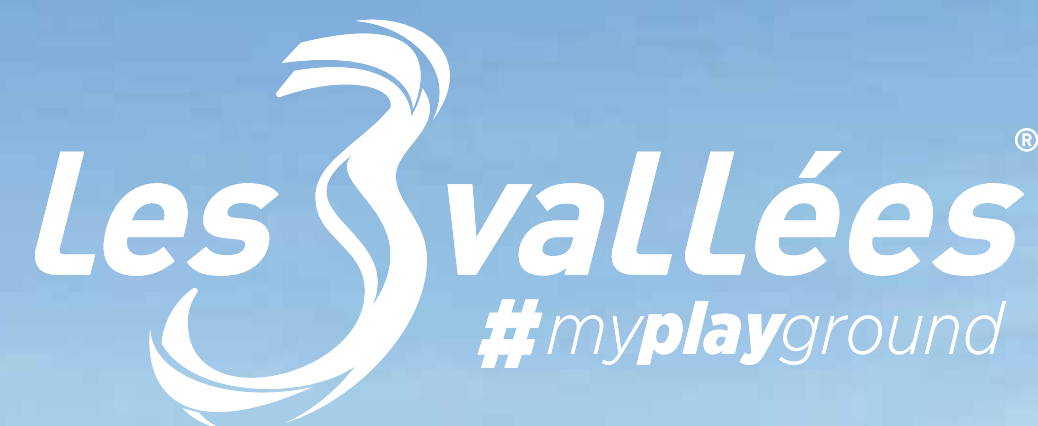


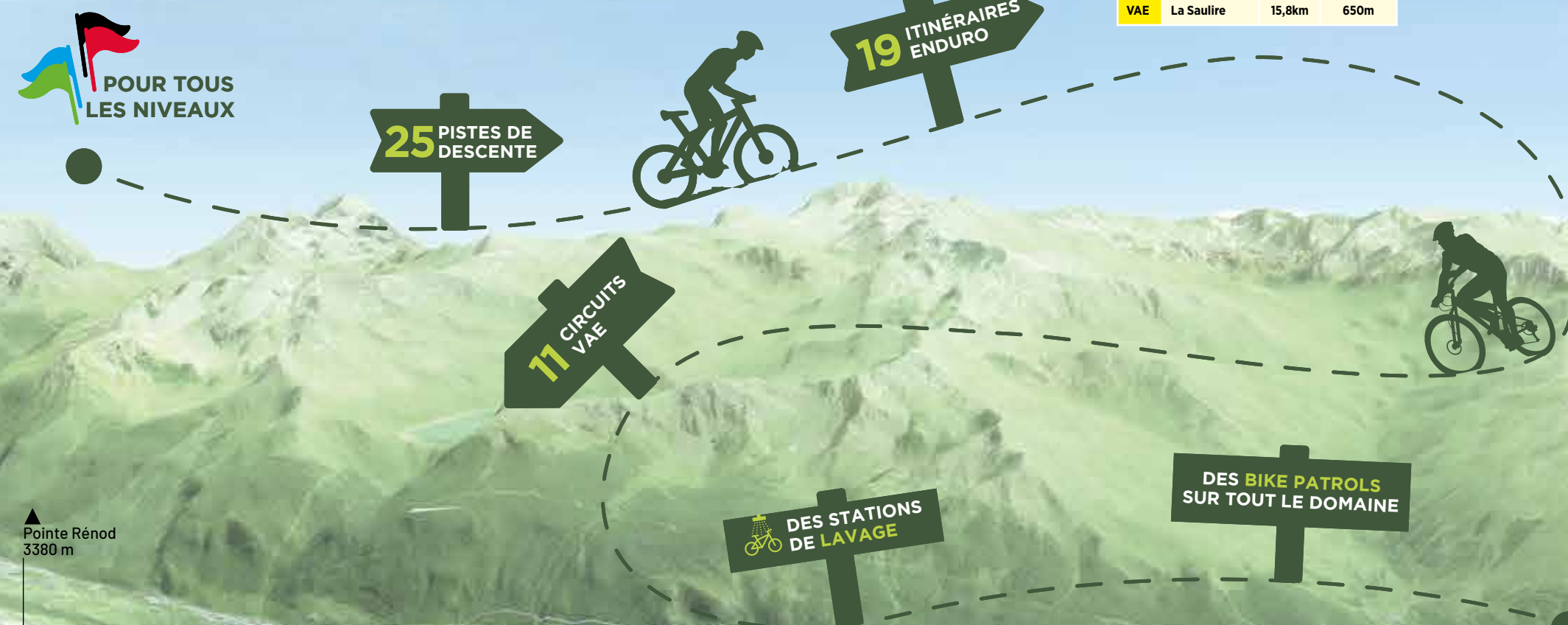
PARTAGEZ VOS PLUS BEAUX MOMENTS  
 EN TAGUANT VOS PHOTOS AVEC  
 #LESVALLÉES ET #MYPLAYGROUND  
 LESVALLÉES.FRANCE @LESVALLÉES\_OFFICIEL



