



Itinéraires de trail

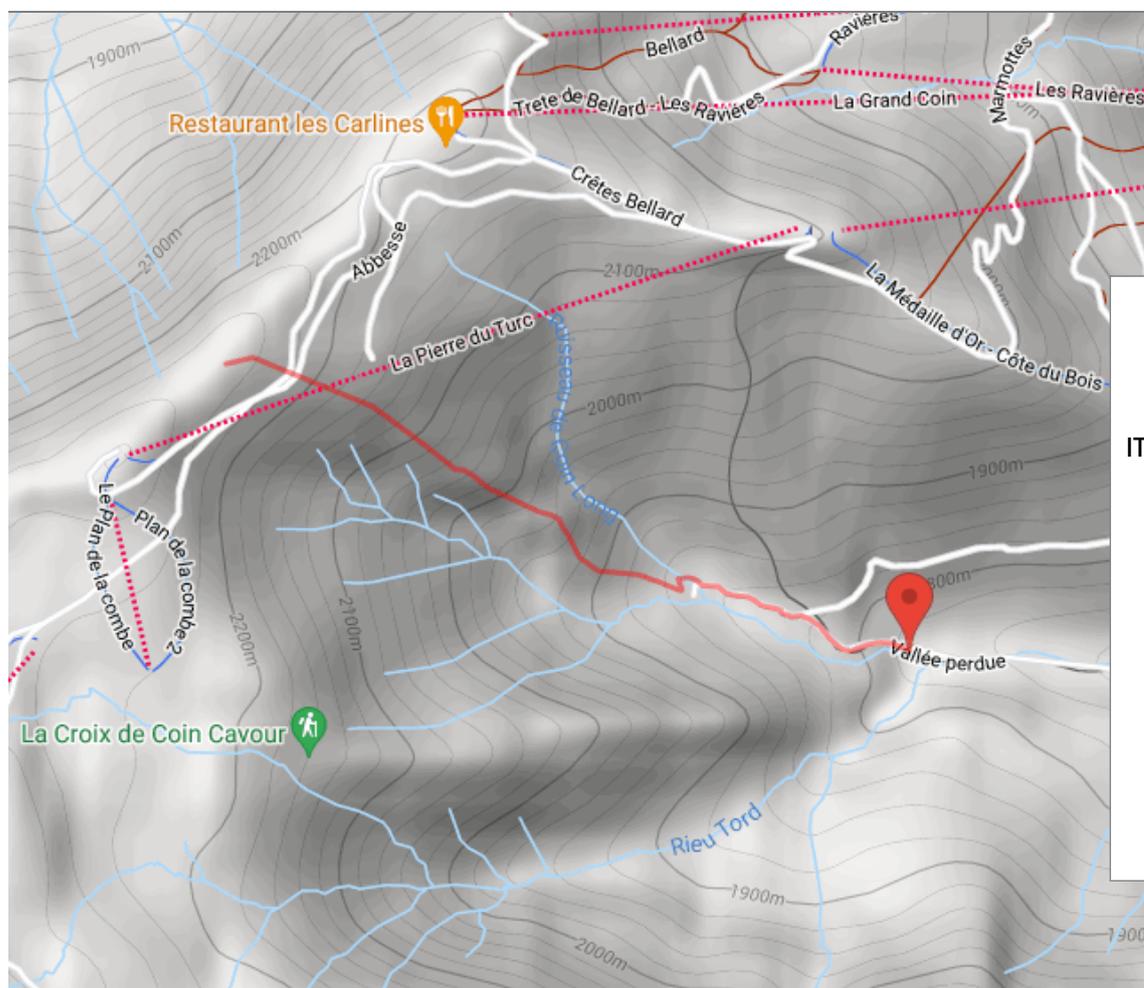
à La Toussuire - Les Sybelles

ETE 2021

20
TERRE
DE JEUX
24

SKIEZ LA TOUSSUIRE
LES SYBELLES

Sybelles
land



ITINÉRAIRE DE TRAIL

-  30 mn
-  1.4 km
-  500 m
-  Aller / Itinérance
-  Itinéraire balisé

1/2 Kilometre Vertical 2272 M

Qu'est ce qu'un 1/2km vertical ? Le 1/2km vertical repose sur un principe simple : Réaliser 500m de dénivelé positif sur une courte distance. Facile non ? Celui-ci fait 500m D+ / 1,4 km de distance ! Autrement dit c'est pas de la tarte !

