

DANS LES VILLAGES DE MONTAGNE ⇄ 5,5km ⌚ 2h ↗ +/- 350m
 Ce circuit monte jusqu'à Les ravines et La lance, où vous croiserez de nombreux chalet d'alpages.
 You'll go as far as the ravines and La lance, where you'll come across numerous mountain chalets.

BOUCLE DES PATURAGES ⇄ 4,5km ⌚ 1h30 ↗ +/- 250m
 Cheminez dans les pâturages avec une vue magnifique sur la vallée. Empruntez le célèbre GR5 jusqu'à Valezan.
 Walk through pastures with amazing views over the valley. Follow the famous GR5 to Valezan.

VALEZAN (départ du parkign du haut)
 Cette boucle vous mènera jusqu' aux Fours où vous pourrez vous poser et admirer le Mont Pourri et La Plagne. Rejoignez la piste damée pour traverser le village de montagne de Bonpas. This loop will take you as far as Les Fours. Rejoin the groomed track to cross the mountain village of Bonpas.

BOUCLE DE BONPAS ⇄ 4,8km ⌚ 1h45 ↗ +/- 160m

BOUCLE DU BIEF DE VALEZAN ⇄ 3,4km ⌚ 1h30 ↗ +/- 150m

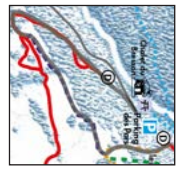
BOUCLE DES CRÊTES ⇄ 2,7km ⌚ 1h15 ↗ +/- 90m

Les sentiers raquettes/piétons
 La Côte d'Aime (départ du parking des Pars)

BOUCLE DES CRÊTES ⇄ 2,7km ⌚ 1h15 ↗ +/- 90m
 Ce sentier sauvage vous amènera sur les crêtes pour découvrir un beau point de vue. Poursuivez en forêt par la piste damée. Wild trail over the ridges. Return into the forest on the groomed track.

BOUCLE DU BIEF DE VALEZAN ⇄ 3,4km ⌚ 1h30 ↗ +/- 150m
 Promenez-vous au fil de l'eau en longeant le bief de Valezan puis redescendez vers le pont de la Gîte et la rivière de l'Ormente. Walk along the Valezan reach, towards the Gîte bridge and the Ormente river.

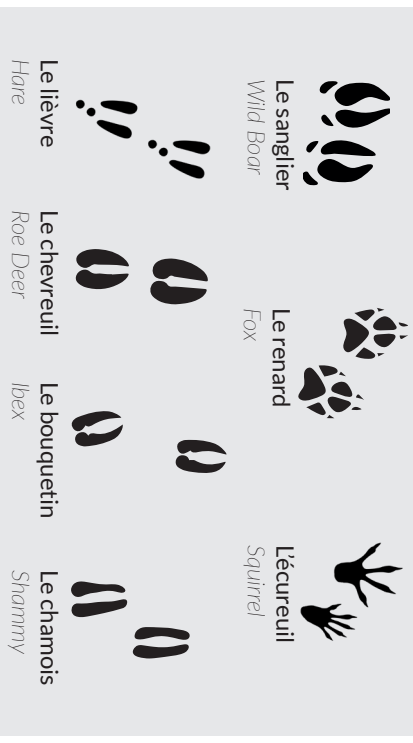
Les points de départs
 Direction La Côte d'Aime, monter jusqu'au hameau de La Bergerie. Suivre le camping du Biolley et le Chalet du Bresson, le parking des Pars se situe peu après. Pour aller à Valezan, suivre le panneau de Montnèry et Valezan, garer-vous au parking du haut du village. Head towards La Côte d'Aime and climb up to the hamlet La Bergerie. Follow the signs Biolley campsite and Chalet du Bresson. Les Pars car park is just beyond. To go to Valezan, follow the signs Montnèry and Valezan, park you car at the top car park of the village.



