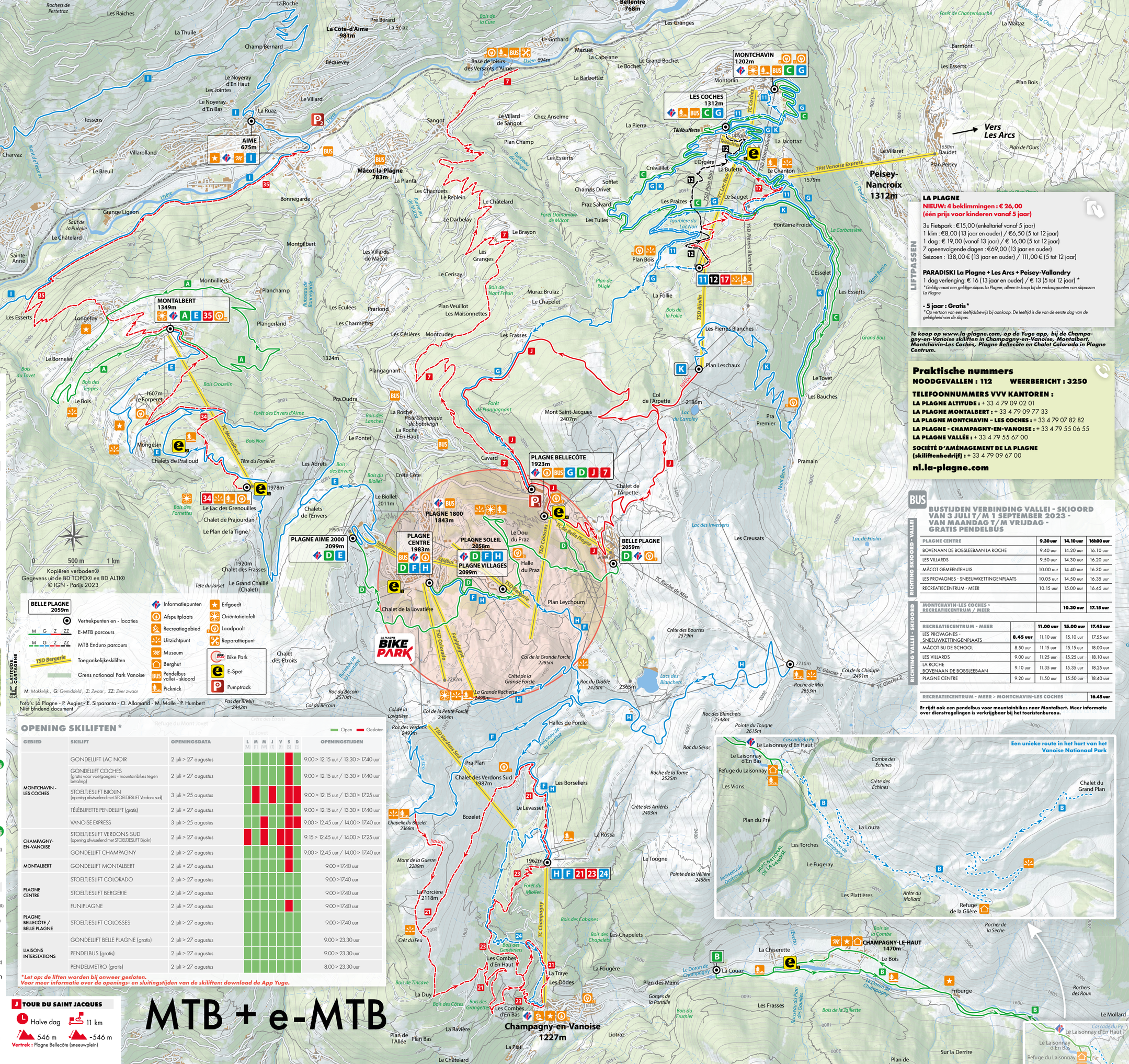
Ontdek het erfgoed met de E-MTB!