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/06 au 15/10/2021. Sous réserve d'enneigement.

PASSAGES DÉLICATS : Vous terminez la course sur une crête, attention au vide de l'autre coté.

BALISAGE : Le 1/2km vertical est balisé tous les 100m de dénivelé (panneau Orange/ Bleu) pour gérer au mieux votre effort. Attention au passage de la rivière, ne pas partir en direction de Coin Cavour entre le départ et le 1er panneau de balisage (100m).

NATURE DU TERRAIN : Rocher - Terre - Non adapté aux poussettes

DÉPART :

73300 La Toussuire

DESCRIPTIF :

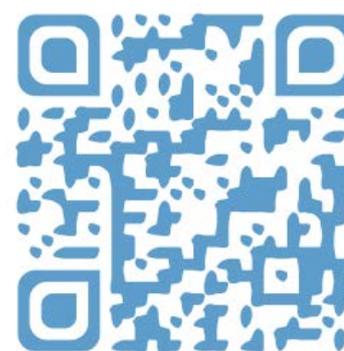
Avant de partir, voici quelques informations...

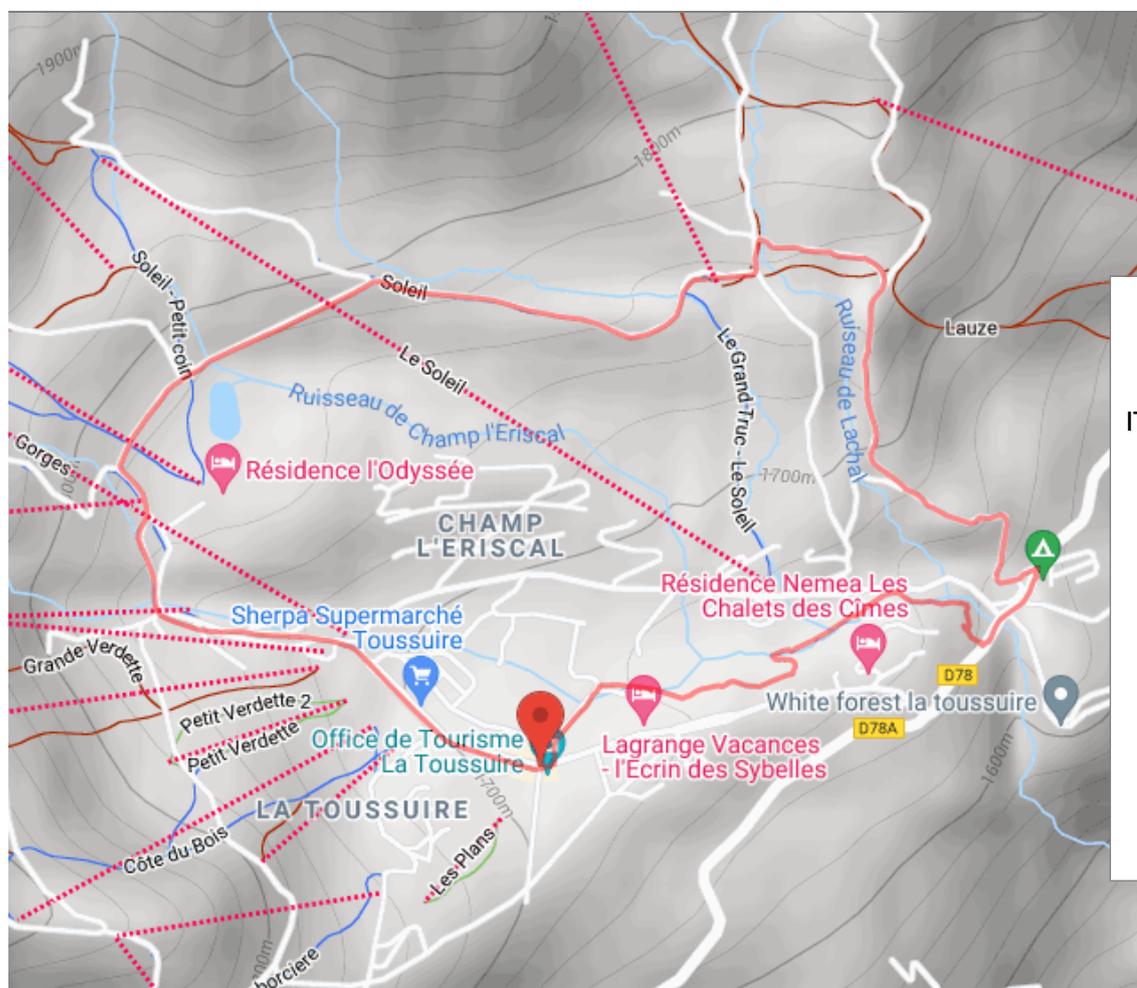
- Ce parcours est déconseillé au débutant et aux enfants non accompagnés. Ce n'est pas un chemin de randonnée !
- Le 1/2km vertical est balisé tous les 100m de dénivelé pour gérer au mieux votre effort.
- Il est important de bien s'hydrater avant, pendant et après la montée.
- Être équipé de la tête au pied ! (Couvre chef, Veste, Crème solaire, Lunette de soleil, Chaussures...)
- Les bâtons sont autorisés et peuvent être utiles durant la montée et la descente !

