



LES CONTAMINES-MONTJOIE

# Parc de loisirs du Pontet

Espace Loisirs Orientation  
Parcours Patrimoine



L'Espace Loisirs Orientation (ELO), est un espace aménagé et cartographié pour une pratique ludique des sports d'orientation allié à la découverte du patrimoine local.

L'ELO des Contamines-Montjoie propose un parcours ludique adapté aux enfants et un parcours sur le patrimoine.

## AUTRES ESPACES ORIENTATION DANS LE PAYS DU MONT-BLANC

D'autres parcours d'orientation sont à découvrir à Saint-Nicolas de Véroce, Saint-Gervais les Bains et Combloux. Retrouvez tous les Espaces Loisirs Orientation en Auvergne-Rhône-Alpes sur [elo.lauraco.fr](http://elo.lauraco.fr)

## CARACTÉRISTIQUES

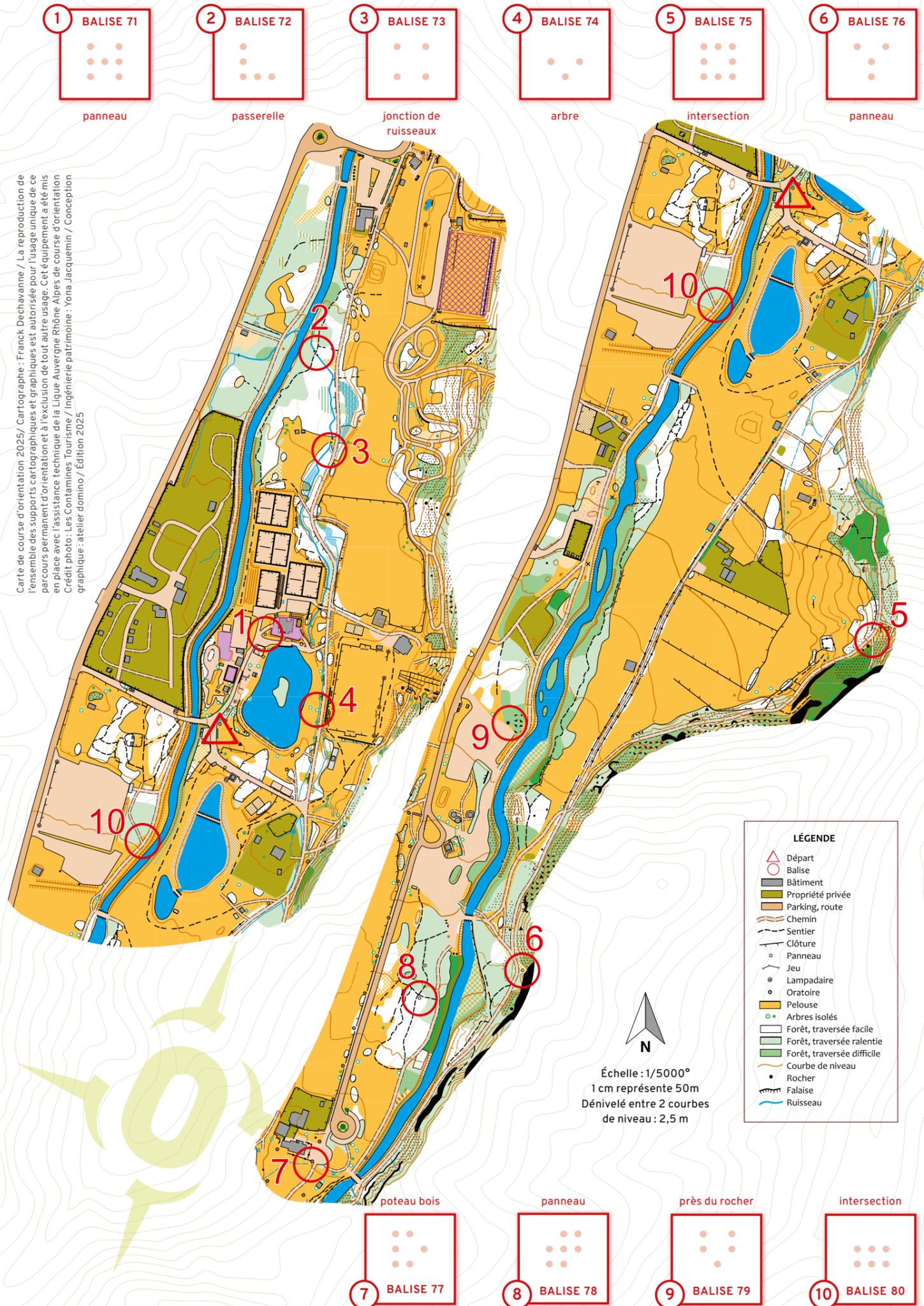
difficulté: **facile**  
accès: **avril à novembre**  
distance: **4,3 km**  
étapes: **10 balises**  
dénivelé: **+70 m**  
durée: **+/- 1h30**

