

Partagez vos plus beaux souvenirs  
 en taguant vos photos avec  
 #LESVALLÉES ET #MYPLAYGROUND  
 LESVALLÉES - OFFICIEL

# Les Vallées

#myplayground

ÉTÉ | SUMMER 2021

## DESCENTE / ENDURO VTTAE / PUMP TRACK ET LUDIZONES

**TARIFS ÉTÉ 2021**

| LIFTS RATES                                       | Adulte<br>13 à 74 ans | Enfant<br>5 à 12 ans | Trio*<br>3 pers. |
|---|-----------------------|----------------------|------------------|
| OFFRE INITIATION 3 HEURES<br>3 hours introduction | 15,00 €               | 10,00 €              | 39,00 €          |
| 1 JOUR 1 day                                      | 23,00 €               | 14,50 €              | 57,00 €          |
| OFFRE LIBERTÉ**<br>3 Day Liberty                  | 50,00 €               | 31,00 €              | 123,00 €         |
| 1 SEMAINE (7 jours)<br>1 week (7 days)            | 84,00 €               | 52,00 €              | 210,00 €         |
| SAISON season                                     | 264,00 €              | 163,00 €             | -                |

\* Prix pour 3 personnes. Personne supplémentaire = tarif enfant. 1 seul règlement pour la totalité du groupe / Price for 3 people. Extra person = Child rate. 1 single payment for the group.  
 \*\* Valable 3 jours au choix sur une période de 7 jours / Valid on 3 days of your choice during a 7-day period.   
 Gratuit pour les -5 ans et les +75 ans / Free for 5 years old and +75 years old.

**REMOINTES MÉCANIQUES LIFTS TIMETABLES**

|  | Dimanche<br>Sunday | Lundi<br>Monday | Mardi<br>Tuesday | Mercredi<br>Wednesday | Jeudi<br>Thursday | Vendredi<br>Friday | Samedi<br>Saturday |
|--|--------------------|-----------------|------------------|-----------------------|-------------------|--------------------|--------------------|
| <b>VALLÉE DE COURCHEVEL   DU 04/07 AU 27/08</b>        |                    |                 |                  |                       |                   |                    |                    |
| TPH SAULIRE 9h30 - 16h30                               | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC VERNONS 9h30 - 16h40                                | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC PRAZ 9h30 - 16h40                                   | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC LA TANIA - GRATUIT 9h30 - 12h30 / 13h30 - 16h45     | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| <b>VALLÉE DE MÉRIBEL   DU 05/07 AU 27/08</b>           |                    |                 |                  |                       |                   |                    |                    |
| TC TOUGNÈTE1 9h30 - 16h30                              | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TSD TOUGNÈTE 2 9h40 - 16h30                            | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC PAS DU LAC 1 & 2 9h30 - (1)9h40 / (2)16h30          | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| <b>LES MÈNUIRES / SAINT MARTIN   DU 05/07 AU 27/08</b> |                    |                 |                  |                       |                   |                    |                    |
| TC ROC 1 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30                  | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC BRUYÈRES 1 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30             | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC SAINT MARTIN 1 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30         | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC EXPRESS 9h30 - 12h45 / 13h30 - 16h30                | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| <b>VAL THORENS   DU 05/07 AU 27/08</b>                 |                    |                 |                  |                       |                   |                    |                    |
| TC CAIRN 10h - 15h10                                   | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TC CARON 10h - 15h20                                   | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TPH CIME CARON 10h15 - 15h30                           | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |
| TSD MOUTIÈRE 10h - 16h                                 | ●                  | ●               | ●                | ●                     | ●                 | ●                  | ●                  |



**CARTE TOURISTIQUE SENTIERS VTT / VTTAE**  
 TOURIST MAP / MTB & E-MTB TRAILS



MÉRIBEL - BRIDES-LES-BAINS  
 LES MÈNUIRES - SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE - VAL THORENS COURCHEVEL

