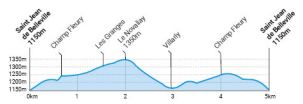
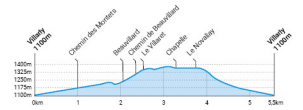
SENTIERS PÉDESTRES

BAS DE VALLÉE

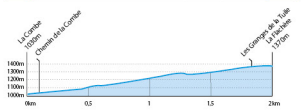
34 CHEMIN DE LA MESSE — D- 403 m D+ 403 m — 2h30



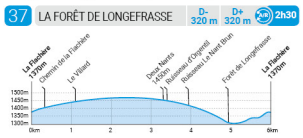
35 CIRCUIT DES VILLAGES — D- 340 m D+ 340 m — 2h30



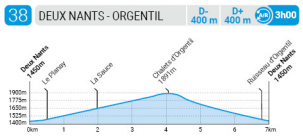
36 LA COMBE - LA FLACHÈRE — D- 20 m D+ 300 m — 1h20



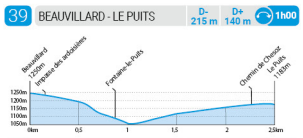
37 LA FORÊT DE LONGEFRASSE — D- 320 m D+ 320 m — 2h30



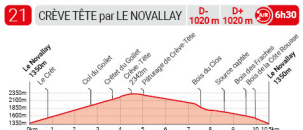
38 DEUX NANTS - ORGENTIL — D- 400 m D+ 400 m — 3h00



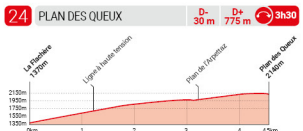
39 BEAUVILLARD - LE PUITS — D- 215 m D+ 140 m — 1h00



21 CRÊVE TÊTE par LE NOVALLAY — D- 1020 m D+ 1020 m — 6h30

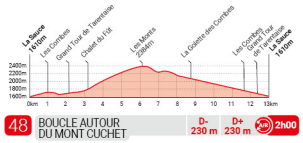


24 PLAN DES QUEUX — D- 30 m D+ 775 m — 3h30



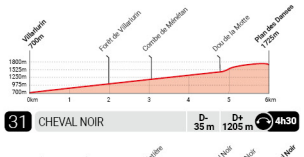
32 SENTIER BALCON DU NIELARD — D- 920 m D+ 920 m — 6h00

33 SENTIER DES MONTS DU FUT — D- 850 m D+ 850 m — 5h30

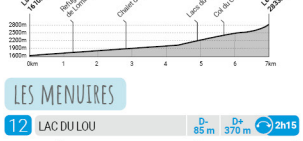


48 BOUCLE AUTOUR DU MONT CUCHET — D- 230 m D+ 230 m — 2h00

49 DOU DE LA MOTTE — D- 70 m D+ 1120 m — 4h00

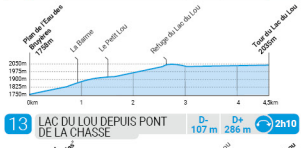


31 CHEVAL NOIR — D- 35 m D+ 1205 m — 4h30



LES MENUIRES

12 LAC DU LOU — D- 85 m D+ 370 m — 2h15

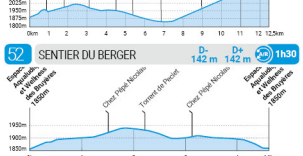


13 LAC DU LOU DEPUIS PONT DE LA CHASSE — D- 107 m D+ 286 m — 2h10

14 VAL THORENS - LES MENUIRES — D- 50 m D+ 530 m — 2h00

16 CIRCUIT DU DORON — D- 775 m D+ 775 m — 6h30

17b LE SENTIER BALCON — D- 365 m D+ 575 m — 3h45



52 SENTIER DU BERGER — D- 142 m D+ 142 m — 1h30

LÉGENDE

REPÈRES CARTOGRAPHIQUES

- Remontée mécanique
- Limite du cœur du Parc national de la Vanoise
- 2400 Courbe de niveau avec altitude équidistance entre les courbes : 40 m.
- 1699 Point côté (altitude en m.)

LECTURE DES CIRCUITS

- Facile
- Difficile
- Très difficile
- Itinéraires secondaires non balisés
- Sens de circuit
- Départ du circuit
- Grand Tour de Tarentaise ou Tour de la Pointe de la Masse

