

LÉGENDE

- Ascenseur / Elevator
- Arrêt navette / Shuttle stop
- Parking gratuit / Free car park
- Pharmacie / Pharmacy
- Centre médical / Medical centre
- Remontée mécanique skieurs uniquement / Only for skiers
- Point de vue / Viewpoint
- Toilettes / Toilets



LES SENTIERS

- Piéton / Pedestrian
- Ski de fond / Cross country skiing
- Difficulté Facile / Easy
- Difficulté Difficile / Difficult
- Point de départ / Departure

Tous les itinéraires peuvent être empruntés en raquettes. All trails are accessible on snowshoes.

Tous les itinéraires raquettes sont accessibles en ski de randonnée à la montée (sauf Mont de la Chambre). All snowshoe trails can be ascended via ski touring (except Mont de la Chambre).

Ski de randonnée / Ski touring

LISTE DES SENTIERS DAMÉS DU JOUR

sur lesmenuires.com ou affichée dans les Offices de Tourisme. To see which trails have been groomed on a given day, visit lesmenuires.com or consult the list displayed in the Tourist Office.

PIÉTONS / PEDESTRIANS

Certains itinéraires longent des pistes de ski de fond: ne marchez pas sur les traces. **Le skieur de fond est prioritaire sur le piéton.** Respecter la séparation entre chemin piéton et piste de fond. Some trails run alongside cross-country skiing pistes; please do not walk on the border outlines. Cross-country skiers have right of way over pedestrians. Don't walk on the cross country skiing tracks.

Tous les itinéraires sont jalonnés en orange sauf le sentier raquettes du Mont de la Chambre en jaune fluo. All trails are marked out in orange, except the Mont de la Chambre snowshoe trail, which is in fluorescent yellow.

1 DÉCOUVERTE DES VILLAGES (Les Menuires > Saint Martin)
Départ: Téléphérique de Preyerand / Preyerand cable car
☑ 8 km | ☑ 428 D- | ☑ 68 D+ | ☑ 2h00

3 AU FIL DU DORON (Les Menuires > Saint Martin)
Départ: Télécabine de la Masse 1 / Masse 1 cable car
☑ 8 km (aller) | ☑ 2h30
☑ 360m D- | ☑ 56m D+

1 Possibilité de remonter en navette gratuite à partir de Saint-Martin.
3 Take the free shuttle from Saint Martin to Les Menuires.

5 SENTIER BALCON BERNADETTE
Départ: Parking Brelin / Brelin car park
☑ 2,5 km (aller-retour) | ☑ 1h30
☑ 80m D+ | ☑ 80m D-

6 PLAN DE L'EAU
Départ: Parking Plan de l'eau / Plan de l'eau carpark
☑ 5 km (aller-retour) | ☑ 1h30
☑ 40m D- | ☑ 40m D+



7 SENTIER DE LA MONTAGNETTE (Les Menuires > Val Thorens)
Départ: Reberty 1850 / Reberty 1850 (1h)
☑ 4,2 km (aller) | ☑ 450m D+ | ☑ 2h30
Possibilité de redescendre avec les navettes gratuites, attentions aux horaires). Free shuttle buses back to Les Menuires, check the timetable.

8 SENTIER DES GRAUDS (Sens descente: facile)
Départ: Parking Brelin via sentier 5 / Brelin carpark by path n°5
Arrivée: Roc1
☑ 9,6 km (aller-retour) | ☑ 3h30
☑ 400m D+ | ☑ 400m D-



9 SENTIER DES CHOUMES
Départ: Saint Martin via Notre Dame de la Vie et sentier du Danchet / Saint Martin by Notre Dame de la Vie and Danchet trail
Arrivée: Les Menuires via sentier 8 / Les Menuires by path n°8
☑ 13 km | ☑ 5h | ☑ 400m D- | ☑ 500m D+
Retour possible sur Saint Martin avec navette gratuite / Go back to Saint Martin by the free shuttle.

14 SENTIER DU BERGER
Départ: Espace Aqualudique & Wellness des Bruyères - ascenseur Valmont / Les Valmonts public lift in Les Bruyères (next to Les Bruyères gondola)
Arrivée: Chez Pépé Nicolas.
☑ 1,5 km | ☑ 1h | ☑ 40m D- | ☑ 40m D+

18 LAC DU LOU (raquettes et ski de randonnée uniquement)
Départ: Plan de l'Eau des Bruyères / Bruyères Lake
☑ 3,5 km (aller) | ☑ 271m D+ | ☑ 2h30
Chemin balisé mais non damé. Marked trail but not prepared.