Ontdek het **erfgoed en het landschap** van de Tarentaise met de elektrische fiets!
Buiten de E-MTB parcoursen op deze kaart, liggen er in het gebied ook **routes** om het lokale erfgoed met de elektrische fiets te ontdekken.
Rond La Plagne zijn diverse circuits te vinden: op de Versant du Soleil en in het dal van Champagny-le-Haut.
Meer informatie bij de VVV kantoren van La Plagne Vallée en Champagny-en-Vanoise.


AIME 675m
MONTCHAVIN 1202m
LES COCHES 1312m
MONTALBERT 1349m
PLAGNE BELLECÔTE 1923m
PLAGNE 1800 1843m
PLAGNE CENTRE 1983m
PLAGNE SOLEIL 2058m
PLAGNE VILLAGES 2099m
PLAGNE AIME 2000 2099m
BELLE PLAGNE 2059m
Peisey-Nancroix 1312m
Vers Les Arcs
Macot-la-Plagne 783m
La Côte-d'Aime 981m
Centron 619m
Champagny-en-Vanoise 1227m
LA PLAGNE BIKE PARK
TPH Vanoise Express
TSD Bergerie
TSD Colorado
TSD Coloches
TSD Bijolin
TC Montalbert
TC Lac Noir
TC Coches
TC Belle Plagne
TC Roche de Mio
TC Champagny
TC Glacier 1
TC Glacier 2
Kopiëren verboden®
Gegevens uit de BD TOPO® en BD ALTI®
© IGN - Parijs 2023
BELLE PLAGNE 2059m
Vertrekpunten en - locaties
E-MTB parcours
MTB Enduro parcours
Toegankelijkeskiliften
Grens nationaal Park Vanoise
Informatiepunten
Afspuitplaats
Recreatiegebied
Uitzichtpunt
Museum
Berghut
Pendelbus vallei - skioord
Picknick
Erfgoedt
Oriëntatietafel
Laadpaalt
Reparattiepunt
Bike Park
E-Spot
Pumptrack
M: Makkelijk, G: Gemiddeld, Z: Zwaar, ZZ: Zeer zwaar
Foto's: La Plagne - P. Augier - E. Sirparanta - O. Allamand - M. Molle - P. Humbert
Niet bindend document
Chalet de Prajourdan
Le Plan de la Tigne
Le Lac des Grenouilles
Chalet des Frasses
Le Grand Chaillé (Chalet)
Chalet de la Lovatière
Chalet des Etroits
Chalets de l'Envers
Chalet de l'Arpette
Chalet du Grand Plan
Chalet des Verdons Sud 1987m
Chapelle du Bozelet 2366m
Refuge du Mont Jovet
Le Jovet
Le Laisonnay d'En Haut
Le Laisonnay d'En Bas
Refuge du Laisonnay
Cascade du Py
Combe des Échines
Crête des Échines
Les Vions
Plan du Pré
La Louza
Les Torches
Le Fugeray
Les Plattières
Arête du Mollard
Refuge de la Glière
Le Doron de Champagny
Le Chiserette
La Couaz
CHAMPAGNY-LE-HAUT 1470m
Le Bois
Friburge
Rocher de la Sèche
Rochers des Roux
Le Mollard
Les Chapelets
La Fougère
Plan des Mains
Les Frasses
Gorges de la Pontille
Bois du Frumier
Bois de la Tailette
Ruisseau du Plan des Goulles
Sur la Derrire
Plan de
Liotraz
La Piat
La Ravière
Plan Bas
Le Châtelard
Plan de l'Allée
La Duy
Les Combes d'En Haut
La Traye
Les Dôdes
Les Combes d'En Bas
Bois de Tincave
Bois des Côtes
Bois des Grangettes
Bois des Genévriers
Bois des Chapelets
Bois des Cabanes
Forêt du Miollet
La Porcière 2118m
Crêt du Feu
Mont de la Guerre 2289m
Bozelet
Le Levasset
Les Borseliers
Pra Plan
Roc du Sérac
Roche de la Tome 2525m