# ÉTÉ | SUMMER 2020

## DESCENTE / ENDURO

### VAE / PUMP TRACK ET LUDIZONES



VALLÉE DE MÉRIBEL				VALLÉE DE COURCHEVEL				VALLÉE DES BELLEVILLES							
ENDURO		PISTES DE DESCENTES		ENDURO		PISTES DE DESCENTES		ENDURO		PISTES DE DESCENTES					
E1	La Forêt de l'Altiport	7,6km	-470m	DH.1	Bike Slope	5,5km	-555m	E1	La Bondge	3,7km	+45/-104m	E1	Pas de Cherie	8,3km	-973/+6m
E.2	Les Villages	9,6km	-890m	DH.2	Bellevue	8,9km	-950m	E.2	La Croë	2,1km	+11/-107m	E.2	Dépage à Moûtiers	20,2km	-2065/+205m
E.3	Les Combes	9km	800m	DH.3	Blue Line	5,9km	-590m	E.3	La Dérol-chu	4,1km	+42/-222m	E.3	La Doron (Chalets + St Martin)	7,2km	-427m/+29m
E.4	Top Down	19,7km	+390/-2470m	DH.4	Woodstocked	1,6km	-290m	E.4	Lou Virolets	6,6km	-515m	E.4	La To-dré	2,4km	+3/-216m
E.5	Les Crêtes	18,3km	+410/-1690m	DH.5	Forest Jump	2,3km	-420m	E.5	La Foré	3km	+40/-100m	E.5	Combe de Thorens	6,8km	-425/+10m
E.6	Le Creux de la Stetta	11,9km	+280/-1240m	DH.6	Motta Red	2,3km	-600m	E.6	L'Intégral	13km	+50/-1430m	E.6	La Loyale	12,2km	-1141/+173m
E.7	Les Crêtes	18,3km	+410/-1690m	DH.7	Red Line	1,6km	-250m	E.7							
E.8	Corbassière	23,2km	-2480m	DH.8	Tougnate Rocket	3,3km	-520m								
E.9				DH.9	La 7	3,2km	-480m								
E.10				DH.10	GO Pro + GForce	2,15 km	-550m								
CIRCUITS VTTAE				CIRCUITS VTTAE				CIRCUITS VTTAE							
VAE	La Truite	7,5km	+300m	VAE.1	La vallée Sauvage des Avals	23km	+940m	VAE.1*	Vallée des Encombres	24,4km	+676m	VAE.1*	La Golette des Combes	18km	+79m
VAE	Courchevel - Meribel	20,5km	930m	VAE.2	Les hameaux secrets de Courchevel	19,9km	+750m	VAE.2*	La Golette des Combes	18km	+79m	VAE.2*	Balcon de Tougnate	25,3km	+1079m
VAE	La Saulière	15,8km	650m	VAE.3	Le Col de la Loze	25,8km	+930m	VAE.3*	Lac du Lou	10,6km (AR)	-390/+390m	VAE.3*			
				VAE.4	Rando de la Source	12km	+436m	VAE.4*				VAE.4*			



DIRECTION  
 CHAMPAGNY-EN-VANOISE  
 PRALOGNAN-LA-VANOISE

DIRECTION  
 ALBERTVILLE  
 CHAMBERY



### CARTE TOURISTIQUE SENTIERS VTT

TOURIST MAP / BIKE PARK

MÉRIBEL - BRIDES-LES-BAINS  
LES MENUIRES - SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE - VAL THORENS COURCHEVEL



