

Conseils aux skieurs

- Renseignez-vous préalablement auprès des Offices de Tourisme pour connaître les conditions d'enneigement et d'entretien des différents itinéraires.
www.mairie-courchevel.com/entretien-ski-nordique-et-sentiers
www.skijplan.com
- Renseignez-vous sur les horaires des navettes «station», qui vous permettent de passer d'un site à un autre, la plupart du temps gratuitement.
- Prévenez quelqu'un de votre itinéraire, les pistes ne sont ni surveillées, ni fermées le soir comme les pistes de ski alpin.

Secours : 112

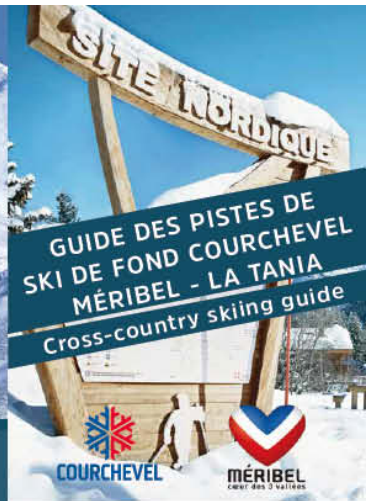
Advice for cross-country skiers

- Before setting off, check with the Tourist Offices to find out the snow conditions and state of repair of the various itineraries.
www.mairie-courchevel.com/entretien-ski-nordique-et-sentiers
www.skijplan.com
- Check also the bus times, which allow you to travel from one site to another, most of the time free.
- Let somebody know your route, the cross-country pistes are neither patrolled nor closed in the evening like the downhill pistes.

Emergency : 112



- TS Téléseil / Chairlift
- TC Télécable / Gondola
- D Départ des pistes / Starting point
- 1 Skieurs débutants / Beginner skiers
- 2 Skieurs moyens / Intermediate skiers
- 3 Skieurs confirmés / Expert skiers
- 4 Sens de circulation conseillé / Recommended direction
- 5 Remorquée mécanique ouverte aux piétons / Ski lift accessible to pedestrians
- 6 Remorquée mécanique réservée aux skieurs / Ski lift reserved for skiers
- 7 Traversée de skieurs / Watch out for skiers
- 8 Point de vue / Panorama
- 9 Route départementale / Road
- 10 Arrêt navette / Bus stop
- 11 Parking / Carpark
- 12 Office de Tourisme / Tourist Office
- 13 Toilettes / Toilets
- 14 Altitude / altitude airport



COURCHEVEL
www.courchevel.com
+33 (0) 478 00 00 20
73200 COURCHEVEL - FRANCE
9 RUE DE L'ÉGLISE
COURCHEVEL TOURISME

MÉRIBEL
www.meribel.net
+33 (0) 478 00 00 01
73550 MÉRIBEL - FRANCE
27 PLACE MAIRIE FRONT BP1
MÉRIBEL TOURISME

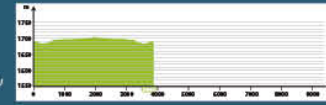
Départ Courchevel Le Praz



Départ Méribel Mottaret

14 Boucle Loop 3km +20m

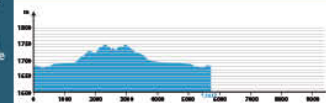
Départ : Parking de Plan Ravet, ou jardin d'enfants Les Piou Piou.
Circuit d'initiation plat en bordure de lac au plein cœur de la Réserve Naturelle de Tueda et du Parc National de la Vanoise.



Starting point : Plan Ravet car-park, or Les Piou Piou kindergarden.
Beginner's flat route along the lake. In the heart of Tueda Nature Reserve and the Vanoise National Park.

15 Boucle Loop 5km +100m

Départ : Parking de Plan Ravet, ou jardin d'enfants Les Piou Piou.
Circuit vallonné en bordure de lac au plein cœur de la Réserve Naturelle de Tueda et du Parc National de la Vanoise.

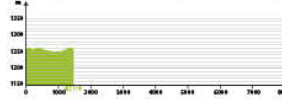


Starting point : Plan Ravet car-park, or Les Piou Piou kindergarden.
Undulating path in the heart of Tueda Nature Reserve and the Vanoise National Park.

C'est sur ce site des Jeux Olympiques de 1992 que Fabrice Guy et Sylvain Guillaume remportèrent les médailles d'or et d'argent du combiné nordique. *Enjoy the pistes where Fabrice Guy and Sylvain Guillaume won their gold and silver medals at the Olympic Games in 1992.*

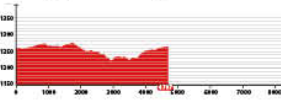
7 Boucle Loop 1,5 km +20m

Départ : Face aux tremplins olympiques
Starting point : Across the road from the Olympic ski jumps



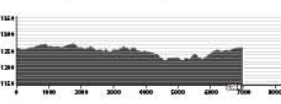
7 Boucle Loop 4,8 km +100m

Départ : Office de Tourisme
Starting point : Tourist Office



7 Boucle Loop 7 km +150m

Départ : Office de Tourisme
Starting point : Tourist Office

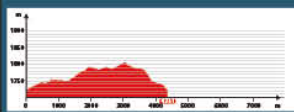


Départ Courchevel Moriond

1 Boucle du Belvédère Loop 4,5 km +90m

Départ : Parking du téléski des Granges (Belvédère).
Piste facile et ensoleillée avec une courte montée raide, passant par le chemin des Avals et près des fermes de Pralin.

Starting point : Parking next to the Granges drag lift.
A sunny easy itinerary, with a short uphill part, passing by the farmhouses at Pralin and by the Avals path.

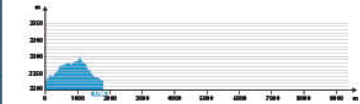


2 Boucle de la Loze Loop 1,8 km +60m

Départ : Courchevel 1850; gare d'arrivée de la télécabine des Chenus, descendre et passer à gauche du gros rocher. La Tania ; depuis le sommet du téléseil du Dou des Lanches.

Une piste d'altitude à 2250m au pied des couloirs du Rocher de la Loze. Retour en bordure de la piste de ski alpin.

Starting point : From Courchevel 1850 ; at the arrival of the Chenus gondola. To the left of the big rock, follow the piste down. From La Tania, at the bottom of Dou des Lanches chairlift. A high walk (2250 m), at the bottom of the Rocher de la Loze couloirs.



Départ sommet de la Loze



Les pistes de ski de fond sont gratuites et accessibles sans forfait.

Une centaine de km de pistes gratuites entretenues et balisées (bulletin quotidien affiché dans les offices de tourisme).

About 100km of cross-country trails free access groomed and marked (check the daily report at the tourist offices).



Pour connaître le niveau, repérez les couleurs sur le plan et sur les panneaux :
The colours shown on the maps and the trail markers gives the difficulty.

très facile / very easy facile / easy difficile / difficult très difficile / very difficult

Besoin des conseils d'un expert, pensez aux écoles de ski !
For a lesson, don't hesitate to contact the ski schools !

Attention : certaines sections de pistes peuvent être empruntées par des piétons, des skieurs alpins ou des attelages de chien de traîneau.
Attention : some sections may be shared between pedestrians, skiers and dog sledges.

