



## ITINÉRAIRES PIÉTONS / RAQUETTES PEDESTRIAN / SNOWSHOEING TRAILS

### LES "DÔDES" 1

Coordonnées GPS : 45.456562 / 6.699375

**Départ / Arrivée** Pont du Planay / Planchamp, télécabine  
 2,1 km D+ / D- 145 m Facile 1 h 15

Le sentier longe le torrent, traverse la forêt puis les prés pour atteindre les Dôdes (2 chalets - alt. 1350 m). L'itinéraire se poursuit en forêt jusqu'à la traversée de la piste des Bois\* et rejoint le hameau de la Traye puis la piste\* qui arrive à la gare de la télécabine. \*Attention aux skieurs prioritaires.

"Les Dôdes" tour: Start at the bridge « le Planay », 50m far from the supermarket Sherpa in the Planay district. The path goes along the river, crosses a small forest, then the fields, till the hamlet "les Dôdes" (alt. 1380m). The path leads into the forest to the alpine slope "les Bois" (caution: the skiers have the right of way!), joins up the hamlet "la Traye" (alt. 1350m) and goes down to the bottom of the alpine slope (walk on the left side) arriving at the gondola.

### LIOTRAZ 2

Coordonnées GPS : 45.453326 / 6.701475

**Départ / Arrivée** Pont des Chaillies / Pont des Chaillies  
 3,6 km D+ / D- 250 m Moyen 1 h 30

Montée sur un chemin large en forêt jusqu'à la Plate-forme E.D.F (alt. 1380 m) : belle vue sur le village. Retour sur le même itinéraire.

"Liotraz" itinerary: Start "Pont des Chaillies" (bridge "les Chaillies"), alt. 1190m. Take the snowy large path in the forest which heads in 3 turns up to the EDF platform (alt. 1380m). Nice view on Champagny le Bas. Return (on the same itinerary).

### LE CHATELARD 3

Coordonnées GPS : 45.453480 / 6.690180

**Départ / Arrivée** Villard-Dessus, rue des Dardets / Planchamp  
 2,9 km D+ / D- 285 m Difficile 2 h 30

Sentier en forêt jusqu'au lieu-dit « Le Châtelard » (alt. 1500 m). Variante possible pour le retour par les Hauts de Planchamp ou variante retour par les Combes (attention traversée de piste) puis la Traye et arrivée à Planchamp. Durée totale : 3 h et 3 km (boucle).

Pedestrian walk in the forest that joins up the hamlet "le Châtelard" (alt. 1500m). Beautiful landscape. Possible return by les Hauts de Planchamp or possible return to les Combes (be careful, ski slope to cross), la Traye and arrival at Planchamp. Duration: 3hrs, 3km.

Chiens interdits No dogs allowed

Chiens autorisés et tenus en laisse Dogs allowed, only on leash

## ITINÉRAIRE RAQUETTES SNOWSHOES ITINERARY

### LA ROSSA & LE ROC DES BLANCHETS 1

Coordonnées GPS : 45.472204 / 6.694821

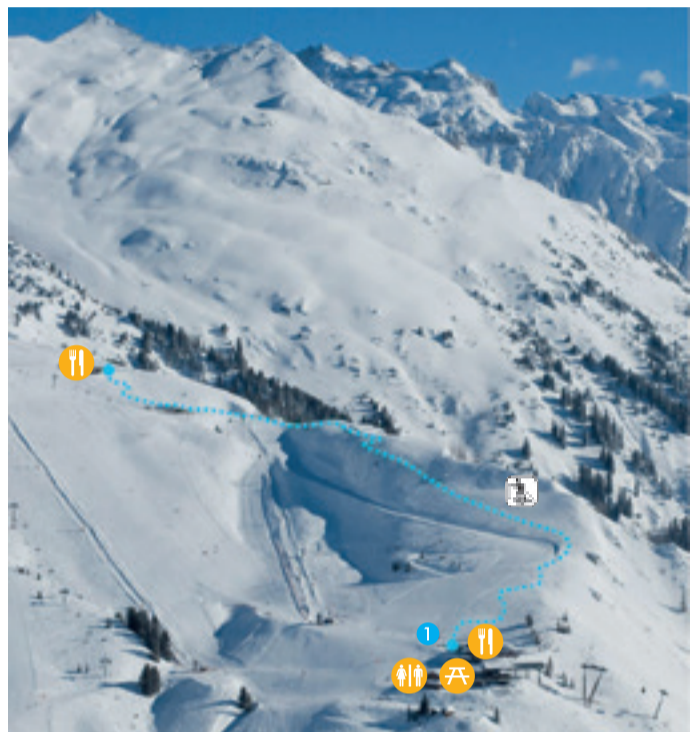
**Départ / Arrivée** Haut de la télécabine  
 1,4 km D+ / D- 126 m Moyen 1 h 30