**VALLÉE DE MÉRIBEL**  
 (VOIR DÉTAILS AU VERSO)

| ENDURO |  |       | PISTES DE DESCENTE           |  |  |
|--------|--|-------|------------------------------|--|--|
| E.2    | La Forêt de l'Altiport 7,6km -470m       | DH1   | Blue Slope 5,5km -555m       |  |  |
| E.3    | Les Villages 9,6km -890m                 | DH.2  | Bellevue 8,9km -950m         |  |  |
| E.4    | Les Combes 9km +/-800m                   | DH.3  | Blue Line 5,9km -590m        |  |  |
| E.5    | Top Down 19,7km +390/-2470m              | DH.9  | Woodstocked 1,6km -290m      |  |  |
| E.6    | Les Crêtes 18,3km +410/-1690m            | DH.5  | Forest Jump 2,3km -420m      |  |  |
| E.9    | Le Creux de la Stetta 11,9km +280/-1240m | DH.6  | Motta Red 2,3km -600m        |  |  |
| E.10   | Corbassière 23,2km -2480m                | DH.11 | Red Line 1,6km -250m         |  |  |
|        |  | DH.4  | Tougnète Rocket 3,3km -520m  |  |  |
|        |  | DH.7  | La 7 3,2km -480m             |  |  |
|        |  | DH.10 | GO Pro + force 2,15 km -550m |  |  |

| VALLÉE DE COURCHEVEL |                             | VALLÉE DE BELLEVILLE |   |
|----------------------|-----------------------------|----------------------|---|
| ENDURO               |                             | ENDURO               |   |
| E.1                  | Le Bondge 3,7km +45 -185m   | E.1                  | Pas de Cherrierie 8,3km -973 +6m                |
| E.2                  | La Croë 2,1km +10 -105m     | E.2                  | Dégage à Moutiers 20,2km -2065 +205m            |
| E.3                  | La Dérocteu 4,1km +40 -220m | E.3                  | Le Doron (Phénix de St Martin) 7,2km -427m +29m |
| E.4                  | Lou Virelets 6,6km -515m    | E.7                  | Combe de Thorens 6,8km -423 +10m                |
| E.5                  | La To-dré 2,4km -215m       | E.8                  | La Loyale 12,2km -1141 +173m                    |
| E.6                  | La Foré 3km -               |                      |   |
| E.7                  | L'Intégral 16km +75 -1905m  |                      |   |

| PISTES DE DESCENTE |                       | CIRCUITS VTTAE |  |
|--------------------|-----------------------|----------------|--|
| DH.1               | Ploù-Ploù 3km -300m   | VAE.4          | Rando de la Source 12km +440m                              |
| DH.2               | La Godille 3km -300m  | VAE.5          | Epicéa 6,2km +170m   |
| DH.3               | Tout Schuss 3km -300m | VAE.6          | La Prairie 3,8km +135m                                     |
| E-Bike Park        | La Louza 3km -930m    | VAE.2          | Les hameaux secrets de Courchevel 19,2km +760m             |
|                    |                       | VAE.3          | Le col de la Loze 25,8km +930m                             |
|                    |                       | VAE.7          | Tour de Courchevel 1950 et Courchevel Moriond 15,5km +640m |
|                    |                       | VAE.1          | La vallée sacrée des Avals 23km +940m                      |

**MOBILITÉ**

- En télésiège By chairlift
- En télécabine By gondola
- En téléphérique By cable car
- Navettes gratuites avec VTT Free shuttle with bike
- Points de recharge VAE E-bike charging station
- Bascules 3 Vallées 3 Vallées Links

**DIFFICULTÉ**

- Très facile Very Easy
- Facile Easy
- Difficile Difficult
- Très difficile Very difficult
- Vélo Assistance Electrique Velo Assistance Electrique

**POINTS D'INTÉRÊT**

- Refuges Mountain Refuges
- Vallées et Réserves Naturelles / Nature Reserves
- Lacs Lakes
- Glaciers Glaciers
- Panoramas Panoramic views
- Pump Track
- Stations de Lavage Bike wash station
- Églises et Chapelles Churches and chapels
- Musées Museums
- Pâtrimoine Local Heritage sites
- Ville thermale Spa town
- Fermes Farms
- Via Ferrata Via Ferrata
- Limite Parc National de la Vanoise Vanoise National Park boundary
- Sommets Summits