N'hésites pas à te chronométrer et à notifier ton temps sur l'application STRAVA.



©Office de Tourisme de la Toussuire





ITINÉRAIRE DE TRAIL

-  45 mn
-  5.1 km
-  190 m
-  190 m
-  Boucle
-  Itinéraire balisé



Trail Boucle N°20 - Champ l'Eriscal 1803 M

Piste de Trail n°20 - Niveau Vert

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/06 au 30/09.

BALISAGE : La piste N°20 est balisé avec des lames trail vous indiquant le sens de direction ainsi que le numéro de la piste.

NATURE DU TERRAIN : Terre

DÉPART :

73300 La Toussuire

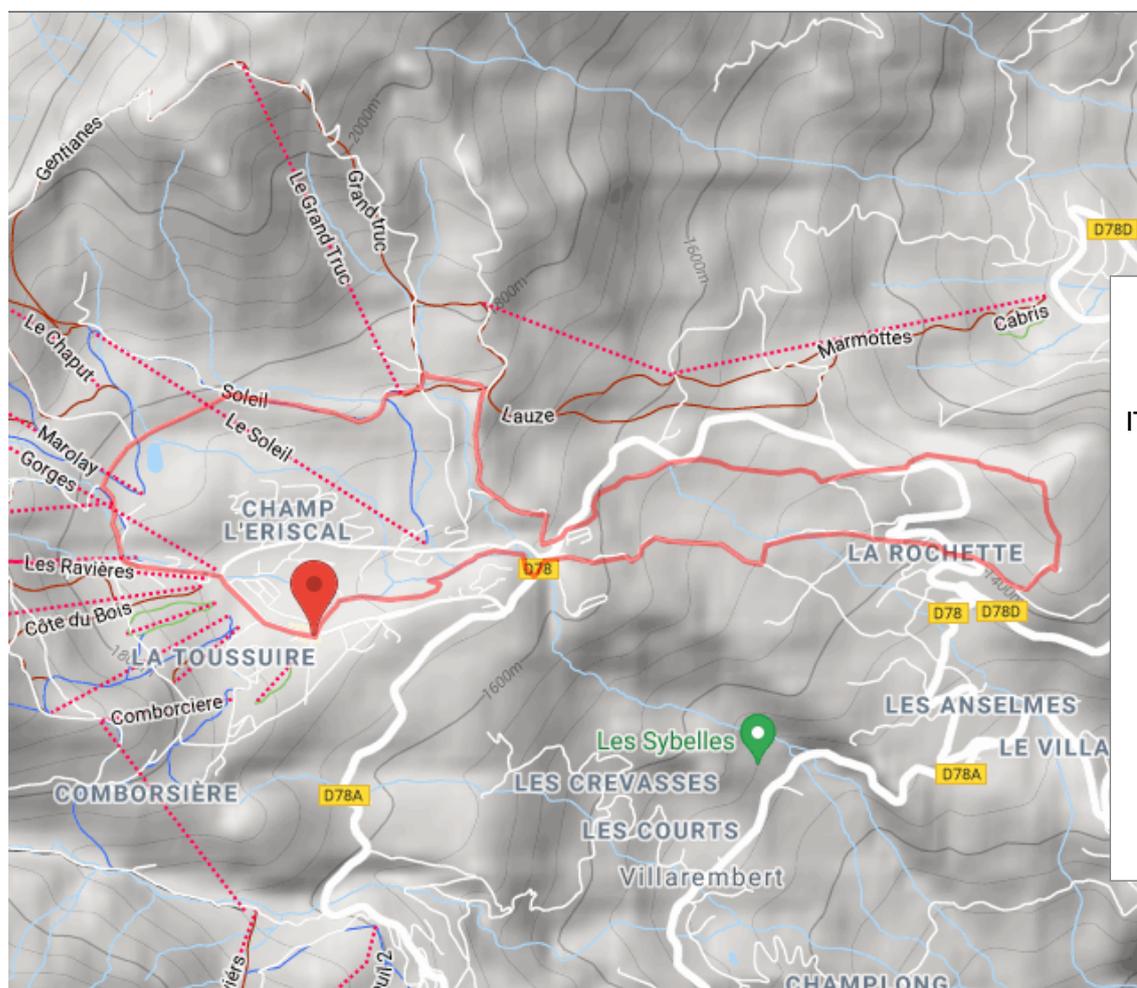
DESRIPTIF :

Au départ de l'Office de Tourisme, cette boucle sans difficulté technique vous permettra d'effectuer une petite sortie trail tout en découvrant les charmes de la station. Vous évoluerez dans un premier temps sur une piste large offrant de beaux points de vue sur La Toussuire et les sommets environnant. Vous reviendrez sur la station par un sentier en sous-bois et le long d'un ruisseau, offrant une fraîcheur appréciable lors de belles journées estivales !



©Office de Tourisme de la Toussuire





ITINÉRAIRE DE TRAIL

-  2h00
-  9.7 km
-  480 m
-  480 m
-  Boucle
-  Itinéraire balisé



Trail Boucle N°21 - Champ l'Eriscal / Trois Croix / La Rochette 1803 M

Piste de Trail n°21 - Niveau Vert

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/06 au 30/09.

BALISAGE : La piste N°21 est balisé avec des lames trail vous indiquant le sens de direction ainsi que le numéro de la piste.

NATURE DU TERRAIN : Terre

DÉPART :

73300 La Toussuire

DESCRIPTIF :