### HORAIRES REMONTÉES MÉCANIQUES LIFTS TIMETABLES

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Samedi
<b>VALLÉE DE COURCHEVEL   DU 05/07 AU 28/08</b>								
TPH SAULIERE	●	●	●	●	●	●	●	●
TC VERDON	●	●	●	●	●	●	●	●
TC PRAZ	●	●	●	●	●	●	●	●
TC LA TANIA	●	●	●	●	●	●	●	●
<b>VALLÉE DE MÉRIBEL   DU 04/07 AU 28/08</b>								
TC TOUGNÈTE 1	●	●	●	●	●	●	●	●
TSD TOUGNÈTE 2	●	●	●	●	●	●	●	●
TC PAS DU LAC 1 & 2	●	●	●	●	●	●	●	●
<b>LES MENUIRES / SAINT MARTIN   DU 04/07 AU 28/08</b>								
TC ROC 1	●	●	●	●	●	●	●	●
TC BRUYÈRES 1	●	●	●	●	●	●	●	●
TC SAINT MARTIN 1	●	●	●	●	●	●	●	●
TSD SAINT MARTIN EXPRESS	●	●	●	●	●	●	●	●
<b>VAL THORENS   DU 06/07 AU 28/08*</b>								
TC CAIRN - TC CARON	●	●	●	●	●	●	●	●
TSD MOÛTIÈRE	●	●	●	●	●	●	●	●
*Fermeture exceptionnelle des remontées mécaniques à 12h le 6 août 2020								
<b>TARIFS ÉTÉ 2020* LIFTS RATES</b>								
OFFRE INITIATION - 3 HEURES - 1 JOUR		Adulte (13 à 74 ans)	15,00 €	10,00 €	14,50 €			
OFFRE LIBERTÉ (3 jours consécutifs ou non)		Adulte (13 à 74 ans)	50,00 €	31,00 €	44,00 €			
1 SEMAINE (7 jours)		Adulte (13 à 74 ans)	84,00 €	52,00 €	72,00 €			
SAISON		Adulte (13 à 74 ans)	264,00 €	163,00 €	224,00 €			
OFFRE EXTENSION (3 Vallées pignon et/ou VTT pour les porteurs de forfait saison Vallée Isère 18-20)		Adulte (13 à 74 ans)	50,00 €	50,00 €	50,00 €			

#### MOBILITÉ

- En télésiège / By chairlift
- En télécabine / By gondola
- En téléphérique / By cable car
- Navettes gratuites avec VTT / Free shuttle with bike
- Points de recharge VAE / Bike charging station
- Bascules 3 Vallées / 3 Vallées Links

#### DIFFICULTÉ

- Très facile / Very Easy
- Facile / Easy
- Difficile / Difficult
- Très difficile / Very difficult
- Vélo Assistance Electrique / Vélo Assistance Electrique

#### RÉSEAUX SOCIAUX

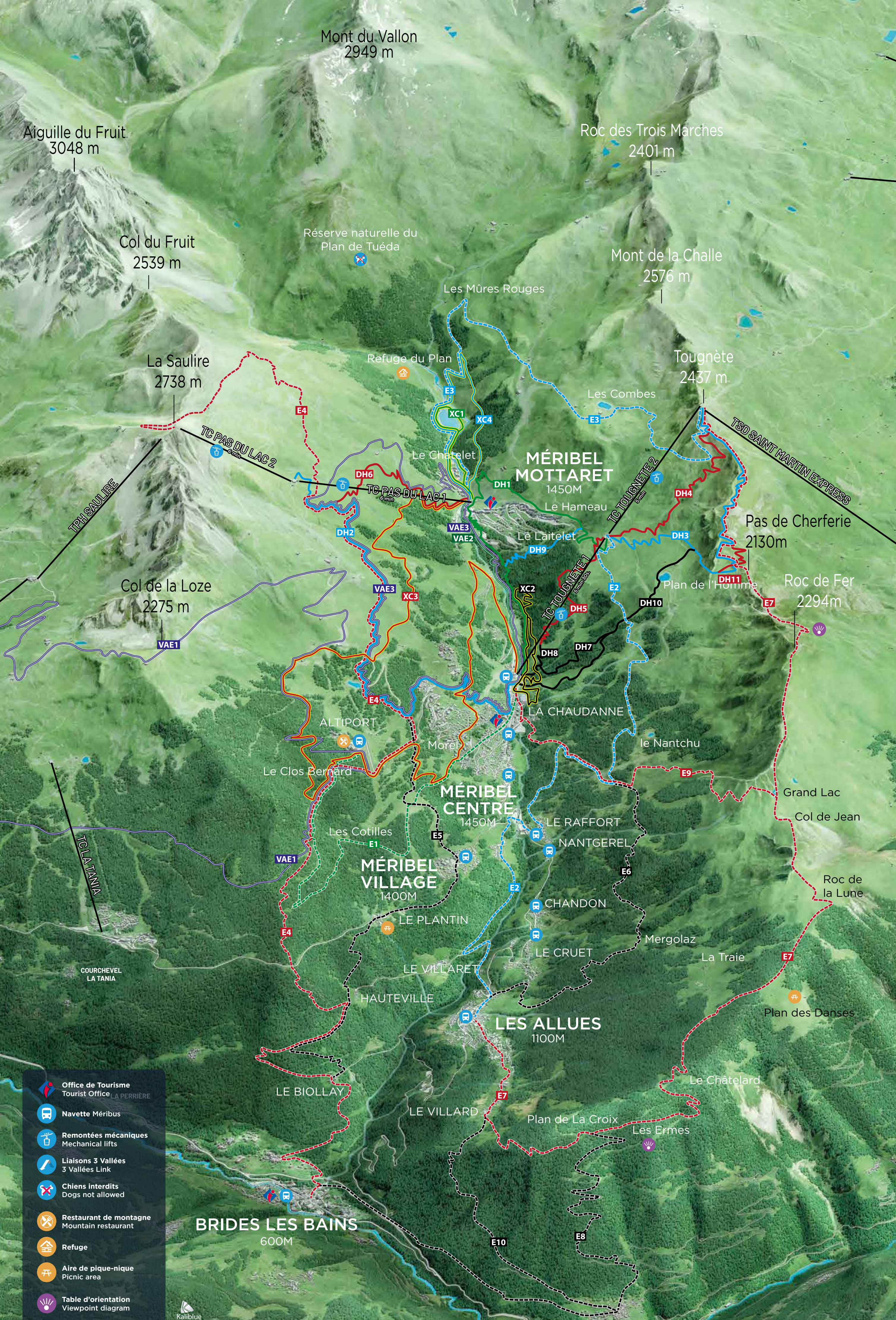
- 3vallées.france
- les3vallées\_officiel