Crête des Arriérés 2403m
La Rossa
Le Tougne
Pointe de la Vélière 2456m
Roc des Blanchets 2548m
Pointe du Tougne 2615m
Roche de Mio 2653m
Col de la Chiaupe 2491m
Lacs des Blanchets
Roc du Diable 2420m
Col de la Grande Forcle 2265m
Crête des Bourtes 2579m
Plan Leychoum
Halle du Praz
Le Dou du Praz
Les Creusats
Lac des Inversens
Lac de Friolin
Halles de Forcle
Col de la Petite Forcle 2404m
Roc des Verdons 2493m
Col de la Lovatière
Roc du Becoin 2570m
Col du Becoin
Pas des Brebis 2442m
La Grande Rochette 2498m
Crête de la Grande Forcle
Tête du Jarset
Tête du Fornelet
Le Biollet 2011m
Crête Côte
Les Adrets
Le Pontet
Cavard
Mont Saint-Jacques 2407m
Col de l'Arpette
Lac du Carroley
Pra Premier
Pramain
Le Tovet
Les Bauches
Les Esserts
L'Esselet
Le Pontlaiz
La Corbassière
Fontaine Froide
Les Pierres Blanches
Plan Leschaux
La Follie
Bois de la Follie
Plan de l'Aigle
Muraz Brulaz
Le Chapelet
Les Frasses
Les Tuiles
Tourbière du Lac Noir
Plan Bois
Les Praizes
Le Sauget
Praz Salvard
Champs Drivet
Sofflet
Crévaillet
La Bufette
L'Orgère
Le Chanton
La Jacottaz
La Pierra
Télébuffette
Le Villaret
Baudet 1650m
Plan Peisey
Plan de l'Ours
Forêt de Chantemouche
Ruisseau de la Chal
La Maltaz
Barmont
Les Esserts
Plan Bois
Le Grand Bochet
Le Bochet
La Barbottaz
Mazuet
La Capelane
Le Gothard
Les Granges
Bellentre 768m
Base de loisirs des Versants d'Aime
Usère 694m
Pré Bérard
La Sciaz
Bégüevey
Le Noyeray d'En Haut
Le Noyeray d'En Bas
Les Jointes
Le Villard
La Ruaz
Tessens
Villarolland
Le Breuil
Charvaz
Combe Gérel
L'Orgère
La Combe
Rochers de Pertettaz
Les Raiches
La Thuile
Champ Bernard
Sangot
Le Villard de Sangot
Chez Anselme
Plan Champ
Les Esserts
Le Châtelard
Le Darbelay
Le Brayon
Les Villards de Macot
Les Granges
Le Cerisay
Les Éculées
Prariond
Les Charmettes
Les Césières
Montcudey
Les Frasses
Plan Veuillot
Les Maisonnettes
Muraz Brulaz
Le Chapelet
Plangagnant
Pra Oudra
La Roche
La Roche d'En Haut
Le Bois
Mongésin
Chalets de Pralioud
Le Bornelet
Longefoy
Les Esserts
Sainte-Anne
Villette
Grange Ligeon
Bonnegarde
Montgilbert
Montvilliers
Planchamp
Plangerland
La Planta
Le Replein
Les Chacruets
Le Châtelard
Saut de la Pucelle
Cascade du Tsorette
La Charmette
Manet
Ontgirod
Bois du Tovet
Bois des Teppes
Bois Croizelin
Bois Noir
Forêt des Envers d'Aime
Bois des Lanches
Bois des Envers
Bois du Biollet
Bois des Fornettes
Forêt de Plangagnant
Forêt Domaniale de Macot
Bois de Nant Fresin
Bois de la Cure
Ruisseau de Bonnegarde
Ruisseau de Macot
Ruisseau de Sangot
Nant d'Agot
Nant Benin
Grand Bois
Ruisseau de la Lovatière
Ruisseau de la Lanchette
Ruisseau de Dorbesset
Ruisseau de la Chal
Lac Noir
Lac Vert
Lac Blanc
Lac Noir
Lac Vert
Lac Blanc
Lac Noir
Lac Vert
Lac Blanc

