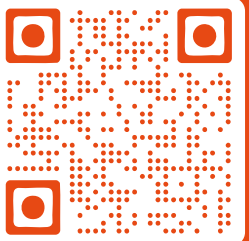


LÉGENDE
LEGEND

- Facile / Easy
- Moyen / Medium
- Difficile / Hard
- Parcours non balisé / Unmarked route
- Expert & Skyrun / Expert and Skyrun
- Parcours non balisé, présentant des sections techniques et potentiellement à risques
- Unmarked route, with demanding technical features and potential risks
- Kilomètre Vertical / Vertical Kilomètre
- Variante / Alternative
- Liaison / Link
- Itinéraire des bords de Dranse (ouvert aux piétons, poussettes et cyclistes)
- Dranse banks itinerary (open to pedestrians baby carriages and cyclists)
- Remontée mécanique accessible aux piétons / Pedestrian-accessible mountain lift
- Forfait obligatoire / Lift pass mandatory
- Balisateur / Signposting



PARCOURS
TRAIL ROUTES



RETROUVEZ LE DÉTAIL
DES PARCOURS !
Find out more
about the routes!

Devant un tel décor,
chaque virage vaut de l'or



Station française / French resort
Station suisse / Swiss resort
Office de Tourisme / Tourist office
Point de vue / Viewpoint
Parking / Parking
Refuge / Shelter
Point d'eau / Water

N
1 km
1 : 62 000
conception : LATITUDE CARTOGÈNE
Mai 2026

Brevets et copyright
utilisés sous licence
www.zcard.fr
No. 14496212
Z-CARD

PLAN GÉNÉRAL PORTES DU SOLEIL



CARTE / MAP

Portes du Soleil
Ski & Bike

TRAIL
RUNNING

VALLÉE D'ABONDANCE

ABONDANCE · AVORIAZ · CHAMPERY · CHÂTEL · LA CHAPELLE D'ABONDANCE
LES GETS · MONTRIOND · MORZINE · MORZINE-AVORIAZ

HORAIRES & INFOS
SCHEDULES & INFORMATION

Horaires des offices
de tourisme et des
remontées mécaniques
Hours of operation for
tourist offices
and mountain lift.

SECOURS
RESCUE SERVICES

112 + 144

112 from France/ 144 from Switzerland

SOYEZ VIGILANT !
BE CAREFUL !

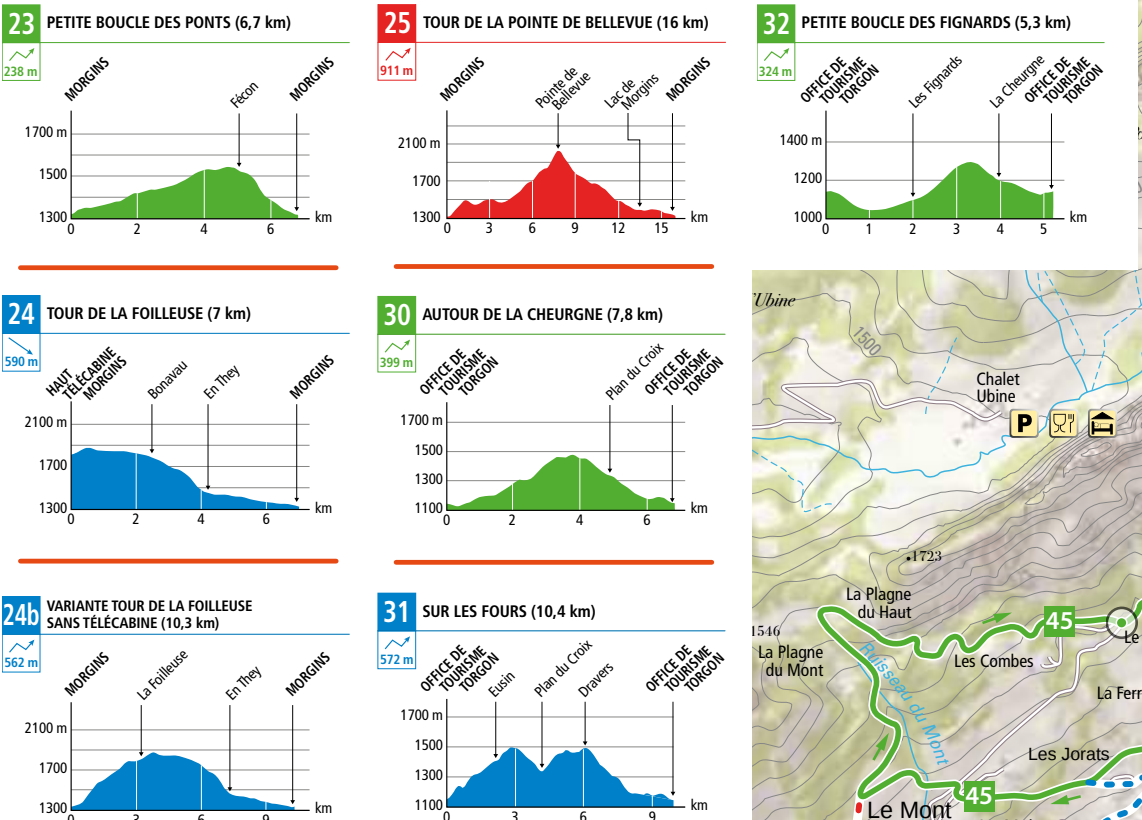
- RESTEZ SUR LES SENTIERS
QUI VOUS SONT DESTINÉS
Stay on the marked trails
- NE PRENEZ PAS DE
RACCOURCIS
Don't take shortcuts
- RESPECTEZ LES PROPRIÉTÉS
PRIVÉES, LES PÂTURAGES,
LES ANIMAUX ET PENSEZ À
REFERMER LES CLÔTURES.
Please respect private property,
pastures, and animals, and remember
to close any gates behind you.
- EN CAS D'ACCIDENT, PORTEZ
ASSISTANCE ET PRÉVEZ
LES SECOURS.
In the event of an accident, provide
assistance and call for help

CERTAINS CHEMINS TRAVERSENT
DES PÂTURAGES. LES CHIENS
DE PROTECTION GARDENT LEUR
TROUPEAU.

GARDER VOS DISTANCES

Occasionally trails travel
through pastures. Guardian
dogs watch the herd.
KEEP YOUR DISTANCE

PARCOURS TRAIL
TRAIL ROUTE



ZOOM VALLÉE D'ABONDANCE