À la découverte de ... ESPACE HIVERNAL DE LA CÔTE D'AIME VALEZAN

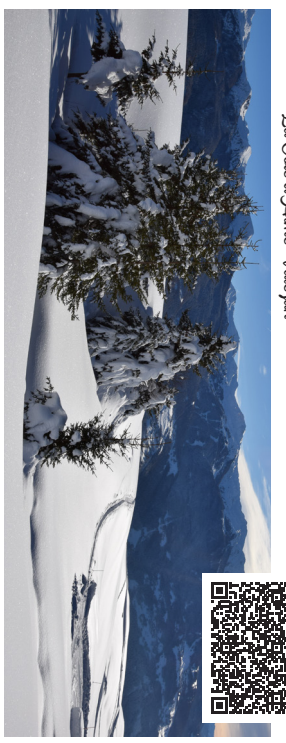


Plan piéton / Map
 BALADES, RAQUETTES, ITINÉRAIRES NORDIQUES, SKI DE RANDONNÉE
 TRAILS, SNOWSHOES.
 NORDIC TRAILS, SKI TOURING



Vous pourrez apercevoir quelques traces d'animaux.
 Ouvrez grand vos yeux ! Animal tracks

Avant de partir, consultez la météo et renseignez-vous sur l'accessibilité des itinéraires ! (ils ne sont pas toujours praticables après une importante chute de neige). Check the weather and the accessibility of walks.



Réservez plus d'informations sur les itinéraires de La Côte d'Aime Valezan

Itinéraire de ski de randonnée SKI TOURING
 Un parcours d'initiation au ski de randonnée. Suivez les jalons jaunes. Ils vous emmèneront de Valezan aux Ravines. A discovery course to ski touring. Follow the yellow markers. They will take you from Valezan to Les Ravines!

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 12 km d'itinéraires damés. 12km of groomed trails.

Itinéraire de ski de randonnée Non balisé - non sécurisé SKI TOURING
 700m de montée en ski de randonnée à partir de Prachanié, à travers les forêts d'épicéas et les alpages du Versant du Soleil. 700m of ascent by ski touring between Granier Nordic area and Pra Spa mountains, through the fir tree forest and mountain pastures of the Versant du Soleil.

Charte du Randonneur - Quelques conseils
 Règles de sécurité Safety rules

- Consultez la météo avant de partir. Check the weather forecast
 - Prévenez quelqu'un de votre départ et du parcours prévu. Inform at least one person about your departure.
 - Pensez à bien vous hydrater et à vous protéger du soleil. Hydrate yourself sufficiently.
 - Équipez-vous de bonnes chaussures et de vêtements chauds. Mountain's shoes and warm clothing are your best allies!
La bonne conduite The right way to go
 - Restez sur les sentiers tracés. Stay on the marked trails
 - Respectez l'environnement. Let's preserve our environment.



En cas d'accident Rescue : 112
Météo weather forecast : 32 50

LOCATION DE MATÉRIEL Equipment rental
 MONTAGNE EXPÉRIENCE (raquettes)
 Aime |+33 (0)9 53 41 63 95
 BUVETTE DE PRACHANIÉ (raquettes, luges & parets)
 Granier | Espace Nordique de Granier
 AUBERGE DE VALEZAN (raquettes)
 Valezan | +33 (0)6 98 10 03 19

DÉCATHLON AIME LA PLAGNE (raquettes, ski alpins, chaussures, textile...)
 Aime | location-montagne.decathlon.fr/

SORTIES ENCADRÉES Guided outings
 Alois Godard +33 (0)7 82 10 30 49
 Attitude Raquette +33 (0)6 21 85 58 72
 Jérémy Vibert +33 (0)6 15 74 27 72
 Plagne Evasion +33 (0)6 42 08 53 35
 Ysaïpes Rando +33 (0)6 79 68 26 18
 Compagnie des guides de la Vanoise +33 (0)6 40 06 05 32



Office de Tourisme de La Plagne Vallée
 1139 avenue de Tarentaise
 Aime - 73210 AIME LA PLAGNE
 04 79 55 67 00 - info.vallee@la-plagne.com
 www.la-plagne.com/la-plagne-vallee

Syndicat d'Initiative de Granier
 04 79 55 46 44 - info@sigranier.fr
 www.sigranier.fr

