



COURCHEVEL
SAVOIE - FRANCE

RANDONNÉES - VIA FERRATA



IGN - 1/20000 - MAP

Une carte détaillée avec une sélection de 9 randonnées dont 3 spéciales familles. Carte en vente 5€ dans les Offices de Tourisme
A map made to scale, with a selection of 9 detailed walking paths, including 3 specially dedicated to families. Price 5€ in the Tourist Offices.

VOS ESCALES / A BREAK

- **REFUGE DES LACS MERLET**
Couchage et petite restauration *bed and snack*
Tél. gardien Tél. hut warden : +33 (4) 79 06 56 76 ou +33 (0)6 62 39 72 69
- **RESTAURANT LE BOUC BLANC**
A l'arrivée de la télécabine de la Tania
At the arrival of the Tania Gondola – Tél. +33 (0)4 79 08 80 26
- **FERME DE L'ARIONDAZ**
Visite de la fabrication du Beaufort. Dégustation et vente.
Visit of Beaufort making, tasting and sale.
Réservation Bookings : +33 (0)6 11 45 26 63
Accès par le Belvédère - Courchevel Moriond

COURCHEVEL X-TRAIL

1, 2, 3 AOÛT 2015 / AUGUST 2015
Courchevel X-Trail 54 km
Courchevel X-Trail 33 km
Trail de la Dent 20 km
C2000 11 km
Trail express 9 km
Mini trail jeunes et X-race 120 Tremplins olympiques
Inscription par courrier ou en ligne avant le 28 juillet,
Registration by mail or online before 28th July.
Plus de détails dans le dépliant disponible dans les
Offices de Tourisme. More information in the leaflet
available from Courchevel Tourism.
Coureurs des Cimes : SMS +33 (0)6 32 13 70 52
www.courchevel.com/xtrail

LÉGENDE

- | | |
|---|--|
| Restaurant d'altitude
Mountain restaurant | Table d'orientation
Orientation table |
| Table pique-nique
Picnic table | Escalade
Climbing |
| Liaison vallée
Valley pass | Fabrication du Beaufort
Beaufort making |
| Télécabine (ouvert l'été)
Gondola (opened in summer) | Pêche
Fishing |
| Office du Tourisme
Tourist office | Barbecue / pique-nique
Barbecue / picnic |
| Point de vue
View point | Accessible en poussette 4x4
accessible to 4x4 pushchair |
| Refuge
Mountain hut | Parapente
Paragliding |
| Chapelle
Church | Bachal (source) |
| Départ
Departure | |
- Fin de circulation des véhicules à moteur
End of road
- Très facile Very easy
 - Facile Easy
 - Difficile Difficult
 - Très difficile Very difficult
 - Sentiers pédestres pedestrian paths
 - Limite Parc national de la Vanoise Limit Vanoise National park

PLUM KV COURCHEVEL
Kilomètre Vertical 1000m D+ / 5km
10 et 24 juillet / 7 et 21 août
Infos : www.courchevelsportsalpinisme.fr

IDÉES DE PROMENADES / IDEAS FOR WALK

Grâce aux remontées mécaniques, rejoignez les sommets en quelques minutes. Thanks to the skilifts reach easily the top of the mountain.
Attention : la numérotation n'est pas reprise par le balisage sur le terrain. The following numbering is not repeated for the marking on site.
Toutes les informations sur les sorties accompagnées dans le guide Bienvenue. More information on the guided outings in the Welcome guide.