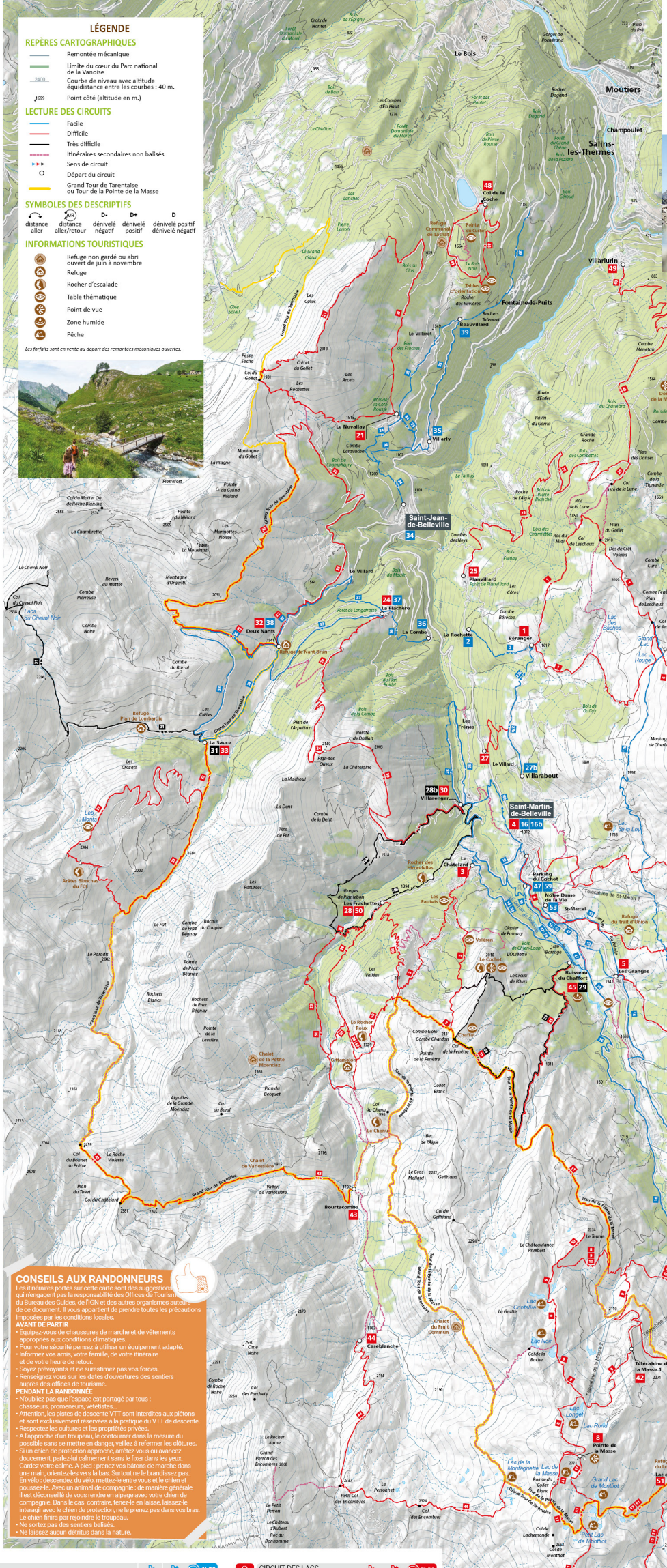
SYMBOLES DES DESCRIPTIFS

distance aller — distance aller/retour (A/R) — D- dénivelé négatif — D+ dénivelé positif — D dénivelé positif dénivelé négatif

INFORMATIONS TOURISTIQUES

- Refuge non gardé ou abri ouvert de juin à novembre
- Refuge
- Rocher d'escalade
- Table thématique
- Point de vue
- Zone humide
- Pêche

Les forfaits sont en vente au départ des remontées mécaniques ouvertes.


Moûtiers
Salins-les-Thermes
Champoulet
Villarlurin
Fontaine-le-Puits
Brides-les-Bains
Saint-Jean-de-Belleville
Les Allues
Méribel Village
Méribel-Les-Allues
Le Raffort
Saint-Martin-de-Belleville
Les Menuires
Val Thorens
Deux Nants
Bourg-Saint-Maurice
Notre Dame de la Vie
Col de la Croix
Col de la Lune
Col de la Chambre
Col du Bonnet du Prêtre
Col du Mottet Ou de Roche Blanche
Col du Cheval Noir
Col du Bonhomme
Col de Montfort
Col de Louzour
Col de la Vallée Étroite
Col de Pierre Blanche
Col de la Grande Casse
Col de la Montée du Fond
Col du Bouchet
Col de Caron
Col de la Fenêtre
Col de Jean
Col du Lou
Col du Pré Pierre Lory
Col de la Portette
Col de la Chambre
Pointe de la Masse
Pointe de la Portette
Pointe de Thorens
Pointe de la Vanoise
Pointe de la Chaudière
Pointe de la Fenêtre
Pointe de Chavière
Pointe de Leschaux
Pointe de Rosolin
Pointe de Lanchettes
Pointe de Parquetis
Pointe de Fournier
Pointe de Bellecombe
Pointe de Lachat
Pointe de Lombardie
Pointe de Dailloit
Pointe de Pralognan
Pointe de la Sauvage
Pointe de la Grande Casse
Pointe de la Vanoise
Pointe de la Chaudière
Pointe de la Fenêtre
Pointe de Chavière
Pointe de Leschaux
Pointe de Rosolin
Pointe de Lanchettes
Pointe de Parquetis
Pointe de Fournier
Pointe de Bellecombe
Pointe de Lachat
Pointe de Lombardie
Pointe de Dailloit
Pointe de Pralognan
Pointe de la Sauvage
Pointe de la Grande Casse
Pointe de la Vanoise
Pierrefort
Le Bois
Le Villaret
Le Novallay
Villarly
Beauvillard
La Flachère
La Combe
La Rochette
Bérenger
Villarabout
Villarenger
La Sauce
Les Frênes
Les Villards
Les Granges
Les Chapelles
Les Allues
Les Bruyères
La Chasse
Aire Aqualudique
Les Menuires
Val Thorens
Les Bottières
Les Frasses
Les Fontanettes
Les Prés
Les Côtes
Les Arcets
Les Rochettes
Les Marmottes Noires
Les Crozats
Les Paturages
Les Pautets
Les Frachettes
Les Vallées
Les Lanches
Les Côtes
Les Côtes
Les Côtes