

Randonnées Hikes

RANDONNÉE HIKE	DIFFICULTÉ LEVEL	DISTANCE DISTANCE	DÉNIVELÉ ELEVATION	TEMPS ESTIMATIFS ESTIMATED TIMES
A Circuit des Piniers depuis Eterlou	Moyen	4 km	+ 230 / - 230 m	2h (boucle)
B Circuit de La Repose	Moyen	4,2 km	+ 30 / - 440 m	1h30 (retour station)
B' Jonction circuits A-C-D	Moyen	2,8 km	+ 200 / - 200 m	1h15
C La Pointe de La Norma depuis Eterlou	Difficile	10 km	+ 920 / - 920 m	5h A/R
D Retour station par Sentier du Périmètre	Moyen	4 km	+ 30 / - 660 m	1h30 (retour station)

Suivre les poteaux aux lames jaunes et vertes.
Follow the posts with yellow and green blades.

Randonnées pédestres accessibles par liaison (se référer aux cartes IGN 3534OT, 3634OT, 3535OT et/ou topo guide Haute Maurienne Vanoise).
Connected hiking trails (please see maps IGN 3534OT, 3634OT, 3535OT and/or Haute Maurienne Vanoise guide).

VTT Mountain Bike

ENDURO VTT DEPUIS LE TÉLÉSIÈGE DE LA REPOSE	DISTANCE DISTANCE	DÉNIVELÉ ELEVATION
34 Enduro - L'avalanche	7 km	+ 10 / - 645 m
33 Enduro - Les Sangliers	4 km	0 / - 640 m
35 Enduro - La Vipérine	6 km	0 / - 640 m
36 Enduro - La Sapinette	5 km	0 / - 640 m
37 Enduro - La Bichon	2 km	+ 25 / - 165 m
38 Enduro - Le Grand Canyon	8 km	+ 120 / - 755 m

.....
Niveau intermédiaire
Average

.....
Niveau confirmé
Good

.....
le chemin du petit bonheur
Suivre le marquage jaune Follow the yellow marking



VTTistes roulez avec un casque, veillez au bon état de votre matériel et souvenez-vous que les piétons sont prioritaires.

Mountain bikers wear a helmet, check your equipment is in good condition and remember that pedestrians have priority.

Bons conseils Top tips

- Choisissez un itinéraire adapté à votre niveau de pratique.
Choose a route that suits your level of ability.
- Ne partez jamais seul ou prévenez de votre itinéraire.
Do Never go alone or without telling someone your route.
- Partez bien équipé et buvez souvent.
Set off with everything you need and drink often.
- Le temps change vite en montagne : renseignez vous avant de partir sur les conditions météo.
The weather changes fast on the mountain: check the weather forecast before you set off.
- Restez sur les sentiers afin de respecter les cultures, pâturages et prés de fauche et le travail des agriculteurs. Pensez à refermer les barrières.
Keep to the paths out of respect for harvests, pastures, hayfields and the farmer's work. Please close the gates.
- La montagne est belle, respectez là ! Conservez vos déchets, ne dérangez pas les animaux et laissez les plantes dans leur milieu naturel.
The mountain is beautiful, let's keep it that way! Keep your litter, don't disturb the animals and leave the plants in their natural setting.

Transports Transports

Pour vous rendre aux remontées mécaniques et/ou pour rentrer de votre balade : pensez à notre réseau de transport en commun ! Certaines lignes sont équipées de porte-vélos (réservations recommandées). Use our public transport network to reach our lifts and/or get back from your outing! Some services have bike carriers (booking recommended).

Renseignements auprès de l'Office de Tourisme
Information at the Tourist Office.

Numéros utiles Useful numbers

Secours en montagne Mountain rescue : 112
Météo Bourg St Maurice Weather report : 08 99 71 02 73
OT Haute Maurienne Vanoise Tourist Office : 04 79 05 99 06

AU DÉPART DES REMONTÉES MÉCANIQUES

STARTING FROM THE SKI LIFTS



La Norma
Haute Maurienne Vanoise

ÉTÉ 2024



Création : © www.normaurlavoie.com / Photo : © OT HMV / 06/2024

Remontée	Tarif aller-retour*	Tarif journée illimitée*	Pass Station**	Période d'ouverture	Jours d'ouverture	Horaires d'ouverture
Télécabine du Mélézet	9,50 €	13 €	39 €	07/07 au 29/08/2024	dimanche au jeudi	Matin : 9h40-12h15 Après-midi : 13h45-16h30

* Les tickets aller-retour et journée sont en vente à l'Office de Tourisme.

** Le Pass Station donne accès aux remontées mécaniques de La Norma en illimité et à 1 journée dans chaque station de Haute Maurienne Vanoise (Valfréjus, Aussois et Val Cenis) pendant toute la durée de validité du Pass.
Un Pass Mobilité Semaine permet l'accès illimité aux transports en commun Haute Maurienne Vanoise.
Détails sur le site haute-maurienne-vanoise.com Prix par personne pour 1 semaine.