COURCHEVEL

1 LE SENTIER DÉCOUVERTE DES VERDONS
THE DISCOVERY WALK ON THE VERDONS
Du sommet de la télécabine des Verdons, sentier accessible à tous. Parcours descendant jusqu'à Courchevel, jalonné de tables de lecture du paysage et de l'environnement. From the top of the Verdons gondola. A walk suitable for all walkers, a gentle descent to Courchevel with information boards of the landscape and the environment along the way.
Dénivelé/Vertical drop : -316 m. Temps/Time : 1h00

2 L'ÉPAULE DE LA VIZELLE
Du sommet de la Vizelle, face au Mont-Blanc, vue plongeante sur la station de Courchevel : Golf, lac du Biollay, Altipont. From the top of the Vizelle, facing the Mont-Blanc, splendid view over Courchevel : golf, Biollay lake, altipont.
Dénivelé/Vertical drop : -938 m. Temps/Time : 2h00

3 LA CRÈTE DE MONTCHARVET
Depuis le Belvédère, rejoindre le col de la Grande Pierre et descendre la très belle crête jusqu'au Col de la Dent puis au lac de la Rosière. From the Belvédère, follow the path Col de la Grande Pierre and walk down the crest to Col de la Dent and then to the Rosière Lake.
Dénivelé vertical drop : 950m. Temps/Time : 6h00

4 COURCHEVEL - LE PRAZ PAR COURCHEVEL MORIOND
Itinéraire original permettant de découvrir les forêts de Courchevel, le Vieux Moriond et le plus vieux arbre de la station : le sapin argenté. Return par les navettes gratuites. An unusual itinerary discovering the forests of Courchevel, the old village of Moriond and the oldest tree of the resort: the silver fir. You may return by free shuttles.
Dénivelé/Vertical drop : -520 m. Temps/Time : 2h30

5 LA BOUCLE DE MATEIGENA / MATEIGENA LOOP
Du lac du Praz, emprunter le sentier en amont de la maison forestière (volets rouges); au débouché de la forêt, monter à gauche pour revenir à plat dans les clairières vers une aire de repos aménagée (bassins d'eau). Starting at the Praz lake, take the path above the forest house (red shutters); to the start of the forest, climb to the left to return to flat ground in the clearings towards a laid-out rest area (water basins).
Dénivelé/Vertical drop : +100 m. Temps/Time : 1h00

6 LES HAMEAUX DE SAINT-BON / SAINT-BON HAMLETS
Un voyage au coeur de l'habitat traditionnel. De Saint-Bon-Le-Bas, descente vers les Moulins puis retour par le Fay et Le Buisson. A journey to the heart of traditional dwellings. From Saint-Bon-Le-Bas, descent to « Les Moulins » and return via « Le Fay » and « Le Buisson ».
Dénivelé/Vertical drop : +240 m. Temps/Time : 2h00

7 LA DENT DU VILLARD
L'une des plus belles randonnées du secteur, un site classé Natura 2000. One of the best trails, nature 2000 area.
Dénivelé : +750 m. Temps/Time : 4h00

LA TANIA

8 LE CHEMIN DES TEPPE
De La Tania, ce chemin serpente dans la forêt pour vous emmener jusqu'aux Teppe : lieu idéal de détente et de pique-nique avec tables et barbecues. Magnifique point de vue sur le Grand Bec. From La Tania this trail meanders gently to « Les Teppe »: a place to relax and a perfect picnic stop with tables and barbecues. Nice view of the « Grand Bec ».
Dénivelé/Vertical drop : +170 m. Temps/Time : 1h30. Longueur/Length : 5 km

9 LE CIRCUIT DES CHEVREUILS
Au départ de La Tania, ce chemin vallonné en sous-bois vous conduira jusqu'au Praz. Village alliant tradition et modernité. Visite des tremplins olympiques et balade autour du lac. An undulating trail through the trees to Le Praz and its lake. Typical village bringing together tradition and modernism. Olympic ski jumps visit.
Dénivelé/Vertical drop : +180 m. Temps/Time : 1h30. Longueur/Length : 5 km

10 CHEMIN DU MOULIN DE VILLAFLOU
En passant par l'oratoire de la Pierre Rouge, traverser les hameaux typiques où la tradition est toujours présente. Passing by the « Pierre Rouge » oratory, you will cross through the typical hamlets where the tradition is still alive.
Dénivelé/Vertical drop : +280 m. Temps/Time : 2h30. Longueur/Length : 6,5 km

