 / - 260 m / 🛣 Route et chemin

📍 Au départ du sommet de la Télécabine du Vieux Moulin

Cette liaison vous permet de partir depuis la station de Val Cenis Lanslevillard avec les remontées mécaniques. Au sommet de la télécabine du Vieux Moulin il vous reste 3 km pour rejoindre le tour du lac du Mont-Cenis.

● km 23 km / 🏔 + 350 / - 350 m / 🛣 Route et chemin

📍 4A Variante aller-retour vers le Col du Petit Mont-Cenis

Cette liaison commence au niveau de la chapelle Saint Barthélemy. Elle vous conduit au col du petit Mont-Cenis. Le retour se fait par le même chemin.

● km 8 km / 🏔 + 165 / - 165 m / 🛣 Route

📍 4B Variante en boucle par le hameau de Grand-Croix

Cette boucle à l'aval de la digue du barrage permet de découvrir l'envergure de l'ouvrage. Continuez sur la D1006 jusqu'à l'ancienne douane et tourner à droite en direction du hameau de Grand-Croix.

● km 4.7 km / 🏔 + 100 / - 100 m / 🛣 Route et chemin

📍 Au départ de l'Office de Tourisme de Lanslebourg

Pour les plus courageux, vous pouvez vous rendre au lac du Mont-Cenis par la route ou par la forêt depuis la station de Val Cenis Lanslebourg.

Par la route :
● km 37 km / 🏔 + 985 / - 985 m / 🛣 Route et chemin

Par la forêt :
● km 42 km / 🏔 + 1265 / - 1265 m / 🛣 Route et chemin



② DÉCOUVERTE obélix est passé par là ?

Aucun gaulois de la célèbre BD n'est passé par là, hélas. Le monolithe est l'œuvre de la nature ; c'est en fait une aiguille de cargneule (roche sédimentaire) de 93m de haut que vous pourrez admirer au détour d'un virage. Vous verrez, on imagine aisément qu'avec un peu de potion magique quelqu'un aurait pu la disposer là !

A défaut d'aventures gauloise, détendez-vous et profitez d'une magnifique forêt de pins aux senteurs et couleurs méditerranéennes. Cette forêt composée de mélèzes, pins à crochets et pins cembro revêt une parure rose à la sortie de l'hiver grâce à la présence de la bruyère des neiges (espèce protégée), apportant une ambiance toute particulière à ces lieux. Vous croiserez peut-être un écureuil, ces derniers sont paisibles puisque Idéfix ne les poursuit pas.

📍 Au départ de l'Office de Tourisme d'Aussois

● km 15 km / 🏔 + 285 / - 285 m / 🛣 Route et chemin



DÉCOUVERTE ⑤ Sa majesté Charbonnel sur son lit d'Avérole

Nous allons vous livrer les secrets d'une recette locale.

2 ingrédients majeurs, le plus haut sommet de Haute Maurienne Vanoise (le Charbonnel - 3752 m) et son glacier suspendu. Ajouter un soupçon de villages de montagne composé des hameaux de la Goulaz, des Vincendières et d'Avérole.

Arrosez du torrent du même nom. Et décorez le tout avec le refuge éponyme. Tous vos sens seront en éveil !

Bon appétit !

📍 Au départ de la place de la Mairie de Bessans

● km 19 km / 🏔 + 510 / - 510 m / 🛣 Route et chemin



⑥ DÉCOUVERTE Dans le décor de Belle et Sébastien

Belle ? où es-tu ? Belle ? On imagine facilement Sébastien appeler son fidèle compagnon dans ces paysages qui servirent de décor aux différents films de la saga Belle et Sébastien. Vous comprendrez facilement le choix des réalisateurs quand vous y serez.

Paysages, glaciers, faune et flore de montagne et surtout de belles pierres ! Les maisons de Bonneval-sur-Arc et de l'Ecot sont typiques de l'architecture de Haute Maurienne Vanoise.

Ces constructions en pierre sont parfaitement intégrées au paysage. Bref, un vrai décor de cinéma. Bon film !

📍 Au départ de la place de la Mairie de Bessans

● km 30 km / 🏔 + 535 / - 535 m / 🛣 Route et chemin

📍 Au départ de l'Office de Tourisme de Bonneval-sur-Arc

● km 18 km / 🏔 + 265 / - 265 m / 🛣 Route et chemin



③ DÉCOUVERTE Glace à la Vanoise

Quoi de meilleure qu'une bonne glace à la Vanoise ! vous allez vous délecter de paysages grandioses, de panoramas délicieux, où les marmottes et autres chamois vous salueront sur cette terrasse grandeur nature.

En plein milieu du Parc national de la Vanoise accessibles en vélo, vous profiterez de la vue sur la plus grande calotte glacière de France. Cet itinéraire en aller-retour vous emmènera voyager au cœur de grands espaces et au milieu de hauts sommets, en toute quiétude.

Et pas besoin de payer l'addition, c'est la nature qui vous l'offre.

📍 Au départ du parking de Bellecombe

Dans cette version courte il ne vous reste plus que 230 m de dénivelé pour atteindre le refuge de la Femma et autant pour revenir à votre point de départ.