19 ITINÉRAIRE BECCA PAR LES BRUYÈRES
Départ: Les Bruyères / Bruyères
☑ 800 m D+
▲ Niveau 2^{ème} étoile requis pour la descente

20 ITINÉRAIRE BECCA PAR LA CROISSETTE
Départ: La Croisette / La Croisette
☑ 800 m D+
▲ Niveau 2^{ème} étoile requis pour la descente

DÉCOUVREZ LES SENTIERS DE LA VALLÉE DES BELLEVILLE

Saint Martin, Les Menuires, Val Thorens accessibles en navettes gratuites. Carte en vente dans les Offices de Tourisme (3€) ou téléchargeable gratuitement sur nos sites internet. Saint Martin, Les Menuires, Val Thorens with free shuttle buses. Map available at the Tourist Offices (3€), or free downloadable on our websites.

Localisez votre bus en temps réel sur lesmenuires.com/bus
Locate your bus in real time on lesmenuires.com/bus

ACTIVITÉS

BOUKTY SNOW CAMP

BOUKTY SNOW CAMP

Sous réserve des conditions d'enneigement

Découvrez des espaces de jeux mixant le jeu et la glisse. Jeu du cache-cache dans un igloo, descentes en luge, photocall.

2 fun areas to play in the snow. Hide and seek in an igloo, sledging, photocall. Depending of the snow condition.

ACCÈS La Croisette La Croisette

OUVERTURE Tous les jours Open daily

ACCÈS LIBRE* Free access*

ÂGE De 2 à 6 ans From 2 to 6 y.o.



FAT BIKE

FAT BIKE

► Location demi journée sans accompagnement praticable dans la station et sur les sentiers

1/2 day without accompaniment in the resort and on the trails.

TARIF 30€ / 30€

RÉSERVATION Gérald : 06 16 48 58 15

► Location Fatbike électrique

TARIF 50€ la demi journée / 70€ la journée

50€ for half a day / 70€ for a full day

RÉSERVATION Sport Flash : +33(0)4 79 00 61 81

ACCÈS La Croisette La Croisette

ÂGE Dès 12 ans From 12 y.o.

ESPACES LUGES

SLEDGE AREA

Glissades, fous-rires, émotions et plaisirs garantis, pour les petits et les plus grands, seul ou en famille.

Fun and laughter are what it's all about... Kids and adults, on your own or with your family... Come and enjoy the sledges areas.

ACCÈS La Croisette La Croisette

OUVERTURE Tous les jours Open daily

ACCÈS LIBRE* Free access*

ÂGE à partir de 2 ans / de 2 à 6 ans accompagnés d'un adulte / From 2 to 6 y.o. accompanied by an adult



MOTOS NEIGES

SCOOT'ÉVASION

SKIDOO OUTINGS SCOOT'ÉVASION

Balade guidée en moto neige. Ces motoneiges d'une nouvelle génération sont inégalées en terme d'impact sonore et d'émissions de CO2.

Accompanied outings. These new generation snow scooters cannot be beaten for their lack of noise and low CO2 pollution.

HORAIRES 16h / 17h / 18h 4pm / 5pm / 6pm

ACCÈS La Croisette La Croisette

TARIF 100€ / moto (2 personnes) / 1h 100€ / moto (2 pers.) / 1h

RÉSERVATION So T-Shirt, immeuble La Vanoise

Booking: So T-Shirt, La Vanoise

CONTACT +33(0)6 46 10 88 93

ESCAPE GAME EXTÉRIEUR

OUTDOOR ESCAPE GAME

L'aventure du portail magique mettra un zeste de fantastique et d'aventure dans votre sortie et plaira à toute la famille.

Parcours en extérieur ponctué d'énigmes, de casse-têtes, d'épreuves en réalité augmentée et de questions sur ce qui vous entoure. Un peu d'astuce et un brin d'observation sont les seules qualités requises!

The Magic Portal Adventure puts a spark of fantasy and adventure into your outing and is enjoyable for the whole family. Outdoor trails scattered with puzzles, brain-teasers, augmented-reality tests and questions about your surroundings. A little cleverness and a bit of observation is all you need!

DÉPART Les Bruyères Start: Les Bruyères

TARIF 60€ pour 2 personnes / 80€ entre 3 et 5 personnes

60€ / 2 pers. and 80€ / between 3 and 5 pers.

RENSEIGNEMENT / INSCRIPTION

3valleesloisirs.com ou +33(0)6 17 72 92 77.

Booking: 3valleesloisirs.com ou +33(0)6 17 72 92 77



EASY DRONE

EASY DRONE

L'occasion d'apprendre les bases du pilotage d'un drone, ou de perfectionner vos connaissances. Plusieurs thématiques sont proposées, permettant de développer vos compétences dans les domaines nécessaires.

Les ateliers, effectués sur un DJI Mavic Pro, sont encadrés par un pilote diplômé et ont lieu en plein air, à proximité de la Croisette, aux Menuires. Les vidéos et photos prises durant l'atelier sont offertes.