#### POINTS D'INTÉRÊT

- Refuges / Mountain Refuges
- Vallées et Réserves Naturelles / Nature Reserves
- Lacs / Lakes
- Glaciers / Glaciers
- Panoramas / Panoramic views
- Pump Track
- Stations de Lavage / Bike wash station
- Églises et Chapelles / Churches and chapels
- Musées / Museums
- Patrimoine / Local heritage sites
- Ville thermale / Spa town
- Fermes / Farms
- Via Ferrata / Via Ferrata
- Limite Parc National de la Vanoise / Vanoise National Park
- Sommets / Summits

Les éléments de ce plan ne sont pas contractuels et peuvent varier selon l'évolution de la crise sanitaire. This map is not contractual and may vary depending on the evolution of the health crisis.

Credits photos: Arthur Bertrand - Les 3 Vallées, Sylvain Aymoz - Meribel Tourisme, Courchevel Tourisme, Ti Louber - Office de Tourisme Val Thorens, David André, Vlotenberg - Office de Tourisme Les Menuires



### VTT Vallée de Méribel

**MOUNTAIN BIKING TRAILS**  
 La vallée de Méribel est un centre VTT agréé par la Fédération Française de Cyclisme (centre n°85). Les différents circuits sont repérés par des numéros ou des noms répertoriés en fonction de la difficulté, par couleur et par nature (pistes de DH, circuits enduro, liaisons et circuits XC). Prudence: certains itinéraires VTT sont utilisés par des piétons en sentiers partagés. 3 points de lavages aux Allues, à Méribel et Méribel-Mottaret sont à votre disposition. *The Méribel Valley is an official French Cycling Federation mountain biking centre (n° 85). The various circuits are identified by name or number and listed according to their difficulty level (which is shown by colour) and type (downhill trails, enduro circuits, links and cross-country circuits). Please beware: some mountain biking trails are shared with walkers. Bike washing points are available at Les Allues, Méribel and Méribel-Mottaret.*

### PISTES DE DESCENTE

#### DOWNHILL TRAILS

**DH1 BIKE SLOPE**  
 Dénivelé Vertical drop: -555m / Longueur Length: 5.5km Départ: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel, Arrivée: La Chaudanne. Le +: la piste verte du Bikepark. Start: top of Tournète gondola lift (Arpasson), Méribel, Finish: La Chaudanne. Plus point: the green Bikepark trail.