Buvette de Prachanié
 Espace Nordique de Granier

Syndicat d'Initiative de La Côte d'Aime Valezan
 07 66 09 78 94 - si.lacotedaime@free.fr
 www.lacotedaime.com/Syndicat-Initiative



À la découverte de ... ESPACE HIVERNAL DE PRACHANIÉ

Les points de départs
 Direction Granier depuis Aime. Dans le centre du village, il y a deux places de parking sans nous, nous disposons tous deux d'un parking en direction du Cormet d'Arèches/Plan Pichu. Granier from Aime. There are a few parking spaces available in the village centre. We advise you to park your car at the Prachanié car park above the village on the way to Cormet d'Arèches.

CHAPELLE NOTRE DAME DU FOYER ⇄ 4km ⌚ 1h30-2h ↗ +/- 240m
 Cette balade familiale vous mènera en forêt à la rencontre de Granier, par un chemin balcon, vous offrant des points de vue dégagés sur le versant opposé. Family walk, between forest and pastures, offering you an incredible views of the opposite side.

BONVILLARD - SENTIER DES PRODUCTEURS ⇄ 6,3km ⌚ 1h45-2h15 ↗ +/- 220m
 Ce sentier, principalement en forêt, vous fera cheminer le long du bief, petit canal quasiment plat. Le dernier tiers du parcours se fait dans les prés. Vous verrez les chalets d'alpage de la Traitaz et vous profiterez de beaux points de vue. Profitez d'une halte sur l'aire de pique-nique, au lieu-dit «les Avinières».

LE GRAND BIEF ⇄ 5km ⌚ 2h15-2h40 ↗ +/- 330m
 Cet itinéraire sportif vous emmènera aux «montagnettes» de Granier. Vous prendrez de la hauteur et profiterez de paysages dégagés avec des panoramas sur le Mont Pourri et la station de La Plagne

MONTÉE DANS LES ALPAGES ⇄ 5km ⌚ 2h15-2h40 ↗ +/- 330m
 Cet itinéraire sportif vous emmènera aux «montagnettes» de Granier. Vous prendrez de la hauteur et profiterez de paysages dégagés avec des panoramas sur le Mont Pourri et la station de La Plagne

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Itinéraires nordiques damés
 GROOMED NORDIC TRAILS & SNOWSHOENIG
 1 La vie neuve 5km / D+140m
 2 Montée de la Chavonne 3km / D+260m

Pointe de Combe Bénite (2575m)

Refuge de la Coire

Mont Rosset (2449m)

