



Itinéraires raquettes / Snowshoes itineraries

- 1 Itinéraire "Comba Damon"**
- 45 mn ↔ 1,8 km ↗ 20 m
- Départ du sentier à la sortie de la "Couaz" sur la droite. Itinéraire sous les épicéas et sur le plateau afin de rejoindre le hameau du Bois. Peut se faire dans le sens inverse. Très facile.
- "Comba Damon" tour**
- Departure on right just after "La Couaz". The itinerary runs under the spruces and on the plateau, to the hamlet of Bois. Can be done in reverse. Very easy.
- 2 Circuit "Taillette"**
- 1 h 30 ↔ 1,9 km ↗ 170 m
- Départ : Chalet de ski de fond. Sentier en forêt sur le versant Nord du vallon. Assez difficile.
- "Taillette" itinerary**
- Departure at the nordic chalet. The path is in a forest on the North side of the valley. Moderately difficult.
- 3 Itinéraire "Epena"**
- 2 h 45 ↔ 7 km A/R ↗ 100 m
- Départ : Chalet de ski de fond. Le chemin longe le "Doron" en rive gauche, du hameau Le Bois au Laisonnay d'en Haut. Peu difficile.
- "Epena" itinerary**
- Departure at the nordic chalet. The path follows the river "Doron" from Le Bois to Le Laisonnay d'en Haut. Slightly difficult.
- 4 Itinéraire "Teppes"**
- 1 h ↔ 1,6 km A/R ↗ 100 m
- Départ : Chalet de ski de fond. Itinéraire sur le versant Sud du vallon avec jolie vue panoramique sur le hameau Le Bois. Peu difficile.
- "Teppes" itinerary**
- Departure at the nordic chalet. Itinerary on the South side of the valley, nice panoramic view over the hamlet Le Bois. Slightly difficult.

Echelle européenne de risque d'avalanche

European scale of avalanche risks

1 - FAIBLE weak	Le manteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes		RISQUE D'AVALANCHE LIMITÉ
2 - LIMITÉ limited	Dans quelques pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Ailleurs il est bien stabilisé.		RISQUE D'AVALANCHE LIMITÉ
3 - MARQUÉ large	Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément à faiblement stabilisé.		RISQUE D'AVALANCHE IMPORTANT
4 - FORT great	Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.		RISQUE D'AVALANCHE IMPORTANT
5 - TRÈS FORT very great	L'instabilité du manteau neigeux est généralisée.		RISQUE D'AVALANCHE TRÈS FORT

ACTIVITÉS NORDIQUES / NORDIC ACTIVITIES

Pistes de ski de fond / Cross-country pistes

23 kilomètres de pistes aménagées, entretenues et sécurisées attendent les amateurs de skating ou de style classique. Egalement : Le Nordic Parc [zone ludique avec bosses, sauts...] et une piste d'initiation [gratuits]. 20 bornes thématiques sont disposées tous les kilomètres sur l'ensemble des pistes de fond : faune, architecture, vie locale... Accès payant aux pistes de ski de fond, achat des badges sur place : **Chalet "Accueil ski de fond" Tél. 04 79 22 12 74**

The cross-country skiers can practise all techniques [skate skiing or diagonal stride] on the 23km of marked and maintained ski runs. Ski passes for the access to the runs are on sale at the Nordic chalet - Tel. +33 (0)4 79 22 12 74. Each kilometre on the cross-country pistes: 20 reading signs presenting fauna, architecture, local life... Also: The Nordic Park (with fun workshops) and a piste for initiation (free).

Escalade sur glace / Ice climbing

« La Tour de Glace » structure artificielle d'escalade sur glace, unique en Europe (hauteur : 24 m). Plusieurs voies aux inclinaisons variées offrent reliefs et difficultés multiples : UNE ACTIVITE LUDIQUE ORIGINALE à essayer. Badges d'accès pour grimpeurs autonomes : **Chalet Accueil ski de fond - Tél. 04 79 22 12 74** Séances d'initiation (2h, matériel fourni) avec un guide : **Office de Tourisme Tél. 04 79 55 06 55**

The ICE TOWER, artificial structure for ice climbing, unique in Europe (height: 24m). Several routes with various angles offer multiple reliefs and difficulties, for beginners as well as experienced climbers: a funny & original activity. Self-sufficient climber: ticket for the access to the ice tower on sale at the Nordic chalet - Tel. +33 (0)4 79 22 12 74. Initiation session (2h) with a guide (equipment included): Tourist Office - Tel. +33 (0)4 79 55 06 55