● km 23 km / 🏔 + 460 / - 460 m / 🛣 Route et chemin

📍 Au départ de Val Cenis Termignon

Une version plus physique où il faudra gérer son effort et sa batterie de VAE.

● km 49 km / 🏔 + 1510 / - 1510 m / 🛣 Route et chemin



⑦ Le Chemin du Petit Bonheur

Le bonheur à portée de roues !

Le chemin du Petit Bonheur longe la vallée de Modane à Bonneval-sur-Arc et présente peu de difficultés techniques.

Libre à vous de le parcourir en intégralité ou par tronçons dans un sens ou dans l'autre.

Il vous donnera un bel aperçu des paysages de la vallée !

LÉGENDE

● km Distance

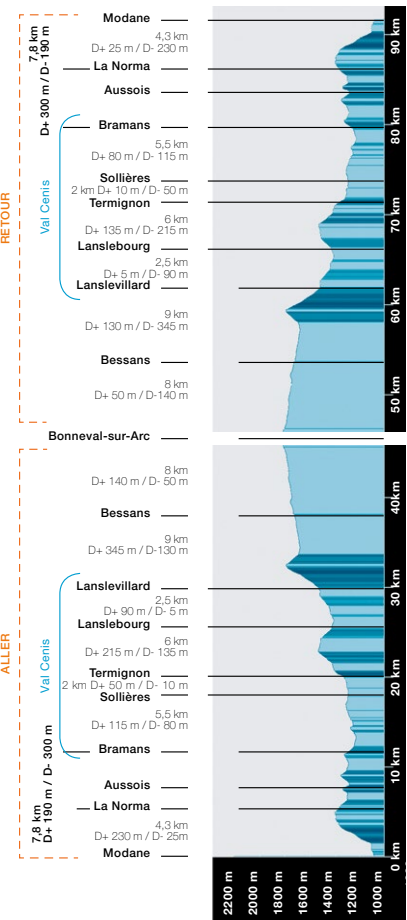
🏔 Dénivelé

🛣 Terrain

SIGNALÉTIQUE



Chemin du Petit Bonheur



Création : © rnuualdrulle.com / Photo couverture : © Hélatius / 05/21

Explorez la Haute Maurienne Vanoise...

7 itinéraires en VTT à assistance électrique



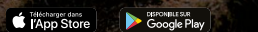
ÉDITION 2021

haute-maurienne-vanoise.com

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION R-BIKES®

ET LAISSEZ-VOUS GUIDER SUR
DE NOMBREUX PARCOURS VTT !

La réalité augmentée (indications photos
et audios au service du guidage GPS)
• Un rendu cartographique exceptionnel et exclusif
• Une utilisation très facile et intuitive
• Une application qui fonctionne en mode déconnecté



espaces-rbikes.com



Nouveau
cette année sur le
parcours **Esseillon(s),**
les forts sans effort
*Tentez l'expérience des
bulles sonores qui vous
racontent l'histoire des lieux.*

1. Avant de partir téléchargez
l'application **IZI TRAVEL**
2. Géolocalisez-vous et retrouvez
le parcours – **Esseillon(s), les forts sans effort**
3. Suivez le guidage directionnel
le long de l'itinéraire et faites des
pauses aux lieux indiqués pour
écouter les bulles sonores



izi.TRAVEL
the storytelling platform

Esseillon(s) les forts sans effort



obélix est passé par là ?



Entre Mont-Cenis et Merveilles



LÉGENDE

	Remontées mécaniques		Départ balade
	Location vélo		Parking à vélos
	Arrêt bus		Hameau
	Bar / Restaurant		Églises et Chapelles
	Refuge		Peintures rupestres
	Fort		Patrimoine naturel
	Patrimoine hydroélectrique		Office de Tourisme
	Point de vue		Route

NIVEAUX

	Niveau débutant		Niveau intermédiaire		Niveau confirmé
--	-----------------	--	----------------------	--	-----------------

Les règles de bonne conduite

Sur la route

- Ne roulez pas trop près de l'accotement, pour éviter les ornières ou gravillons.
- Dans les virages, serrez au maximum à droite car les voitures ne vous voient qu'au dernier moment.
- Soyez particulièrement prudent lors du passage d'un camion : l'appel d'air risque de vous déséquilibrer.
- Si vous roulez en groupe, roulez à deux de front ou en file indienne. La nuit, en cas de dépassement par un véhicule ou lorsque les circonstances l'exigent (chaussée étroite, etc.), placez-vous systématiquement en file indienne.
- Si votre groupe compte plus de dix personnes, scindez-le.

Sur les chemins

- Certains itinéraires sont communs avec la randonnée, merci de laisser la priorité aux piétons.
- Respectez les troupeaux, roulez au pas pour ne pas effrayer les bêtes.
- Pour la tranquillité de la faune sauvage, merci de rester sur les itinéraires balisés.

ATTENTION, les VAE sont très lourds et auront tendance à prendre de la vitesse en descente. Pensez à freiner !

En savoir plus : www.securite routiery.gouv.fr