Ticket accès piétons à acheter aux Caisses des Remontées mécaniques. Un itinéraire à pratiquer en raquettes (bâtons de ski recommandés) entre « La Rossa » (alt. 1970) et « Le Roc des Blanchets » (alt. 2100 m) offre une possibilité de balade en altitude. Vue remarquable sur les glaciers de la Vanoise.

Recommandations : vous évoluez en altitude et l'enneigement peut être conséquent. A ne pas pratiquer après une chute de neige importante ou par temps de brouillard. Ne pas emprunter les pistes de ski alpin - Rester en bordure des pistes de ski.

Itinerary La Rossa <-> Roc des Blanchets (Ticket to buy at the ski pass kiosk) One itinerary in altitude to practise with snowshoes (walking sticks or ski sticks are recommended). Start "la Rossa" (alt. 1970). The path is marked out till the restaurant "le Roc des Blanchets" (alt. 2100m). Beautiful view on the Vanoise glaciers.

Advice: It is higher in altitude: the snow coverage may be important. Do not take the itinerary after an important snowfall or in case of fog. It is forbidden to walk on the ski slopes. Beware of the skiers if you walk alongside the ski slopes.



## LA FORÊT ET SES PRINCIPALES ESSENCES RÉSINEUSES THE MAIN TYPES OF CONIFER IN OUR FORESTS

**L'Epicéa**  
Il est l'arbre prédominant. Ses aiguilles sont disposées tout autour des branches et ses cônes tombent.  
*Spruce: This is the commonest tree in our forests. It has needles sticking out all round its branches and its cones hang downwards.*

**Le Sapin**  
Ses aiguilles sont l'image des dents du peigne et ses cônes montent.  
*Fir: Its needles are like the teeth of a comb. Its cones point upwards.*

**Le Pin Sylvestre**  
Son écorce est rougeâtre. Il aime le soleil et ses aiguilles sont groupées par deux.  
*Swiss Pine: Its bark is a reddish colour. It like the sun and its needles are arranged in pairs.*