Refuge de la Balme et de Presset

Espace hivernal de Prachanié à Granier

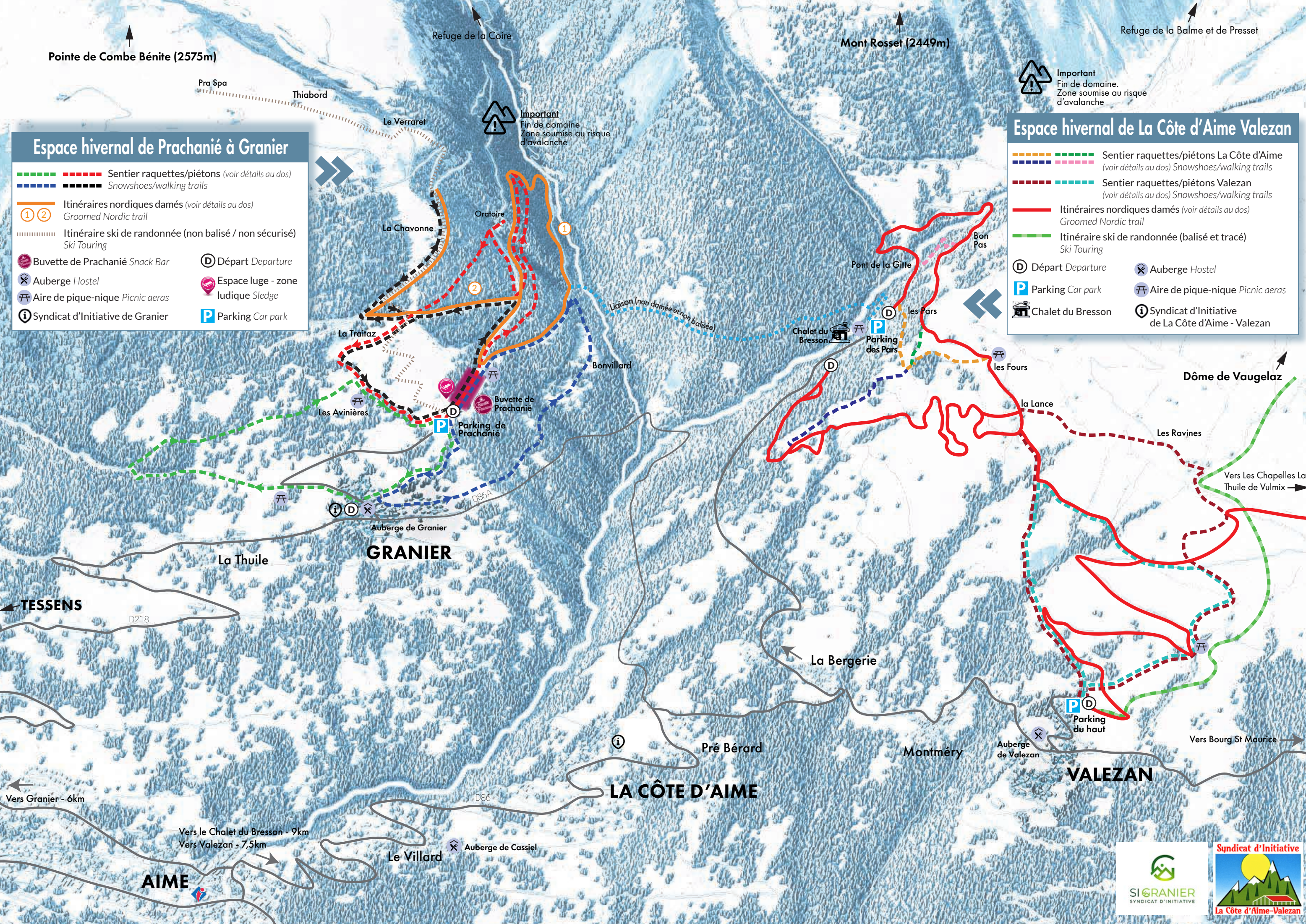
- Sentier raquettes/piétons (voir détails au dos)
- Snowshoes/walking trails
- Itinéraires nordiques damés (voir détails au dos)
- Groomed Nordic trail
- Itinéraire ski de randonnée (non balisé / non sécurisé)
- Ski Touring
- Buvette de Prachanié Snack Bar
- Espace luge - zone ludique Sledge
- Départ Departure
- Auberge Hostel
- Aire de pique-nique Picnic aeras
- Syndicat d'Initiative de Granier
- Parking Car park

Espace hivernal de La Côte d'Aime Valezan

- Sentier raquettes/piétons La Côte d'Aime (voir détails au dos)
- Snowshoes/walking trails
- Sentier raquettes/piétons Valezan (voir détails au dos)
- Snowshoes/walking trails
- Itinéraires nordiques damés (voir détails au dos)
- Groomed Nordic trail
- Itinéraire ski de randonnée (balisé et tracé)
- Ski Touring
- Départ Departure
- Auberge Hostel
- Parking Car park
- Aire de pique-nique Picnic aeras
- Syndicat d'Initiative de La Côte d'Aime - Valezan
- Chalet du Bresson



Important
Fin de domaine.
Zone soumise au risque
d'avalanche



TESENS

Vers Granier - 6km

AIME

Vers le Chalet du Bresson - 9km
Vers Valezan - 7,5km

GRANIER

Le Villard

LA CÔTE D'AIME

La Bergerie

Pré Bérard

Montméry

VALEZAN

Auberge de Valezan

Vers Bourg St Maurice

Dôme de Vaugelaz

