

# LÉGENDE

- Parcours facile / Easy
- Parcours moyen / Intermédiaire
- Parcours difficile / Difficult
- Parcours très difficile / Expert
- Module / Liaison pédale
- Accès/dépose navette / Shuttle leave/access

# SUR LES ITINÉRAIRES

- Croisement route/chemin / Crossing Road/track
- Traversée habitation / Across houses
- Danger / Danger
- Sentier partagé / Mixed track

# ACCUEIL / SERVICES

- P1** PLACE OPINEL
  - P3** MOLLARD
  - P1v** LES LÉCHÈRES
  - P4** RELAIS TV
  - P2** LES CONTAMINES
  - P5** LE CHALMIEU
- Office de tourisme   
 Toilettes   
 Point de vue

La pratique du VTT se fait sous la responsabilité des pratiquants. Adaptez votre vitesse, respectez les indications et les priorités, cela fera de vous un vététiste accompli.



Villargondran

ALBIEZ-LE-JEUNE

Bonvillard

ALBIEZ-MONTROND

Le Mollard

La Villette

La Saussaz

Les Rieux

Le Chalmieu

Les Léchères

La Cochette

La Colonne

Le Collet d'en Haut

Le Collet d'en Bas

Le Buisson

La Ville

Crêt de la Cochette 1502 m

Creux du Charmet 1438 m

Saint-Jean-de-Maurienne

La Combe des Moulins

Le Tilleret

Gévoudaz

Croix du Châtel 1754 m

Planay

Chalet d'la Croë

Relais TV

Pointe des Chaudannes 2480 m

Tête d'Albiez 2470 m

Pointe d'Emy 2797 m

La Grande Chible 2931 m

Roche du Bonhomme 2891 m

Pointe de la Pierre Fendue 3037 m

Aiguille de l'Épaisseur 3230 m

Tête de Chat 3358 m

Centrale 3513 m

Méridionale 3514 m

LES AIGUILLES D'ARVES

# OFFICES DE TOURISME

- LE CORBIER : le-corbier.com +33 (0)4 79 83 04 04
- ALBIEZ : montagnicimes.com/albiez +33 (0)4 79 59 30 48
- SAINT-JEAN D'ARVES : Sja73.com +33 (0)4 79 59 73 30
- SAINT-SORLIN D'ARVES : Saintsorlindarves.com +33 (0)4 59 59 71 77

Météo Savoie : www.meteoalpes.com  
 État des routes : www.savoie-routes.fr  
 Secours : 112



Mountain Bikers FOUNDATION  
 POUR UN VTT DURABLE ET RESPONSABLE, J'ADHÈRE À LA CHARTRE MBF

- JE RESPECTE LA NATURE
- JE RESPECTE LES SENTIERS
- JE ROULE DURABLE ET RESPONSABLE
- JE RESPECTE LES AUTRES USAGERS

# VTT

Au Pays des Aiguilles d'Arves  
 Parcours tous niveaux / Parcours Enduro



# ENDURO PARK

| NOM                 | Distance | Dénivelé +/-        | Temps |
|---------------------|----------|---------------------|-------|
| 1 TRÉ CRÉT          | 5 km     | 400 m D-            | 0h40  |
| 2 MOULINS           | 5 km     | 150 m D+ / 150 m D- | 0h45  |
| 3 LÉGENDE           | 8 km     | 250 m D+ / 550 m D- | 1h00  |
| 1 COLONNE           | 2.5 km   | 450 m D-            | 0h40  |
| 2 ROCHES            | 0.8 km   | 70 m D-             | 0h10  |
| 3 PAROUX            | 2.2 km   | 8 m D+ / 225 m D-   | 0h15  |
| 4 CHATEL            | 0.8 km   | 7 m D+ / 75 m D-    | 0h05  |
| 5 BLEU DE LA FESSE  | 2 km     | 88 m D+ / 69 m D-   | 0h15  |
| 1 CARRELEY          | 0.3 km   | 70 m D-             | 0h10  |
| 2 VILLETTE          | 1.5 km   | 150 m D-            | 0h10  |
| 3 OPINEL            | 1.5 km   | 400 m D+ / 350 m D- | 0h20  |
| 4 TILLERET          | 10 km    | 73 m D+ / 937 m D-  | 1h00  |
| 5 ROUGE DE LA FESSE | 0.5 km   | 117 m D-            | 0h05  |
| 6 1200 D            | 10 km    | 1200 m D-           | 1h00  |
| 1 RIVAL             | 1.5 km   | 300 m D-            | 0h20  |
| 2 COTES             | 5 km     | 20 m D+ / 700 m D-  | 0h40  |
| 3 VERNEY            | 2.2 km   | 24 m D+ / 201 m D-  | 0h15  |

# VTT / VTT AE

| NOM                   | Distance | Dénivelé +/-          | Temps |
|-----------------------|----------|-----------------------|-------|
| 1 OURS                | 5 km     | 195m D+ / 195 m D-    | 2h00  |
| 2 PANORAMA            | 2.5 km   | 57m D+ / 57 m D-      | 0h40  |
| 3 LE PINET            | 7 km     | 238 m D+ / 238 m D-   | 1h00  |
| 1 PRAZ                | 11.7 km  | 447 m D+ / 447 m D-   | 3h00  |
| 2 LES ROCHES          | 8 km     | 354 m D+ / 354 m D-   | 1h00  |
| 1 PLATEAU DE MONTROND | 26 km    | 1100 m D+ / 1100 m D- | 5h00  |