À l'exception de quelques pistes, la pratique du VTT/VTTAE n'est pas autorisée dans le parc (renseignements auprès des offices de tourisme)

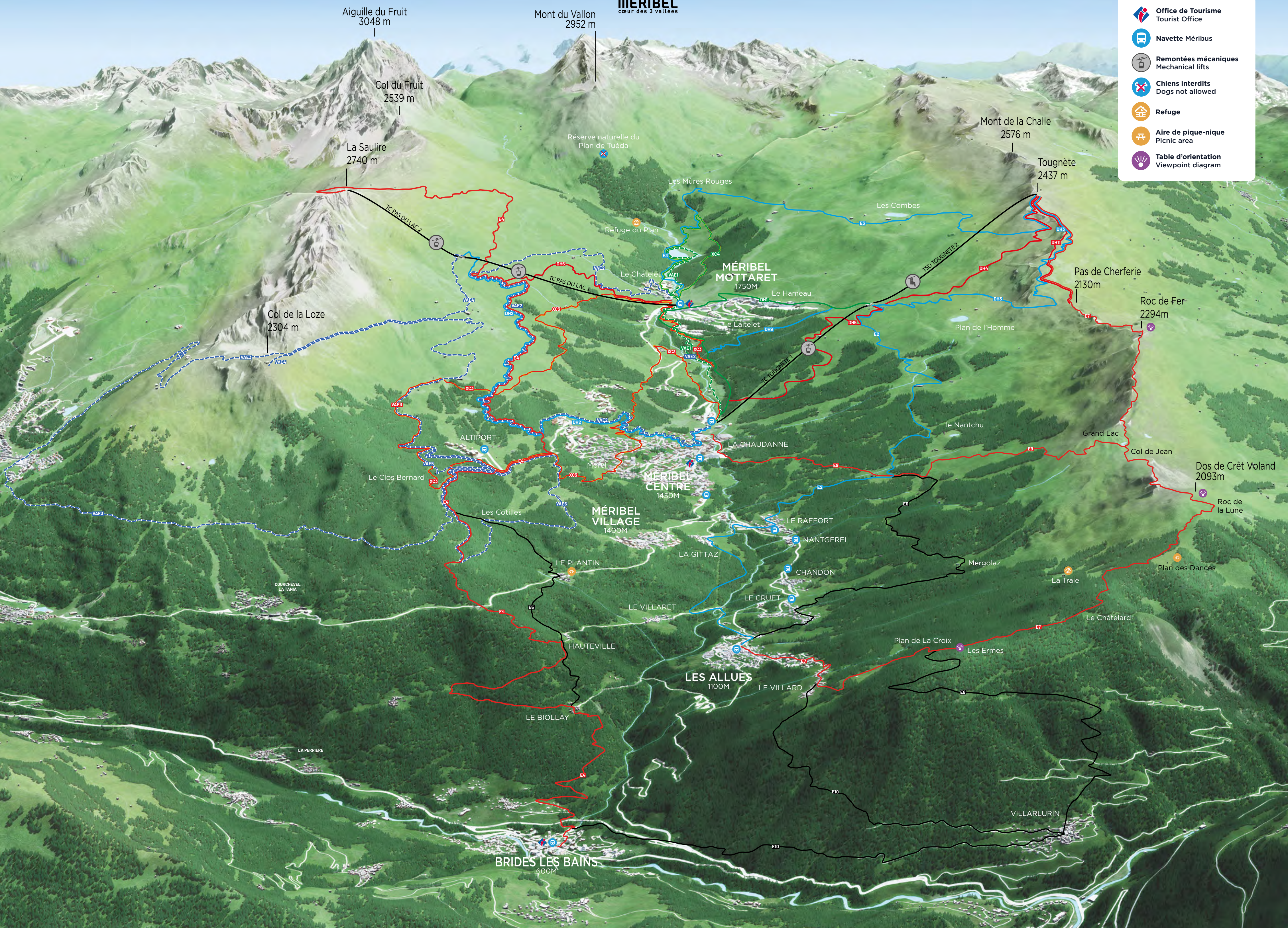


DIRECTION CHAMPAGNY-EN-VANOISE PRALOGNAN-LA-VANOISE

DIRECTION ALBERTVILLE CHAMBERY

Kalibue

Credits photos : Arthur Bertrand - Les 3 Vallées, Sylvain Amyot - Meribel Tourisme, Courchevel Tourisme, TLoubere - Office de Tourisme Vall Thorens, David André, VLottenberg - Office de Tourisme Les Menuires