**DH2 BELLEVUE**  
 Dénivelé Vertical drop: -950m / Longueur Length: 8.9km Départ: intermédiaire télécabine du Pas du Lac, Méribel-Mottaret, Arrivée: La Chaudanne. Retour possible depuis Méribel-Mottaret en navette ou télécabine Tournète puis par DH1. Le +: piste longue et variée avec une vue imprenable sur la vallée. Start: mid-station Pas du Lac gondola, Méribel-Mottaret, Finish: La Chaudanne. Return by shuttle from Méribel-Mottaret or by Tournète gondola and DH1. Plus point: long, varied trail with amazing views over the valley.

**DH3 BLUE LINE**  
 Dénivelé Vertical drop: -590m / Longueur Length: 5.9km Départ: sommet du télésiège de Tournète. Arrivée: Inter Tournète. Poursuite possible par DH4, E7, E8, E9, DH7, DH5, DH1 et E2. Le +: piste accessible à tous avec vue sur le Mont-Blanc. Start: top of Tournète chairlift, Finish: mid-station Tournète gondola, then DH4, E7, E8, E9, DH7, DH5, DH1 and E2. Plus point: accessible to all and view of le Mont-Blanc.

**DH4 TOUGNETE ROCKET**  
 Dénivelé Vertical drop: -520m / Longueur Length: 3.3km Départ: sommet du télésiège de Tournète, à l'intersection de DH3. Arrivée: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel. Poursuites possibles par DH7, DH5, DH1, E2 et E6. Le +: de la pente et du flow! Start: top of Tournète chairlift, at intersection of DH3, Finish: top of Tournète gondola lift (Arpasson), Méribel. Continuation possible along DH7, DH5, DH1, E2 and E6. Plus point: steepness and flow!

**DH5 FOREST JUMP**  
 Dénivelé Vertical drop: -420m / Longueur Length: 2.3km Départ: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel, Arrivée: La Chaudanne. Poursuite possible par DH8. Le +: très beau parcours technique en forêt avec sauts et variants. Start: top of Tournète gondola lift (Arpasson), Méribel, Finish: La Chaudanne, continuation possible along DH8. Plus point: very beautiful, technical trail through forest with jumps and variants.

**DH6 MOTTA RED**  
 Dénivelé Vertical drop: -600m / Longueur Length: 4.3km Départ: à l'intersection de DH1, à la Grange de Bellevue. Arrivée: Méribel-Mottaret. Le +: piste roulante avec de gros sauts. Start: At the intersection of DH1, at La Grange de Bellevue, Finish: Méribel-Mottaret, Plus point: rolling trail with big jumps.

**DH7 LA 7**  
 Dénivelé Vertical drop: -480m / Longueur Length: 3.2km Départ: au déversoir du lac du Plan de l'Homme, à l'intersection de DH3 et DH4. Arrivée: La Chaudanne. Le +: piste de DH idéale pour l'entraînement des compétiteurs. Start: the outlet sluice of the Plan de l'Homme lake, at the intersection of DH3 and DH4, Finish: La Chaudanne. Plus point: ideal downhill trail for competition training.

**DH8 4X DE LA CHAUDANNE**  
 Dénivelé Vertical drop: -120m / Longueur Length: 0.8km Départ: intersection à gauche, sur le bas de DH5. Arrivée: La Chaudanne. Spécialement conçue pour l'épreuve des Championnats de France de VTT en 2011 et desservie par la télécabine de Tournète. Le +: gros sauts et tirage de bourse au programme. Réserve aux experts équipés de protection (casques, protèges-genoux). Start: intersection to the left, on the lower part of DH5, Finish: La Chaudanne. Specially created for the 2011 French Mountain Biking Championships, this track is served by the Tournète gondola lift. For experts only. Helmet and knee protection obligatory. Plus point: big jumps and competitiveness.

**DH9 WOODSTOCKED**  
 Dénivelé Vertical drop: -290m / Longueur Length: 1.6km Départ: intersection à gauche avant le Hameau sur DH1. Arrivée: fin de DH1. Le +: des passerelles en bois faciles dans la forêt. Start: at the intersection on the left, before the Hameau on DH1, Finish: end of DH1, Plus point: easy wood footbridges in the forest.

**DH10 NIVEAU ELITE - GO PRO G FORCE**  
 Dénivelé Vertical drop: -550m / Longueur Length: 2.150km. Départ: Déversoir du lac du Plan de l'Homme, suivre DH4 ou DH3. Arrivée: La Chaudanne. Le +: La piste de World Cup 2014 Start: At the spillway of the Plan de l'Homme lake, follow DH3 or DH4 End: La Chaudanne. Plus point: The 2014 World Cup Slope

**DH11 RED LINE**  
 Dénivelé Vertical drop: -250m / Longueur Length: 1.6km. Départ: sommet du télésiège de Tournète, à l'intersection de DH3. Arrivée: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel. Poursuites possibles par DH7, DH5, DH1, E2 et E6.