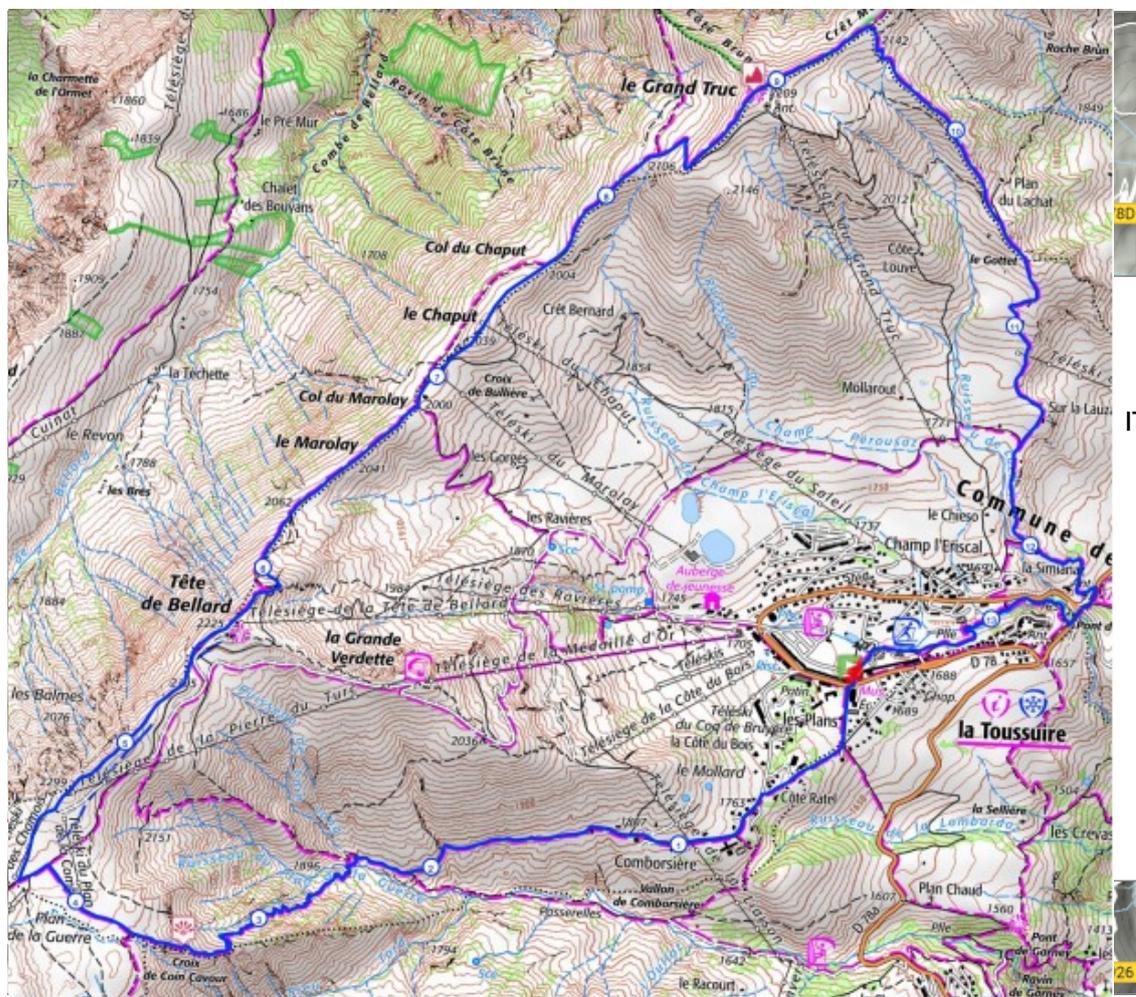
Au départ de la station de La Toussuire, cet itinéraire est idéal pour effectuer une sortie de niveau facile tout en découvrant à la fois la station et le hameau de la Rochette.

Vous évoluerez dans un premier temps sur une piste large offrant de beaux points de vue sur La Toussuire et les sommets environnant. Vous monterez ensuite jusqu'aux Trois Croix pour découvrir un magnifique parorama à 360° avant de redescendre à la Rochette puis remonter jusqu'à la station.



©Office de Tourisme de la Toussuire





ITINÉRAIRE DE TRAIL

-  3h30
-  13.7 km
-  910 m
-  910 m
-  Boucle
-  Itinéraire balisé



Trail Boucle N°22 - Croix de Coin Cavour / Grand Truc 2300 M

Piste de Trail n°22 - Niveau Bleu

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/06 au 30/09.