- Office de Tourisme  
Tourist Office
- Navette Méribus
- Remontées mécaniques  
Mechanical lifts
- Chiens interdits  
Dogs not allowed
- Refuge
- Aire de pique-nique  
Picnic area
- Table d'orientation  
Viewpoint diagram



### PUMPTRACK & LUDIZONE

Découvrez cet été le Pumptrack et la Ludizone sur la Chaudanne! Circuit fermé et ludique composé de bosses et de virages relevés, le Pumptrack est accessible à tous et ce 100% sans pédalage! La Ludizone permettra d'apprendre à piloter sur un petit circuit à profil descendant composé de petites marches, de bosses pour découvrir et goûter en toute sécurité aux sensations du VTT avant d'aller découvrir le Bike Park!  
 Discover this summer the Pumptrack and the Ludizone on the Chaudanne! The Pumptrack is a closed and fun circuit made up of bumps and turns, accessible to all and 100% without pedaling! The Ludizone will teach you how to ride on a small circuit with a descending profile composed of small steps, bumps to discover and taste safely the sensations of mountain biking before going to discover Bike Park!

### SERVICE PLUS VTT ADDITIONAL SERVICE FOR MOUNTAIN BIKERS

Durant l'été, les patrouilleurs emprunteront régulièrement les itinéraires balisés. Ils s'assureront du bon état des chemins et pourront vous assister en cas de difficulté. N'hésitez pas à les solliciter.  
 The patrollers tour the marked trails through the summer, maintaining the trails and giving assistance to anyone needing it. Do ask them for any advice or help you may require.

**PATROUILLEURS PATROLLERS**  
 +33 (0)6 16 64 26 49  
 Services techniques, Technical services  
 +33 (0)4 79 08 98 20

**ÉCOLE DE VTT MOUNTAIN BIKE SCHOOL**  
 École VTT MCF de Méribel  
 +33 (0)6 12 11 97 97 / www.fastrindingpeople.com



### LES PISTES DE BIKE TRAILS OF

| DESCENTE DOWNHILL |                 |       |        |   |                               |
|-------------------|-----------------|-------|--------|---|-------------------------------|
| NOM               | D+              | D-    | KM     | DÉPART                                      | ARRIVÉE                       |
| DH1               | Bike Slope      | 555 m | 5,5 km | Sommet TC Tournète (Arpasson)               | La Chaudanne                  |
| DH2               | Bellevue        | 950 m | 8,9 km | Intermédiaire TC Pas du Lac                 | La Chaudanne                  |
| DH3               | Blue Line       | 590 m | 5,9 km | Sommet TSD Tournète 2                       | Inter Tournète                |
| DH4               | Tournète Rocket | 520 m | 3,3 km | Sommet TSD Tournète 2 (intersection de DH3) | Sommet TC Tournète (Arpasson) |
| DH5               | Forest Jump     | 420 m | 2,3 km | Sommet TC Tournète (Arpasson)               | La Chaudanne                  |
| DH6               | Motta-Red       | 600 m | 4,3 km | Intersection de DH1 (Grange de Bellevue)    | Méribel-Mottaret              |
| DH9               | Woodstocked     | 290 m | 1,6 km | Hameau sur DH1 (intersection à gauche)      | Fin de DH1                    |
| DH11              | Red-Line        | 250 m | 1,6 km | Sommet TC Tournète (intersection DH3)       | Sommet TC Tournète (Arpasson) |