## + D'INFORMATIONS

Office de Tourisme des Contamines-Montjoie : [lescontamines.com](http://lescontamines.com)



Carte de course d'orientation 2025 / Cartographe : Franck Dechavanne / La reproduction de l'ensemble des supports cartographiques et graphiques est autorisée pour l'usage unique de ce parcours permanent d'orientation et à l'exclusion de tout autre usage. Cet équipement a été mis en place avec l'assistance technique de la Ligue Auvergne Rhône Alpes de course d'orientation  
Crédit photo: Les Contamines Tourisme / Ingénierie patrimoine: Yona Jacquemin / Conception graphique: atelier domino / Édition 2025



- 1 BALISE 71  
panneau
- 2 BALISE 72  
passerelle
- 3 BALISE 73  
jonction de ruisseaux
- 4 BALISE 74  
arbre
- 5 BALISE 75  
intersection
- 6 BALISE 76  
panneau

- 7 BALISE 77  
poteau bois
- 8 BALISE 78  
panneau
- 9 BALISE 79  
près du rocher
- 10 BALISE 80  
intersection

**LÉGENDE**

- △ Départ
- Balise
- Bâtiment
- Propriété privée
- Parking, route
- Chemin
- Sentier
- Clôture
- Panneau
- Jeu
- Lampadaire
- Oratoire
- Pelouse
- Arbres isolés
- Forêt, traversée facile
- Forêt, traversée ralentie
- Forêt, traversée difficile
- Courbe de niveau
- Rocher
- Falaise
- Ruisseau

Échelle : 1/5000°  
1 cm représente 50m  
Dénivelé entre 2 courbes de niveau : 2,5 m

**parking** : parking de la télécabine de la Gorge ou parking du domaine nordique 4 saisons  
**départ** : panneau situé devant le lac de pêche du Pontet ou panneau situé devant le chalet nordique  
**lat** : 45.80126 / **long** : 6.72314

## COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1 - Orienter la carte et repérer le départ
- 2 - Choisir un itinéraire pour aller du départ à la balise 1

1 BALISE 39

- code
- poinçon
- pince
- jonction de routes
- emplacement

- 3 - Utiliser la pince pour poinçonner.
- 4 - Répondre à la question du dépliant.
- 5 - Continuer vers les balises suivantes en respectant l'ordre.

Bonne découverte !



## RECOMMANDATIONS

Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer la course d'orientation sur cet espace.

- Respectez les aires de stationnement, les propriétés privées et la réglementation.
- Ramassez vos déchets, ne laissez rien sur site.
- Respectez la signalisation et la réglementation en vigueur.

**NUMÉRO D'URGENCE 112**



L'application Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez lors de la pratique d'un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation...)

# Parc de loisirs du Pontet



Bienvenue aux Contamines-Montjoie, typique village de montagne niché au pied de la chaîne du Mont-Blanc. Dans ce cadre exceptionnel se trouve le parc de loisirs du Pontet, situé à deux pas du site de Notre-Dame de la Gorge et de la plus haute réserve naturelle de France.

En ces 30 hectares de détente et de loisirs, plus de 20 activités pour toute la famille sont à découvrir. Une plongée au cœur de la nature pour se bouger ou se reposer, c'est la promesse de ce magnifique espace de liberté. Au programme des réjouissances : de l'adrénaline, de l'insolite, du sport, de la détente, du fun et du plaisir !

En hiver, le parc fait partie du domaine nordique : place aux activités sur neige !

## 1 Le Tour du Mont-Blanc

Itinéraire balisé de renom, le Tour du Mont-Blanc fait étape aux Contamines. Cette randonnée de 170 kilomètres, cumulant près de 10 000 mètres de dénivelé positif, traverse sept vallées et trois pays différents (France, Italie, Suisse). Saurez-vous trouver de quel pays chacune fait partie ?

- A - Vallée de Chamonix
- B - Val Ferret Italien
- C - Vallée du Trient
- D - Val Montjoie
- E - Val Veny
- F - Vallée des Chapieux
- G - Val Ferret Suisse

## 2 Le Bon Nant

Ce torrent de montagne traverse le val Montjoie et rejoint l'Arve au hameau du Fayet de Saint Gervais. Il est alimenté par les torrents qui dévalent les flancs de la vallée. Savez-vous où ce torrent prend sa source ?