LA PLAGNE Paradiski

BIKE PARK
ZOMER 2023

LA PLAGNE Paradiski

MTB + E-MTB
ZOMER 2023

TOCHTEN MET GIDS

MONTALBERT
Bureau des guides Montalbert : +33 4 79 09 63 94
Skiset les Etoiles du Sport +33 4 79 09 83 88

MONTCHAVIN-LES COCHES
Evolution 2 Montchavin : + 33 4 79 07 81 85
Evolution 2 Les Coches : + 33 4 57 37 18 85

LES SITES D'ALTITUDE
El Pro - Belle Plagne : +33 4 79 09 11 62
73 Tracks : +33 6 46 26 22 04
Paradibike : +33 6 80 74 36 00
Nicolas Roch : +33 6 88 22 02 45

LA PLAGNE VALLÉE
An Rafting : +33 4 79 09 72 79

CHAMPAGNY-EN-VANOISE
Étienne Burel : + 33 6 25 40 83 58

VALEZAN-MONTMÉRY
Inti bike : +33 6 26 50 44 52

VERHUUR VAN MTB+E-MTB

LA PLAGNE ALTITUDE
Décathlon Mountain - Plagne 1800 : + 33 4 79 04 00 91
Intersport - Plagne Bellecôte : + 33 4 79 09 05 67
Allais ski service - Plagne Centre : + 33 4 79 09 01 52
Sport 2000 Leroux Sport - Plagne Villages : + 33 4 79 09 01 35
Belle Plagne Sport - Belle Plagne : + 33 4 79 09 20 58
El Pro - Belle Plagne Sport : + 33 4 79 09 11 62
Sport 2000 - Belle Plagne : + 33 4 79 09 07 79

CHAMPAGNY-EN-VANOISE
Sport2000 : +33 4 79 55 05 45
Intersport : +33 4 79 55 07 36
Ski-shop Vanoise / Ski Set : +33 4 79 55 05 92

MONTCHAVIN - LES COCHES
Evolution 2 Montchavin : + 33 4 79 07 81 85
Evolution 2 Les Coches : + 33 4 57 37 18 85
Benoit Sports La Poudreuse : + 33 4 79 07 85 27

MONTALBERT
Ski set Les étoiles du sport : + 33 4 79 09 83 88
Intersport : +33 4 79 09 78 28

LA PLAGNE VALLÉE
AN Rafting: + 33 4 79 09 72 79

VALEZAN-MONTMÉRY
Inti bike : +33 6 26 50 44 52

« Rondjes maken »
in **La Plagne** zonder u te vervelen,
het kan!

PUMPTRACK

D oel van deze verharde lusparcoursen bestaande uit**scherpe bochten en bulten:** fietsen en snelheid maken dankzij een pompbeweging.

Parcours voor elk niveau, geschikt voor fietsen, steps, rollerskates, skateboarden en loopfietsen.

P1 PLAGNE BELLECÔTE

Niveau : beginners tot gevorderden
(1 aparte groene lijn voor beginners + 1 blauwe lijn en 1 rode lijn voor gevorderden)

Toegang : naast het multisportterrein van Plagne Bellecôte

P2 PLAGNE VALLÉE (AIME)

Niveau : beginners tot gevorderden (1 blauwe lijn en 1 rode lijn)

Toegang : naast het multisportterrein van Maladière

Werk in uitvoering - informatie van het toeristenbureau van La Plagne Vallée

e-spot

Als een van de meest bekende E-Bike bestemmingen heeft La Plagne **E-Spots ontwikkeld : recreatiepistes met verschillende technische modules** (scherpe bochten, kleine bulten, enz.) of speelse modules.
De E-Spots zijn uitstekend om het beste uit uw elektrische mountainbike te halen, te profiteren van recreatiefietsen, klimmen en afdalen.