Espace Glacialis

Espace muséographique : A la découverte des glaciers de montagne. Venez découvrir leur aspect scientifique, leur dimension historique à travers une exposition ludique et interactive : films, maquettes, photos, panneaux explicatifs, objets à toucher, etc. Ouverture : lundi au vendredi de 14h à 18h. Tarifs : 3 € /adulte ; 1,50 € /enfant (6-13 ans). Dedicated to the mountain glaciers. Come and find out the secrets of these giants, from their scientific aspect to their historical and mythological contexts, through a fun and interactive exhibition: films [English subtitled], scale models, photos... English guidebook available. Open Monday to Friday, 2pm to 6pm. Rates: 3 € /adult - 1,50 € /child (aged 6-13).

Chiens de traîneaux / Dog sledging

Balade de 30mn, 2 ou 3 jours par semaine. Circuit entre le chalet de ski de fond et la Chiserette. **Renseignements / Inscriptions : Office du tourisme Tél. 04 79 55 06 55** 30mn mushing, 2 or 3 days per week. Circuit between the Nordic chalet and la Chiserette. Booking / Information: Tourist office - Tel.+33 (0)4 79 55 06 55

Itinéraires piétons et/ou raquettes

Pedestrian / Snowshoes itineraries

- 5 Itinéraire "Chardes"**
- 2 h 30 ↔ 6 km A/R ↗ 100 m
- Départ : Chalet de ski de fond. Le chemin longe la piste de ski de fond "Laisonnay", jalonné de 7 panneaux thématiques (faune, flore, géologie...). Peu difficile.
- "Chardes" itinerary**
- Departure at the nordic chalet. The path follows the cross-country piste "Le Laisonnay", marked by seven thematicpanels (flora, fauna, geology...). Slightly difficult.
- 6 Itinéraire "Evetta"**
- 25 mn ↔ 1 km ↗ 15 m
- Départ : Sortie du hameau Chiserette sur la gauche. Sentier longeant la route jusqu'au hameau Le Bois. Peut se faire dans le sens inverse. Très facile.
- "Evetta" tour**
- Departure on the left just after "La chiserette". The path follows the road to the hamlet Le Bois. Can be done in the reverse. Very easy.

Chiens interdits
No dogs allowed

Chiens autorisés, mais tenus en laisse
Dogs allowed, only on leash

Balisage des itinéraires
Itineraries marking

CONSEILS

Pour les promeneurs : Les itinéraires sont balisés mais non damés et non préparés ; ils sont tracés uniquement par les passages successifs des promeneurs ; les conditions de marche peuvent varier selon l'enneigement ; l'usage de raquettes à neige et de bâtons peut s'avérer nécessaire.

Pour l'itinéraire « La Rossa Roc des Blanchets » :

Vous évoluez en altitude (2000m) : l'enneigement peut être conséquent ; raquettes à neige et bâtons indispensables. A ne pas pratiquer après une chute de neige importante ou par temps de brouillard. Ne pas emprunter les pistes de ski alpin - Rester en bordure des pistes de ski. Luges interdites.

Pour les itinéraires sur le site nordique / Champagny le Haut :

Se conformer aux indications des pisteurs et au balisage sur place.

Dans tous les cas, pour votre plaisir et votre sécurité :

Portez des chaussures et des vêtements chauds. Evitez de partir trop tard dans l'après-midi, la nuit tombe vite. Ne vous écartez pas des chemins damés, balisés et indiqués. Se conformer aux informations liées aux risques d'avalanche : bulletins quotidiens affichés à l'Office de Tourisme, Caisses des Remontées mécaniques et Chalet Ski de fond.

PREVEZ EN CAS D'ACCIDENT

- Secteur Pistes ski alpin :** Sécurité des Pistes • Tél 04 79 09 67 60
 - Secteur Site nordique Champagny le haut :** Sécurité des Pistes Fond • Tél 04 79 22 12 74
- ATTENTION :** Les secours sur la commune de Champagny en Vanoise sont payants ; pensez à vérifier que vous êtes bien assuré pour l'activité que vous pratiquez.

Insolite / Unusual

Sur les pentes orientées au Sud [Adret], les bouquetins se rassemblent et profitent des rayons du soleil et de l'herbe dont ils se nourrissent ; on peut les distinguer avec des jumelles ; dès le mois de mars, ils descendent plus bas en altitude et peuvent être observés à l'oeil nu. On slopes facing south [Adret], Ibex congregate and enjoy the sunshine and the grass they eat; they can be seen with binoculars. From March they descend lower in altitude and can be seen with the naked eye.