BALISAGE : La piste N°22 est balisé avec des lames trail vous indiquant le sens de direction ainsi que le numéro de la piste.

DÉPART :

73300 La Toussuire

DESCRIPTIF :

Cet itinéraire de niveau intermédiaire vous conduira sur les crêtes surplombant la station de La Toussuire. Vous découvrirez des panoramas exceptionnels, face aux Aiguilles d'Arves et au Mont-Blanc.





ITINÉRAIRE DE TRAIL

-  6h30
-  23.5 km
-  1510 m
-  1510 m
-  Boucle
-  Itinéraire balisé



Trail Boucle N°23 - Boucle de l'Ouillon 2428 M

Piste de Trail n°23 - Niveau Rouge

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/06 au 30/09/2021.

BALISAGE : La piste N°23 est balisée avec des lames trail vous indiquant le sens de direction ainsi que le numéro de la piste.

NATURE DU TERRAIN : Terre

DÉPART :

73300 La Toussuire

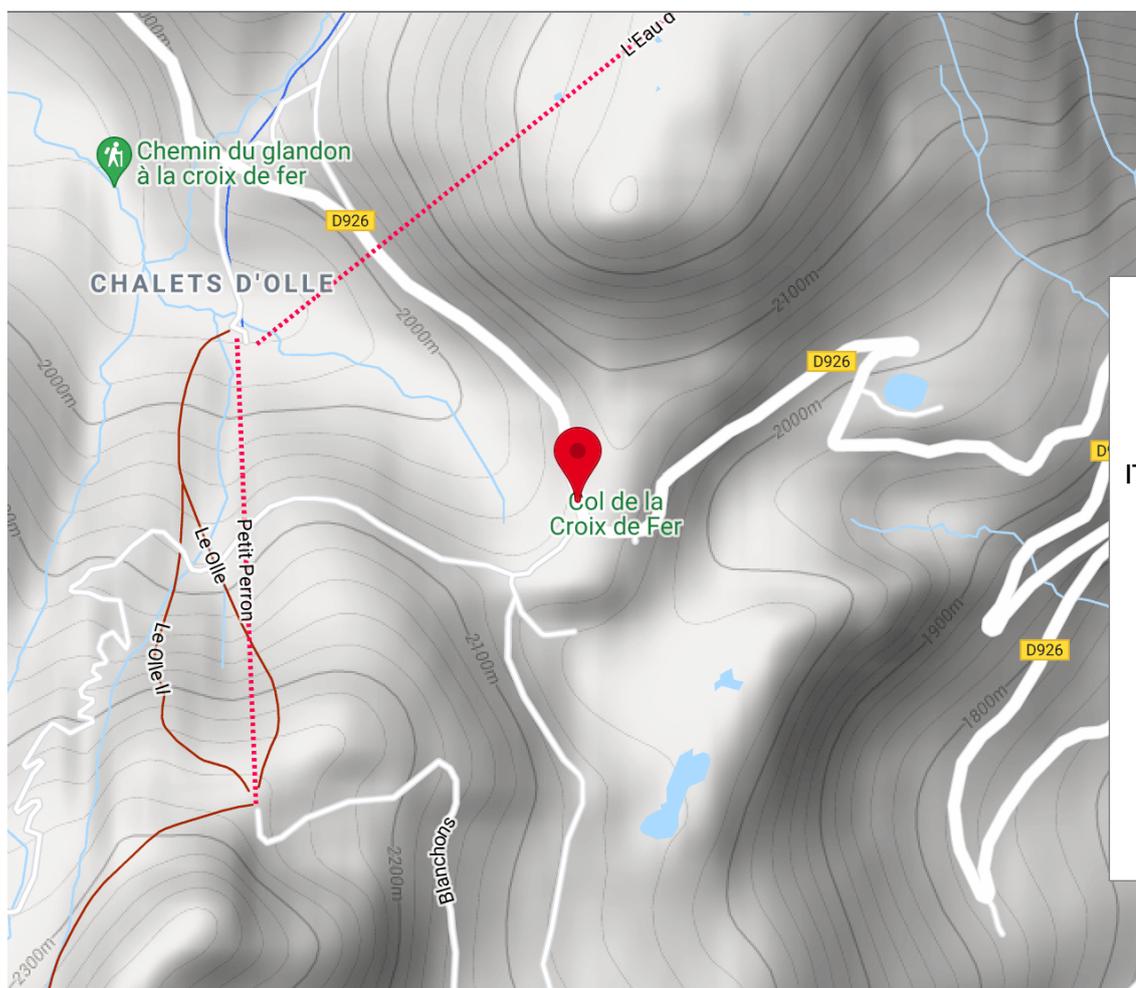
DESCRIPTIF :