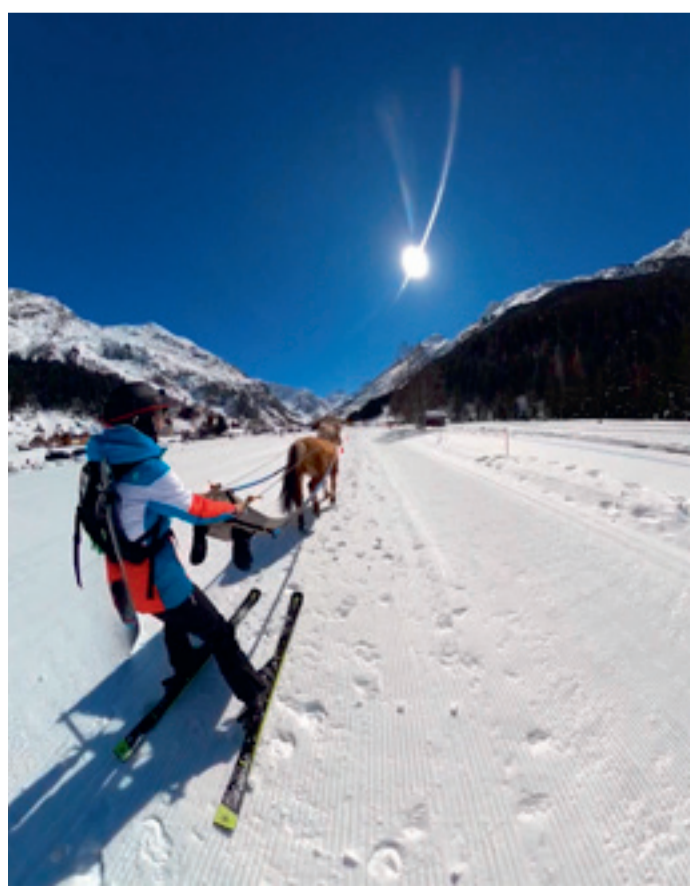
**Le Pin Cembro ou Arole**  
Arbre mythique de nos forêts. Pousse au-dessus de 1800 m d'altitude. Aiguilles groupées par 5. Très recherché pour la couleur de son bois et de ses nœuds, l'odeur dégagée et ses qualités pour la sculpture.  
*Cembro Pine: This tree in legendary in our forests. It grows at altitudes of over 1800 metres. Its needles are arranged in groups of five. Its wood is much sought after on account of its fine colour, its knots and its smell. It is greatly appreciated by sculptors.*

**Le Mélèze**  
Le seul conifère qui perd ses aiguilles en hiver. Abondant dans nos forêts, il donne un bois rosé bien recherché pour ses qualités de conservation. Les aiguilles tombent en octobre laissant cet arbre déplumé l'hiver. Rassurez-vous, il n'est pas sec.  
*Larch: This is the only conifer that loses its needles in winter. It is common in our forests, yielding reddish-coloured timber, that is extremely durable. The needles fall off in October, leaving the tree bare all winter. Do not worry, it has not dried up.*

## LES TRACES D'ANIMAUX ANIMAL TRACKS

3 cm	40 cm	20 cm	4 cm	8 cm
<b>Le renard</b> Fox	<b>Le lièvre variable</b> Hare	<b>L'Écureuil</b> Squirrel	<b>Le chevreuil</b> Roe Deer	<b>Le sanglier</b> Wild Boar

- Référence itinéraire et départ / Reference number and start of the itinerary
- Itinéraire raquettes ou piétons tracé / Snowshoes / pedestrian track
- Facile / Easy Moyen / Medium Difficile / Medium
- Vue panoramique / Panorama
- Route principale / Main road
- Traversée de piste / attention skieurs / Slope crossing, skiers - Caution
- Arrêt navette / Shuttle stop
- Office du tourisme / Tourist information centre
- Toilettes publiques Public toilets
- Restaurant Restaurant
- Salle hors-sac Picnic room
- Parking



## BALISAGE DES ITINÉRAIRES SIGN POSTS FOR SNOWSHOEING



## CONSEILS / ADVICE

Les itinéraires sont balisés mais non damés et non préparés ; ils sont tracés uniquement par les passages successifs des promeneurs ; les conditions de marche peuvent varier selon l'enneigement ; l'usage de raquettes à neige et de bâtons peut s'avérer nécessaire.

**Dans tous les cas, pour votre plaisir et votre sécurité :**  
Portez des chaussures et des vêtements chauds. Évitez de partir trop tard dans l'après-midi, la nuit tombe vite. Ne vous écartez pas des chemins damés, balisés et indiqués. Se conformer aux informations liées aux risques d'avalanche : bulletins quotidiens affichés à l'Office de Tourisme, Caisses des Remontées mécaniques et Chalet Ski de fond.

Those post-marked itineraries are neither groomed nor prepared; they are open up by the walkers themselves passing successively through the paths. Walking conditions may change according to the weather and snow: snowshoes and sticks may be useful.