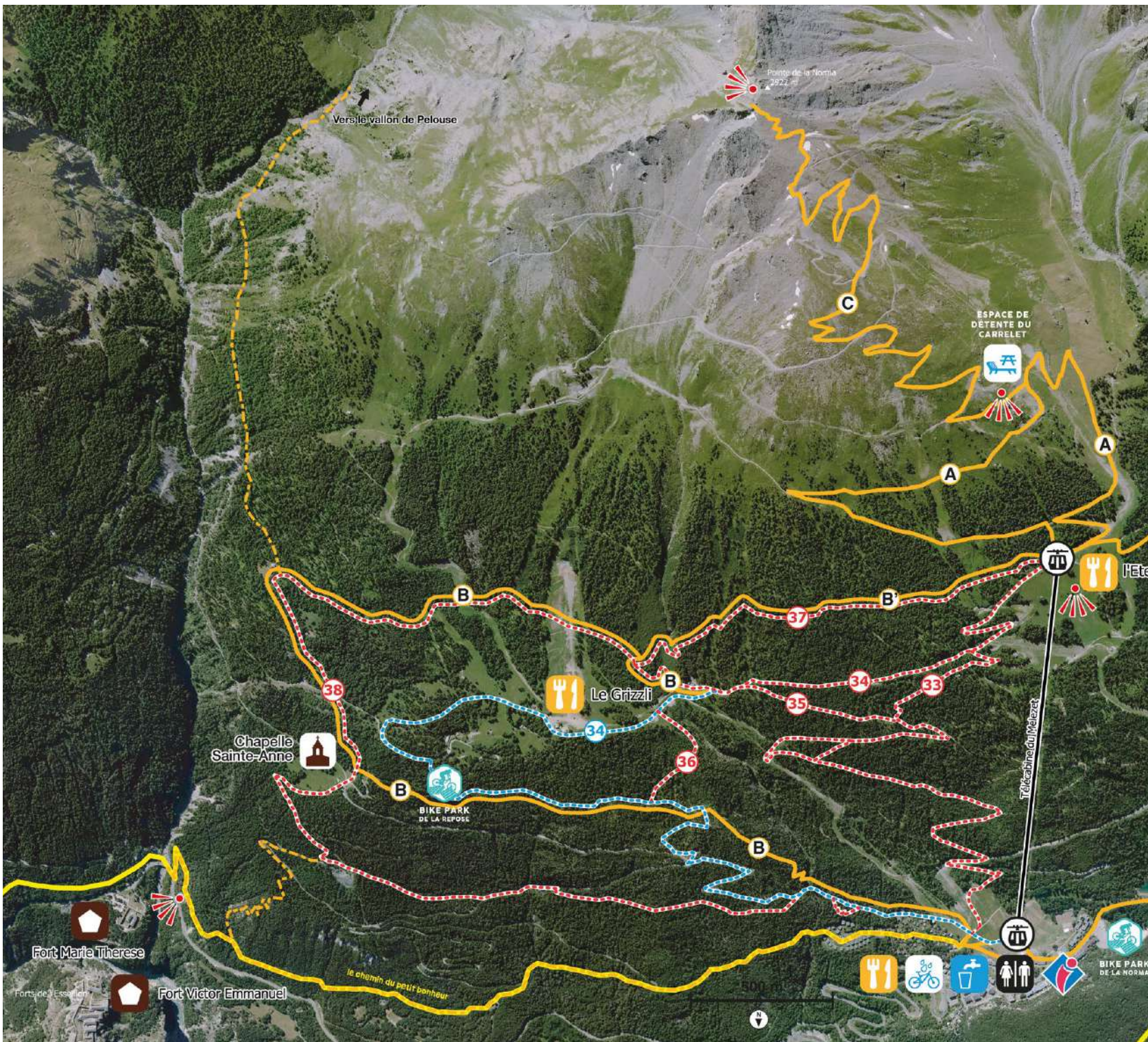
Haute Maurienne Vanoise

Découvrez les autres remontées mécaniques de HMV ouvertes en été :
Check out the other HMV ski lifts open in summer:



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Cette cartographie est cofinancée par la Région Auvergne Rhône-Alpes dans le cadre du Contrat Espace Valléen.



LÉGENDE KEY

	Télécabine Gondola lift		Toilettes WC
	Station lavage vélo Bike washing station		Point d'eau Water point
	Bar / Restaurant Bar / Restaurant		Point de vue Viewpoint
	Fort Fort		Office de Tourisme Tourist Office
	Chapelle Chapel		Espace VTT Bike park

Ce plan a été réalisé par la Communauté de communes Haute Maurienne Vanoise. Ce plan ne peut en aucun cas engager la responsabilité de ses auteurs. Il ne saurait remplacer les cartes topographiques ou les conseils et connaissances d'un professionnel de la montagne (accompagnateur ou guide). This map was produced by Haute Maurienne Vanoise administrative district. This plan can not engage in any way the responsibility of the authors. It does not replace topographic maps or advice and knowledge of a professional mountain guide.