| CROSS-COUNTRY |        |       |    |         |                                     |
|---------------|--------|-------|----|---------|-------------------------------------|
| NOM           | D+     | D-    | KM | DÉPART  | ARRIVÉE                             |
| XC3           | Adret  | 885 m | /  | 17,8 km | La Chaudanne - La Chaudanne         |
| XC4           | L'Ours | 235 m | /  | 4,6 km  | Méribel-Mottaret - Méribel-Mottaret |

| ENDURO |                             |       |        |         |   |                  |
|--------|-----------------------------|-------|--------|---------|---|------------------|
| NOM    | D+                          | D-    | KM     | DÉPART  | ARRIVÉE   |                  |
| E2     | Les Villages                | 100 m | 890 m  | 9,6 km  | Sommet TC Tournète (Arpasson)   | Les Allues       |
| E3     | Les Combes                  | /     | 840 m  | 9 km    | Sommet TC Tournète  | Lac de Tuéda     |
| E4     | Top Down - Brides-les-Bains | 390 m | 2470 m | 19,7 km | Sommet Pas du Lac (passe par la piste DH1 Bellevue, intersection à la piste de la forêt de l'altport) | Brides-les-Bains |
| E5     | Brides-les-Bains            | /     | 740 m  | 6,2 km  | Prendre DH2, intersection à la piste de la forêt de l'altport (Prés d'enfer)                          | Brides-les-Bains |
| E6     | Mergolaz                    | 285 m | 1040 m | 9,1 km  | Sommet TC Tournète (Arpasson)   | Les Allues       |
| E7     | Les Crêtes                  | 410 m | 1690 m | 18,3 km | Sommet télésiège de Tournète (suivre DH5, intersection au Pas de Cherferie)                           | Les Allues       |
| E8     | Villarurin                  | 630 m | 2440 m | 22,2 km | Sommet télésiège Tournète (suivre DH3 puis E7, intersection à la forêt des Prés d'enfer)              | Brides-les-Bains |
| E9     | Le Creux de la Stetta       | 280 m | 1240 m | 11,9 km | Sommet TSD Tournète 2 (suivre DH3 puis E7, intersection au Grand Lac)                                 | Les Allues       |
| E10    | La Corbassière              | 690 m | 2480 m | 23,2 km | Sommet TC Tournète (suivre DH3 puis E7, intersection au Villard)                                      | Brides-les-Bains |

| VÉLO À ASSISTANCE ELECTRIQUE ELECTRIC BIKES |  |       |       |         |                                  |                                  |
|---|--|-------|-------|---------|----------------------------------|----------------------------------|
| NOM   | D+                                     | D-    | KM    | DÉPART  | ARRIVÉE                          |                                  |
| VAE1  | Boucle de Tuéda                        | 295 m | 295 m | 9,5 km  | La Chaudanne au pied de Tournète | La Chaudanne au pied de Tournète |
| VAE2  | La Saulire                             | 650 m | /     | 15,8 km | La Chaudanne au pied de Tournète | La Chaudanne au pied de Tournète |
| VAE3  | Col de la Loze                         | 928 m | 928 m | 25,9 km | Parking Altport (arrêt de bus)   | Parking Altport (arrêt de bus)   |
| VAE4  | Sprint du Col de la Loze               | 268 m | 268 m | 8 km    | Inter Pas du Lac                 | Inter Pas du Lac                 |
| VAE5  | Boucle du Clos Bernard                 | 55 m  | 55 m  | 2,3 km  | Restaurant le Blanchot           | Restaurant le Blanchot           |
| VAE6  | Les Cottilles - Boucle Thomas Voeckler | 150 m | 150 m | 6,7 km  | Restaurant le Blanchot           | Restaurant le Blanchot           |



### NAVETTES GRATUITES DE MÉRIBEL FREE SHUTTLE AT MÉRIBEL



**MÉRIBEL TOURISME**  
 MÉRIBEL TOURISM

+33 (0)4 79 08 60 01  
 www.meribel.net

ET REJOIGNEZ-NOUS SUR / MEET US ON

- meribel3vallees
- meribelbikpark
- meribel3vallees
- meribeltourisme