For your pleasure and safety:  
Dress properly with adequate walking boots and warm clothes.  
Do not start on a walk too late in the afternoon: you may be overtaken by the nightfall!  
Do not walk out of the way.

## NUMÉROS D'URGENCE EMERGENCY NUMBERS

**Sécurité des pistes / Safety Office :** +33 (0)4 79 09 67 60  
**Urgences médicales / Medical emergencies :** 112



## LA PLAGNE CHAMPAGNY EN VANOISE



**Plan piéton / map**  
Balades, randonnées, raquettes, ski de fond  
Walks, trails, snowshoes, cross-country skiing

# CHAMPAGNY-LE-HAUT

1470 m



- 1 Référence itinéraire / Reference number of the itinerary
- Itinéraire piétons-raquettes damé / Pedestrian & snowshoes walk (prepared)  
Facile / Easy Moyen / Medium Difficile / Difficult
- Itinéraire raquettes tracé / Snowshoes track  
Facile / Easy Moyen / Medium Difficile / Difficult
- Piste de ski de fond / Cross country tracks
- Nordic park (gratuit) / Free
- Départ traineau à chiens / Start for dogsled
- Ski joering - Equitation / Horse riding
- Vol captif / Captive hot-air balloon flight
- Piste de luge / Sledging area
- Escalade sur glace / Ice climbing
- Tour de glace / Ice climbing tower
- Espace Glacialis / Museum
- Chalet d'Accueil-Foiaits-Secours / Départ pistes ski de fond et itinéraires piétons - raquettes  
Information-Ski-passes-Aid station / Start for ski tracks & walks
- Vue panoramique / Panorama
- Route principale / Main road
- Parking / Car park
- Arrêt navette / Shuttle stop
- Toilettes publiques / Public toilets
- Salle hors-sac / Indoor picnic room
- Restaurant / Restaurant

CHAMPAGNY VILLAGE  
1250m

## ITINÉRAIRES RAQUETTES SNOWSHOES ITINERARY

**LA COMBA DAMON**  
Coordonnées GPS : 45.459630 / 6.723019

Départ La Couaz, la Chapelle  
Arrivée Le Bois, chalet nordique  
1,8 km D+ / D- 20 m Très facile 45 min

Itinéraire sous les épicéas et sur le plateau afin de rejoindre le hameau du Bois. Peut se faire dans le sens inverse.

"Comba Damon" tour: Start on right after "La Couaz", chapel side. The itinerary runs under the spruces and on the plateau, to the hamlet of Bois. Can be done the other way round. Very easy.

**LA TAILLETTE**  
Coordonnées GPS : 45.458554 / 6.744433

Départ / Arrivée Le Bois, chalet nordique  
1,9 km D+ / D- 170 m Assez difficile 1 h 30

Sentier en forêt sur le versant Nord du vallon.  
"Taillette" itinerary: Start at the nordic chalet. The path goes up in a forest on the North side of the valley. Quiet difficult.

**L'EPENA**  
Coordonnées GPS : 45.458554 / 6.744433

Départ / Arrivée Le Bois, chalet nordique  
7 km AR D+ / D- 100 m Peu difficile 2 h 45

Le chemin longe le "Doron" en rive gauche, du hameau Le Bois au Laisonnay d'en Haut. Peu difficile.  
"Epena" itinerary: Start at the nordic chalet. The path follows the river "Doron" from Le Bois to Le Laisonnay d'en Haut. Not difficult.

**LES TEPPES**  
Coordonnées GPS : 45.458554 / 6.744433

Départ / Arrivée Le Bois, chalet nordique  
1,6 km D+ / D- 100 m Peu difficile 1 h 00

Itinéraire sur le versant Sud du vallon avec jolie vue panoramique sur le hameau Le Bois.  
"Teppes" itinerary: Start at the nordic chalet. Itinerary on the South side of the valley, nice panoramic view over the hamlet Le Bois. Not difficult.