11 CIRCUIT DES HAMEAUX
Cette randonnée vous emmène à la découverte d'authentiques hameaux cachés de la Perrière : Villarmad, Villaflo, La Nouvaz. This hike will let you discover the hidden hamlets of La Perrière : Villarmad, Villaflo, La Nouvaz.
Dénivelé/Vertical drop : +580 m. Temps/Time : 4h. Longueur/Length : 9 km

12 CIRCUIT DU LAC BLEU
Cette randonnée sportive vous conduit à 2230 m d'altitude où vous attend le rafraîchissant Lac Bleu (possibilité de gagner 532 m d'altitude avec la télécabine). This hike for the energetic will lead you to the Blue Lake at an altitude of 2230 m. (possibility to skip 532 m with the gondola).
Dénivelé/Vertical drop : +887 m. Temps/Time : 6h00. Longueur/Length : 17 km

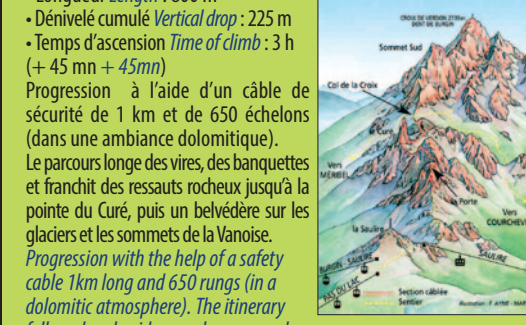
13 SENTIER DÉCOUVERTE DU GRAND BOIS
THE DISCOVERY WALK OF GRAND BOIS
Ballade à la descente depuis le sommet de la télécabine de La Tania. A parcourir en famille. Sentier pédagogique à la découverte de la montagne. Mountain discovery themed path.
Dénivelé/Vertical drop : -532 m. Temps/Time : 2h00. Longueur/Length : 6 km.

VIA FERRATA

• **VIA FERRATA DU LAC DE LA ROSIÈRE 1550 m**
Itinéraire découverte surplombant le lac de la Rosière. A partir de 8 ans. discovery itinerary overhanging the Rosiere lake. From 8 years old.
Accès Access : Courchevel Moriond, route forestière de la Rosière.
• Altitude sommet Altitude at the top : 1550 m
• Longueur Length : 600 m • Dénivelé cumulé Vertical drop : 80 m
• Temps d'ascension Time of climb : 2 h
• 550 m de câbles, 2 ponts népalais et une passerelle de 65m. 550m of cables, 2 monkey bridges and a 65 m. footbridge.
• Respectez le sens du parcours. Keep to the direction of the course.



• **VIA FERRATA DE LA CROIX DE VERDON 2739 m**
NOUVEAU : RETOUR SAULIRE ÉQUIPÉ EN VIA / NEW : VERRA VIA FERRATA IN FRANCE.
- Accès conseillé : par les remontées mécaniques de Courchevel et Méribel.
- Altitude sommet Altitude at the top : 2739 m
- Longueur Length : 800 m
- Dénivelé cumulé Vertical drop : 225 m
- Temps d'ascension Time of climb : 3 h (+ 45 mn + 45mn)
Progression à l'aide d'un câble de sécurité de 1 km et de 650 échelons (dans une ambiance dolomitique). The parcours longe des vives, des banquettes et franchit des ressauts rocheux jusqu'à la pointe du Curé, puis un belvédère sur les glaciers et les sommets de la Vanoise. Progression with the help of a safety cable 1km long and 650 rungs (in a dolomitic atmosphere). The itinerary follows bends, ridges and crosses rock projections as far as the peak « le curé » with a view point of the glaciers and the summits of the Vanoise.



Retour possible au téléphérique (cable équipé en versant ouest de la partie Curé) Return possible to the cable car. (western side of «Le Curé» equipped with a cable).
• **VIA FERRATA DU PANORAMIC 2700m**
Petite et aérienne autour du sommet. Short and aerial
Accès depuis le sommet du téléphérique Access from the top of the cable car.



françoise AM