An opportunity to learn the basics in flying a drone, or to improve your skills.

Different themes are available so that you can choose the field in which you would like to improve your skills.

The workshops are led by a qualified drone pilot, using a DJI Mavic Pro, and take place outdoors near La Croisette, in Les Menuires. The videos and photos taken during the workshop are provided free-of-charge.

ACCÈS La Croisette La Croisette

OUVERTURE Tous les jours Open daily

TARIF À partir de 39€ l'heure From 39€ / 1 hour

ÂGE Dès 10 ans From 10 y.o.

CONTACT Ski Top +33(0)6 31 09 30 58

Dress Code +33(0)6 13 24 42 81



ACTIVITÉS ENCADRÉES

SUPERVISED ACTIVITIES

CONTACT ESF +33(0)4 79 00 61 43

Prosneige +33(0)4 79 04 18 35

COURS PHOTO

PHOTOGRAPHY COURSES

9h-12h : Balade et prise de vue

14h-17h : post-production et développement

9am to 12am : walks and photo shooting, 2m to 5pm : post-production and development

► Repartez avec un tirage panoramique d'une valeur de 77€. Leave with a panoramic print worth 77€.

► À partir de 16ans from 16 years old

TARIF 150€ pour la journée

INSCRIPTION Photo Hubert: +33(0)6 82 57 52 06



BALADES EN DAMEUSE

PISTE-BASHER RIDES

Environ 2 heures de damage et d'échanges avec le chauffeur. Port du masque obligatoire.

About 2 hours or so of pistebashing and chatting with the driver.

Wearing a mask is compulsory.

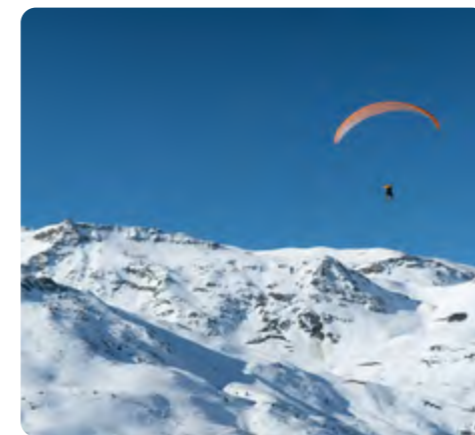
TARIF 44€/adulte et 28€/enfant (6-12ans)

55€ / adult & 35€ / child (6-12 yrs old)

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

À l'avance: locationlesmenuires.com

Booking compulsory. Before your stay: locationlesmenuires.com



BAPTÊME DE PARAPENTE

PARAGLIDING BAPTISM

TARIF 60€ / vidéo 20€ Flight 60€ / vidéo rec 20€

INSCRIPTION +33(0)6 80 10 79 20

i MIS À JOUR LE 11/01

NEIGE ET GLISSE ACCOMPAGNÉ

BALADE EN RAQUETTES

SNOWSHOE TRAIL

Balades raquettes accompagnées

Guided snowshoe outings

► ESF +33(0)4 79 00 61 43

► Ecole de la Montagne +33(0)6 61 12 57 74

► Raquette Nature 06 09 56 75 00

► Ski oxygène : +33 (0)4 79 24 31 52

► Prosneige +33(0)4 79 04 18 35



SKI DE FOND ET BIATHLON

CROSS-COUNTRY SKI AND BIATHLON

► ESF +33(0)4 79 00 61 43



SKI ET SNOWBOARD DÉBUTANT

► ESF +33(0)4 79 00 61 43

► Ski oxygène : +33 (0)4 79 24 31 52

► Prosneige +33(0)4 79 04 18 35

INITIATION DVA

DVA INITIATION

Pour les enfants For Kids

► ESF +33(0)4 79 00 61 43

SKI DE RANDONNÉE

SKI TOURING

Sorties ski de randonnée accompagnées

(en journée ou en soirée)

Guided ski touring outings (day or evening)

► ESF +33(0)4 79 00 61 43

► Bureau des Guides +33(0)6 35 76 81 45

► Ski oxygène : +33 (0)4 79 24 31 52

► Prosneige +33(0)4 79 04 18 35



OFFICE DE TOURISME DES MENUIRES

LA CROISSETTE

Du lundi au samedi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 18h00.

Open from monday to saturday from 9 am to 12.00 am and from 2 pm to 6pm.

+33(0)4 79 00 73 00
lesmenuires.com

L'Office de Tourisme Saint Martin de Belleville / Les Menuires est engagé dans une démarche qualité reconnue par l'Etat et a obtenu la marque nationale QUALITÉ TOURISME™ pour une ou plusieurs de ses activités.