## ITINÉRAIRES PIÉTONS / RAQUETTES PEDESTRIAN / SNOWSHOES ITINERARIES

**LES CHARDES**  
Coordonnées GPS : 45.458742 / 6.744517

Départ / Arrivée Le Bois, chalet nordique  
6 km AR D+ / D- 100 m Peu difficile 2 h 30

Le chemin longe la piste de ski de fond "Laisonnay", jalonné de 7 panneaux thématiques (faune, flore, géologie...).

"Chardes" itinerary: Start at the nordic chalet. The path follows the cross-country piste "Le Laisonnay", marked by seven Thematic panels (flora, fauna, geology...). Not difficult.

**L'EVETTA**  
Coordonnées GPS : 45.460313 / 6.732023

Départ La Chizerette  
Arrivée Le Bois, chalet nordique  
1 km D+ / D- 15 m Très facile 25 min

Sentier longeant la route jusqu'au hameau Le Bois. Peut se faire dans le sens inverse.  
"Evetta" tour: Start on the left just after "La chizerette". The path follows the road to the hamlet Le Bois. Can be done the other way round. Very easy.

- Chiens interdits No dogs allowed
- Chiens autorisés et tenus en laisse Dogs allowed, only on leash

## BALISAGE DES ITINÉRAIRES SIGN POSTS FOR SNOWSHOEING



## SORTIES RAQUETTES ACCOMPAGNÉES SNOWSHOEING OUTINGS

Avec un guide : de la randonnée raquettes d'initiation à celle accessible au plus grand nombre ou technique.  
Durée : de 2 h à 4 h - Du lundi au vendredi - De 25 € à 41 €  
Egalement sorties en nocturne avec diner en refuge  
Réservation à l'ESF, tél. 04 79 55 06 40.

With an instructor: from a snowshoeing initiation to other itineraries accessible to most people or more technical  
Duration: from 2hrs to 4hrs - From Monday to Friday. From 25 € to 41 €  
Also: night hikes with traditional meal in a refuge  
Booking at the ESF / French Ski School, tel. +33 (0)4 79 55 06 40.



## SKI DE FOND CROSS-COUNTRY SKIING



24 kilomètres de pistes aménagées, entretenues et sécurisées pour les amateurs de skating ou de style classique.  
Egalement : Le Nordic Parc ( zone ludique avec bosses, sauts...) et une piste d'initiation (gratuits).  
22 bornes thématiques sont disposées tous les kilomètres sur l'ensemble des pistes de fond : faune, architecture, vie locale...  
Accès payant aux pistes de ski de fond, achat des badges sur place : Chalet "Accueil ski de fond" Tél. 04 79 22 12 74.

The cross-country skiers can practise all techniques (skate skiing or diagonal stride) on the 24km of marked and maintained ski runs. Ski passes for the access to the runs are on sale at the Nordic chalet - Tel. +33 (0)4 79 22 12 74.  
Each kilometre on the cross-country pistes: 22 reading sign posts presenting fauna, architecture, local life... Also: The Nordic Park (with fun workshops) and a piste for initiation (free).



## SKI JOËRING - EQUITATION SKI JOËRING - HORSE RIDING

Skijoëring (à partir de 7 ou 8 ans) et balades à cheval (1h)  
Location de poneys et poney-luge pour les enfants  
Réservation : Le P'tit Ranch, tél. 06 89 78 15 64  
Skijoëring (from 7 or 8 years old) and horse riding (1h).  
Pony hire and pony sledging.  
Booking: Le P'tit Ranch +33 (0)6 89 78 15 64

## TRAÎNEAU À CHIENS DOG SLEDGING

Balades assises et kid traineau, 2 ou 3 jours par semaine.  
Réservation avec Génération Musher, tél. 06 46 84 58 29  
Mushing, 2 or 3 days a week.  
Booking with Génération Musher, +33 (0)6 46 84 58 29