Le +: une piste avec des gros sauts pour passer du temps en l'air! Start: top of Tournète chairlift, Finish: mid-station Tournète gondola, then DH4, E7, E8, E9, DH7, DH5, DH1 and E2. Plus point: A slope with big jumps to spend time in the air!

### ENDURO

**ENDURO TRAILS**  
 Itinéraires partagés avec les piétons!  
 Trails shared with walkers!

**E1 LA FORET DE L'ALTIPOINT**  
 Dénivelé Vertical drop: +195m/-470m / Longueur Length: 7.6km Piste 4x4: 100% 100% 4x4 track Départ: parking Altiport (arrêt bus). Arrivée: Méribel centre. Le +: circuit facile pour familles dans la forêt de l'altipoint. Start: Altiport car park (bus stop), Finish: Méribel centre. Plus point: easy family circuit in the Altiport forest.

**E2 LES VILLAGES**  
 Dénivelé Vertical drop: +100m/-890m / Longueur Length: 9.6km Piste 4x4: 100% 100% 4x4 track Départ: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel. Arrivée: Les Allues. Retour en navettes. Horaires au verso. Le +: Découvrez les montagnettes, les chapelles et fours à pain typiques des hameaux de Savoie. Start: top of Tournète gondola lift (Arpasson), Méribel, Finish: Les Allues. Return to Méribel by bus. See timetable on reverse side. Plus point: discover the shepherd's huts, chapels and communal bread ovens typical of Savoyard hamlets.

**E3 LES COMBES**  
 Dénivelé Vertical drop: -840m / Longueur Length: 9km Piste 4x4: 100% 100% 4x4 track Départ: sommet du télésiège de Tournète, Méribel. Arrivée: Lac de Tuéda, Méribel-Mottaret. Le +: panorama magnifique de la vallée avec arrivée dans la réserve naturelle de Tuéda, sa forêt de pins cembro et sa vue sur le lac. Start: top of Tournète gondola lift, Méribel, Finish: Tuéda lake, Méribel-Mottaret. Plus point: magnificent views over the valley and finish in the Tuéda Nature Reserve through Arolla pine forests with view over the lake.

**E4 TOP DOWN**  
 Dénivelé Vertical drop: + 390m/-2470m / Longueur Length: 19.7 km Sentier: 80% Piste 4x4: 20% 80% Path / 20% 4x4 track Départ: sommet Pas du Lac. Passe par la piste DH1 Bellevue, intersection à la piste de la forêt de l'Altiport (le Golf). Arrivée: Brides-les-Bains. Retour en navettes. Horaires au verso. Le +: 2000m de dénivelé négatif! Un must pour tout enduriste. Start: top of Pas du Lac. Take the DH1 Bellevue trail, intersection at La Forêt de l'Altiport trail (Golf course), Finish: Brides-les-Bains. Return by bus. See timetable on the reverse side. Plus point: 2000m vertical drop! A must-do trail for Enduro fans.

**E5 BRIDES-LES-BAINS**  
 Dénivelé Vertical drop: -740m / Longueur Length: 6.2km Sentier: 50% Piste 4x4: 50% 50% path, 50% 4x4 track Départ: prendre DH2, intersection à la piste de la forêt de l'Altiport (le Golf). Rejoins E4 au Bioley. Retour possible en navettes depuis Les Allues ou Brides-les-Bains. Horaires au verso. Le +: Brides-les-Bains sans pédaler. Spécial bigbikes! Start: take DH2, intersection at La Forêt de l'Altiport trail, (golf course). Rejoin E4 at the way to Brides-les-Bains without pedalling! Ideal for big bikes!

**E6 MERGOLAZ**  
 Dénivelé Vertical drop: + 285m/-1040m / Longueur Length: 9.1km Sentier: 55% Piste 4x4: 45% 55% path / 45% 4x4 track Départ: sommet de la télécabine de Tournète (Arpasson), Méribel. Arrivée: Les Allues. Retour en navettes. Voir horaires au verso. Le +: défi physique et technique sur des singles dans la forêt, malgré une liaison sur piste 4x4. Peut se combiner avec E9. Start: top of Tournète gondola lift (Arpasson), Méribel, Finish: Les Allues. Return by bus. See timetable on the reverse side. Plus point: technically and physically challenging through the forest, despite a link on 4x4 track. Can be combined with E9.