Au départ de La Toussuire, découvrez les principaux sommets surplombant la station, grâce à cet itinéraire faisant la part belle aux lignes de crêtes. Un itinéraire très complet, offrant une première partie très alpine avant de découvrir le charme des hameaux sur la deuxième partie.



©Office de Tourisme de la Toussuire





ITINÉRAIRE DE TRAIL

143 km

Itinéraire balisé

Espace Trail Saint Sorlin d'Arves

Espace Trail Saint Sorlin d'Arves - Col de la Croix de Fer - Étendard Venez arpenter les circuits de l'Espace Trail Saint Sorlin d'Arves et rythmer vos pas à travers ses paysages naturels et sauvages, entre lacs et montagne.

PÉRIODES D'ACCESSIBILITÉ : Du 01/07 au 30/09.

BALISAGE : 143 km d'itinéraires au total dont 90 balisés.

NATURE DU TERRAIN : Terre

DÉPART :

73530 Saint-Sorlin-d'Arves

DESRIPTIF :

Face aux Aiguilles d'Arves et au pied du glacier de l'Etendard, à 1h30 de Grenoble et 2h de Lyon, une offre de circuits de différents niveaux, sur les traces du Trail de l'Etendard.

Et au détours des chemins, vous croiserez sans doute marmottes et vaches ou moutons en estives... et neiges éternelles !

- 11 itinéraires tous niveaux
- 143 kilomètres
- 2 sites de départ

Retrouvez en téléchargement le plan des parcours.

les itinéraires sont en téléchargement gratuit sur <http://espacestrail.run/saintsorlin> ou sur l'application smartphone TrailConnect.

Site dédié à l'Espace Trail Saint Sorlin d'Arves : <http://espacestrail.run/saintsorlin>



©OT Saint Sorlin d'Arves



©Espace Trail

Office de Tourisme de Saint Sorlin d'Arves
Saint-Sorlin-d'Arves
Tél : 04 79 59 71 77
info@saintsorlindarves.com
<http://espacestrail.run/saintsorlin>

Office de Tourisme de la Toussuire

**OUVERT TOUTE L'ANNÉE - ÉTÉ ET HIVER : 9H - 18H
INTERSAISON : 9H - 12H ET 14H - 17H**

**OPEN ALL YEAR ROUND - SUMMER AND WINTER : 09:00 AM - 06:00 PM
AUTUMN AND SPRING : 09:00 - 12:00 AM AND 02:00 - 05:00 PM**

**HET HELE JAAR GEOPEND - ZOMER EN WINTER : 9U - 18U - LENTÉ EN
HERFST : 9U - 12U / 14U - 17U
OFFSEASON : 9H - 12H / 14H - 17H**

PLACE OLYMPIQUE - 73 300 LA TOUSSUIRE - LES SYBELLES - FRANCE

+33 (0)4 79 83 06 06

167/C2

WWW.LA-TOUSSUIRE.COM

INFO@LA-TOUSSUIRE.COM