## ESCALADE SUR GLACE ICE CLIMBING

"La Tour de Glace" : structure artificielle d'escalade sur glace, unique en Europe (hauteur : 24 m). Plusieurs voies aux inclinaisons variées offrent reliefs et difficultés multiples : une activité ludique originale à essayer.  
Badges d'accès pour grimpeurs autonomes : Chalet Accueil ski de fond - Tél. 04 79 22 12 74  
Séances d'initiation (2h, matériel fourni) avec un guide : Office de Tourisme Tél. 04 79 55 06 55  
The ice tower, an artificial structure for ice climbing, is unique in Europe (height: 24m). Several routes with various angles offer multiple reliefs and difficulties, for beginners as well as experienced climbers: a funny & original activity. Self-sufficient climber: ticket for the access to the ice tower on sale at the Nordic chalet - Tel. +33 (0)4 79 22 12 74 . Initiation session (2h) with a guide (equipment included): Tourist Office - Tel. +33 (0)4 79 55 06 55

## ESPACE GLACIALIS GLACIALIS MUSEUM

L'Espace Muséographique dédié aux glaciers de montagne : Venez découvrir leur aspect scientifique, leurs dimensions historique et mythologique à travers une exposition ludique et interactive.  
Ouverture du lundi au vendredi, l'après-midi  
Tarifs : 3 €/adulte, 1,50 €/6-13 ans  
Tél. 04 79 01 40 28  
The Museographic Center dedicated to the mountain glaciers  
Come and find out the secrets of these giants, from their scientific aspects to their historical and mythological contexts, through a fun and interactive exhibition. English guidebook available.  
Open Monday to Friday in the afternoon  
Rates: 3 €/adult, 1,50 €/child aged 6-13  
Tel. +33 (0)4 79 01 40 28

## NOS PARTENAIRES OUR PARTNERS



## Echelle de risque d'avalanche Pictogrammes européens

Avalanche risk  
European scale  
Information sur le risque d'avalanche hors des pistes balisées et déclarées ouvertes

Niveau du risque	Signification du drapeau	Stabilité du manteau neigeux
5. Très fort		Conditions très défavorables
4. Fort		Forte instabilité sur de nombreuses pentes
3. Marqué		Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes
2. Limité		Instabilité limitée le plus souvent à quelques pentes
1. Faible		Conditions généralement favorables

## INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

- Accès possible au vallon de Champagny le Haut par navettes gratuites quotidiennes.
- Pas de magasin de sport à Champagny le Haut : penser à louer vos raquettes, skis de fond et luges dans les magasins de Champagny Village.
- Cours de ski de fond, sorties raquettes encadrées : ESF, Tél. 04 79 55 06 40.
- Certaines pistes peuvent être fermées en cas de risques d'avalanche. Se conformer aux panneaux, informations et recommandations des pisteurs.
- Daily free shuttle bus to Champagny le Haut.
- No sport shop at Champagny le Haut; snowshoes, cross country skis & sledges can be rent at Champagny Village.
- The French Ski School organizes snowshoeing outings and crosscountry skiing lessons. Tel. +33 (0)4 79 55 06 40
- The paths may be closed in case of avalanche risk. Respect the post signs and the advice of the ski patrol.

## INSOLITE UNUSUAL

À Champagny-le-haut, sur les pentes orientées au Sud (Adret), les bouquetins se rassemblent et profitent des rayons du soleil et de l'herbe dont ils se nourrissent ; on peut les distinguer avec des jumelles ; dès le mois de mars, ils descendent plus bas en altitude et peuvent être observés à l'oeil nu.

At Champagny-le-haut on slopes facing south (Adret), ibex congregate and enjoy the sunshine and the grass they eat; they can be seen with binoculars. From March they walk down lower in altitude and can be seen with the naked eye.

## EN CAS D'ACCIDENT IN CASE OF ACCIDENT

Attention : les secours sur la commune de Champagny en Vanoise sont payants ; pensez à vérifier que vous êtes bien assuré pour l'activité que vous pratiquez.

Be careful: please note that the rescue service is not free. Think about an insurance to cover the risks for the activity you practise.

Sécurité des Pistes Fond / Safety: +33 (0)4 79 22 12 74  
Urgences médicales / Medical emergencies : 112