**E7 LES CRÊTES**  
 Dénivelé Vertical drop: + 410m/-1690m / Longueur Length: 18.3km Sentier: 90% Piste 4x4: 10% 90% path - 10% 4x4 track Départ: sommet télésiège de Tournète, suivre DH3, intersection au Pas de Cherferie. Arrivée: Les Allues. Retour en navettes. Voir horaires au verso. Poursuite possible par E8 et E9. Le +: circuit world-class face au Mont-Blanc, loin des remontées mécaniques. Start: top of Tournète, follow DH3, intersection at Pas de Cherferie, Finish: Les Allues. Return by bus. Timetable on reverse side. Continuation possible along E8 and E9. Plus point: world-class circuit overlooking the Mont-Blanc, far from ski lifts.

**E8 VILLARLURIN**  
 Dénivelé Vertical drop: +630m/-2440m / Longueur Length: 22.2km Sentier: 90% Piste 4x4: 10% 90% path - 10% 4x4 track Départ: sommet télésiège Tournète, suivre DH3 puis E7. Intersection à la forêt des Prés d'enfer. Arrivée: Brides-les-Bains par Villarlurin. Retour en navettes. Horaires au verso. Le +: prolonge le plaisir des Crêtes par de belles épines en forêt. Start: top of Tournète, follow DH3 then E7. Intersection at la forêt des Prés d'enfer. Finish: Brides-les-Bains via Villarlurin. Return by bus. See timetable on reverse side. Plus point: extend the enjoyment of les Crêtes trail with these beautiful hairpin turns through the forest.

**E9 LE CREUX DE LA STETTA**  
 Dénivelé Vertical drop: +280m/-1240m / Longueur Length: 11.9km Sentier: 95% Piste 4x4: 5% 95% path - 5% 4x4 track Départ: sommet télésiège Tournète, suivre DH3 puis E7, intersection au Grand Lac. Poursuite possible par E6 direction Les Allues. Arrivée: Méribel. Le +: retrouvez le panorama magnifique des Crêtes avec une rotation rapide sur Méribel et un sentier au flow exceptionnel. Start: top of Tournète, follow DH3 then E7, intersection at le Grand Lac. Option of taking E6 to Les Allues. Finish: Méribel, Plus point: enjoy magnificent views from Les Crêtes ridge. A fast loop from Méribel and an exceptionally free flowing path.

**E10 LA CORBASSIÈRE**  
 Dénivelé Vertical drop: +690m/-2480m / Longueur Length: 23.2km Départ: sommet télésiège Tournète, suivre DH3 puis E7, intersection au Villard. Arrivée: Brides-les-Bains par Villarlurin. Retour en navettes. Voir horaires au verso. Le +: une autre descente à Brides par un magnifique sentier naturel. Start: top of Tournète, follow DH3 then E7, intersection at Villard. Finish: Brides-les-Bains via Villarlurin. Return by bus. See timetable on reverse side. Plus point: an other downhill to Brides-les-Bains by a splendid natural path.

### CROSS-COUNTRY & VAE

**XC1 LAC DE TUEDA**  
 Dénivelé Vertical drop: 75m Longueur Length: 3.2km Départ/Arrivée: Maison du Tourisme de Méribel-Mottaret. Le +: circuit fortement conseillé pour les débutants et les familles dans le cadre magnifique de la réserve de Tuéda. Start/finish: Méribel-Mottaret Tourist Office. Plus point: ideal forv

**XC2 WORLD CUP**  
 Dénivelé Vertical drop: 200m Longueur Length: 4.6km Départ/Arrivée: La Chaudanne. Le +: roulez sur le parcours de la coupe du monde 2014. Start/Finish: La Chaudanne. Plus point: ride on the 2014 World Cup trail.

**XC3 ADRET**  
 Dénivelé Vertical drop: 885m Longueur Length: 17.8km Départ/Arrivée: La Chaudanne. Le +: physique et plaisir de pilotage. Start/Finish: La Chaudanne. Plus point: physically challenging and pleasurable riding.

**XC4 L'OURS**  
 Dénivelé Vertical drop: 235m Longueur Length: 4.6km Départ/Arrivée: Méribel-Mottaret. Le +: une boucle dans la réserve naturelle de Tuéda. Start/Finish: Méribel-Mottaret. Plus point: a loop in the Tuéda Reserve Nature.