- A - Au Glacier d'Armancette
- B - Aux Lacs Jovets
- C - Sous le col du Bonhomme
- D - Au Glacier de Tré-la-Tête

## 3 Les tourbières de la Rosière

Les tourbières de la Rosière, situées au fond de la vallée, forment un îlot de biodiversité. Cette zone humide est issue d'une érosion de glacier. On y retrouve des plantes carnivores comme la Grassette des Alpes et la Droséra à feuilles rondes. Quel est l'autre appellation de cette deuxième espèce ?

- A - Belle du matin
- B - Rossolis
- C - Anémone des montagnes



## 4 Le pastoralisme

En montagne, les « patous » font partie du paysage pastoral. Quel est leur rôle principal dans les alpages ?

- A - Accompagner les bergers pour rassembler les troupeaux
- B - Détecter les risques d'avalanches près des zones de pâturage
- C - Protéger les troupeaux des dangers, notamment des prédateurs
- D - Surveiller les accès aux sentiers pour assurer la sécurité des randonneurs

## 5 La fiancée du Mont-Blanc

La première ascension du Mont-Blanc date de 1786. Quelques années après, en 1808, Marie Paradis est la première femme à atteindre son sommet. Cette première ascension féminine fait pourtant débat : certains préfèrent mettre en avant l'ascension du toit de l'Europe par Henriette d'Angeville en 1838. Pourquoi ?

- A - Marie Paradis n'a jamais atteint le sommet
- B - Marie Paradis a été portée par des guides et n'a pas fait toute la montée seule
- C - Henriette d'Angeville a grimpé plus vite

## 6 La Voie Romaine

Le chemin des Rochassets, aussi appelé Voie Romaine a été construit à l'antiquité. Cette voie était l'un des principaux itinéraires pour traverser les Alpes. Cet ancien axe économique mène à un célèbre col qui marque la limite du Val Montjoie et la direction de l'Italie. Quel est son nom ?

- A - Col du Joly
- B - Col du Bonhomme
- C - Col de Tricot
- D - Col de Voza

## 7 Notre-Dame de la Gorge

Ancienne église paroissiale construite entre 1699 et 1707, l'église de Notre-Dame de la Gorge est inscrite aux monuments historiques depuis 2015. Deux cents mètres en amont se trouve la Sainte Chapelle, construite à flanc de paroi. Aujourd'hui lieu de pèlerinage, cette chapelle est singulière. Que raconte sa légende ?

- A - Elle était construite entièrement en glace chaque hiver par les habitants
- B - Elle servait de repaire à des contrebandiers venus d'Italie
- C - Le premier ermite de la Gorge s'y serait installé

## 8 Les conifères

En forêt, certains arbres gardent leurs aiguilles toute l'année : ce sont les résineux (seule exception : le mélèze les perd à l'automne). On les reconnaît à leurs aiguilles, leurs cônes et leur résine, mais tous les résineux ne se ressemblent pas ! Sauriez-vous relier chaque arbre à ses aiguilles ?



Épicéa  
A •



Sapin  
B •



Pin  
C •

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <p>1 •<br/>Longues aiguilles fines, souples et souvent tordues ; groupées par 2, 3 ou 5</p> | <p>2 •<br/>Aiguilles courtes, piquantes ; Attachées 1 par 1 tout autour de la branche</p> | <p>3 •<br/>Aiguilles plates et douces, non piquantes ; Rangées en peigne sur 2 côtés de la branche</p> |
|---|---|--|

N'hésitez pas à faire un détour en allant à la balise suivante pour admirer l'une des plus anciennes fermes du village. Ce bâtiment typique du 17<sup>e</sup> siècle se trouve de l'autre côté de la route, au milieu des champs.

## 9 L'agriculture locale

Fort de son activité agricole, le territoire des Contamines-Montjoie se situe dans l'aire de production de plusieurs fromages d'appellation d'origine protégée. Les alpages contaminards accueillent ainsi différentes races de vaches. Lesquelles ?

- A - Limousine
- B - Hérens
- C - Abondance
- D - Tarine
- E - Prim'Holstein

En vous dirigeant vers la prochaine balise, faites attention au grenier sur votre gauche...

## 10 Les mazots et greniers savoyards

Ces petits chalets en bois, souvent surélevés sur des pierres, étaient construits à l'écart des fermes. Aujourd'hui, certains jardins contiennent encore ces bâtisses, souvent reconverties en gîte, cabanon de jardin... À votre avis, à quoi pouvaient-elles bien servir à l'origine ? Trouvez la fausse proposition :

- A - Stocker les réserves de grains pour protéger des rats
- B - Stocker les outils pour l'agriculture
- C - Stocker les affaires de valeurs à l'écart du risque d'incendies

RÉPONSES : 1 - France : A, D, F ; Italie : B, E ; Suisse : C, G / 2 - C / 3 - B / 4 - C / 5 - B / 6 - B / 7 - C / 8 - A - 2 ; B - 3 ; C - 1 / 9 - B, C et D / 10 - B