**VAE1 COURCHEVEL-MERIBEL**  
 Dénivelé Vertical drop: 930m / Longueur Length: 20.5km Départ/Arrivée: parking Altiport (arrêt de bus). Le +: une boucle spéciale VAE (vélo à assistance électrique) sans difficulté technique entre Méribel et Courchevel. Altitude de départ: 1800m. Plus point: a pleasant loop dedicated to electric bike between Méribel and Courchevel without any technical difficulties. Altitude at start: 1800m.

**VAE2 LA TRUIE**  
 Dénivelé Vertical drop: 300m / Longueur Length: 7.5km Départ/Arrivée: la Chaudanne au pied de Tournète. Le +: itinéraire parfait pour s'initier aux joies du VAE. Start-End: la Chaudanne at the foot of Tournète. Plus point: the perfect route to discover the joys of electric bikes.

**VAE3 LA SAULIRE**  
 Dénivelé Vertical drop: 650m / Longueur Length: 15.8km Départ/Arrivée: la Chaudanne au pied de Tournète. Le +: Après l'itinéraire vert, faites le bleu Start/End: la Chaudanne at the foot of Tournète. Plus point: After the green trail, try this blue.

### LIAISONS LINKS

Itinéraire à majorité sur pistes 4x4, partagé avec les piétons et autres véhicules! Mainly on 4x4 tracks shared by walker and vehicles!

**LA SAULIRE INTERMÉDIAIRE PAS DU LAC**  
 (mid-station) Dénivelé Vertical drop: -490m / Longueur Length: 3.8km Départ: sommet de Saulire, télécabine Pas du Lac, Méribel-Mottaret. Arrivée: intermédiaire Pas du Lac. Poursuite possible par les itinéraires 1, 2 et 4. Start: top of Saulire, Pas du Lac gondola lift, Méribel-Mottaret, Finish: Pas du Lac mid-station. Continuation possible by itineraries 1, 2 and 4.

**LES MENUIRES-MOTTARET**  
 Dénivelé Vertical drop: -1100m / Longueur Length: 9.8km Départ: Col de la Chambre. Arrivée: Mottaret.

**HAUTEVILLE - LES ALLUES**  
 Dénivelé Vertical drop: -100m / Longueur Length: 3.1km Départ: Hauteville. Arrivée: arrêt navette Les Allues, bus stop.

**PUMPTRACK & LUDIZONE**  
 Découvrez cet été le Pumptrack et la Ludizone sur la Chaudanne! Circuit fermé et ludique composé de bosses et de virages relevés, le Pumptrack est accessible à tous et ce 100% sans pédalage! La Ludizone vous permettra d'apprendre à piloter sur un petit circuit à profil descendant composé de petites marches, de bosses pour découvrir et goûter en toute sécurité aux sensations du VTT avant d'aller découvrir le Bike Park!  
 Discover this summer the Pumptrack and the Ludizone on the Chaudanne! The Pumptrack is a closed and fun circuit made up of bumps and turns, accessible to all and 100% without pedalling! The Ludizone will teach you how to ride on a small circuit with a descending profile composed of small steps, bumps to discover and taste safely the sensations of mountain biking before going to discover Bike Park!

**SERVICE PLUS VTT ADDITIONAL SERVICE FOR MOUNTAIN BIKERS**  
 Durant l'été, les patrouilleurs emprunteront régulièrement les itinéraires balisés. Ils s'assureront du bon état des chemins et pourront vous assister en cas de difficulté. N'hésitez pas à les solliciter.  
 The patrollers tour the marked trails through the summer, maintaining the trails and giving assistance to anyone needing it. Do ask them for any advice or help you may require.

Patrouilleurs Patrollers  
 +33 (0)6 16 64 26 49  
 Services techniques Technical services  
 +33 (0)4 79 08 98 20  
 -  
**ÉCOLES DE VTT**  
 École VTT MCF de Méribel  
 +33 (0)6 12 11 97 97 / www.fastrindingpeople.com  
 La Trace Verte  
 +33 (0)6 70 06 80 38 / www.latraceverte.com

**Office de Tourisme**  
 Tourist Office, LA PERRIÈRE

**Navette Méribus**

**Remontées mécaniques**  
 Mechanical lifts

**Liaisons 3 Vallées**  
 3 Vallées Link

**Chiens interdits**  
 Dogs not allowed

**Restaurant de montagne**  
 Mountain restaurant

**Refuge**

**Aire de pique-nique**  
 Picnic area

**Table d'orientation**  
 Viewpoint diagram