De E-Spots zijn bereikbaar via de E-MTB parcoursen: het is dé NIEUWE Activiteit om met familie of vrienden te proberen!

e1 PLAGNE CENTRE

Niveau : beginners

Vertrek : sneeuwplein van Plagne Centre.
Toegankelijk via parcours D

e2 MONTALBERT - PRALIOUD

Niveau : beginners tot gevorderden

Vertrek : Alpage de Pralioud.
Toegankelijk via de gondellift van Montalbert of parcours E

e3 MONTALBERT - FORNELET

Niveau : beginners tot gevorderden

Vertrek : Bovenaan de gondellift van Montalbert.
Toegankelijk via de gondellift of parcours E

e4 PLAGNE BELLECÔTE

Niveau : beginners tot gevorderden

Vertrek : Sneeuwplein van Plagne Bellecôte.
Toegankelijk via parcours D

e5 CHAMPAGNY-LE-HAUT

Niveau : beginners

Vertrek : ter hoogte van het klimbos (achterop de camping). Bereikbaar met de auto via Champagny-le-Haut en dan richting de camping (volg de borden))

e6 LES COCHES

Niveau : beginners tot gevorderden

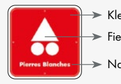
Vertrek : bovenaan de pendellift Télébufette.
Toegankelijk via parcours C of G met de Télébufette

TIPS VOOR HET GEBRUIK VAN DE BATTERIJ

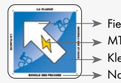
De elektrische mountainbikes die in La Plagne worden verhuurd hebben meestal twee of die verschillende standen voor het gebruik van de batterij (spaarstand, standaard en turbo) die min of meer energie vragen van de batterij.
Wij raden u aan om de batterij te gebruiken naar gelang de afstand en duur van het gekozen parcours.

De parcoursen zijn uitgezet volgens de standaard gebruiksstand van de batterij.

BEWEGWIJZERING

ENDURO


- Kleur moeilijkheidsgraad
- Fietsrichting
- Naam of nummer parcours

E-MTB

- Fietsrichting
- MTB+E-MTB parcoursen
- Kleur moeilijkheidsgraad
- Naam parcours

DANGER

- Let op risicopunten
- Wees voorzichtig!

TYPE PARCOURS

ENDURO
Tussen het cross-country en downhill fietsen: hoofdzakelijk dalende parcoursen op bestaande, natuurlijke paden die gedeeld worden met andere gebruikers en waar soms een aantal kleine hellingen te vinden zijn.

DOWNHILL
Uitsluitend dalende parcoursen, speciaal ingericht op het gebruik van mountainbikes, met een reeks technische onderdelen (scherpe bochten, bulten, sprongen en bruggetjes). In La Plagne liggen deze parcoursen op het Bike Park.

e-MTB
Ontdek La Plagne en omgeving op een nieuwe manier, dankzij het elektrisch mountainbiken! Een leuke, recreatieve en milieuvriendelijke activiteit!
Hier liggen nieuwe gebieden binnen fietsbereik. Met een elektrische mountainbike zijn moeilijke parcoursen met hellingen geen probleem meer! U hoeft alleen nog maar te genieten van fietsplezier.

De E-MTB parcoursen zijn ook toegankelijk voor "standaard" mountainbikes. De rit duurt alleen wat langer en de stukken met een klim vergen wat meer inspanning!

Bepaalde parcoursen zijn ideaal voor een fietstocht met kinderen. Ze staan in het overzicht van parcoursen aangegeven met dit icoontje.

MOEILIJKHEIDSGRADEN
VIER FIETSNIVEAUS:

GROEN Makkelijk : fietsroutes geschikt voor gezinnen, zonder fysieke of technische moeilijkheden.

BLAUW Gemiddeld : fietsroutes geschikt voor gezinnen die het mountainbiken gewend zijn. Deze routes hebben een aantal fysieke of technische moeilijkheden.

ROOD Zwaar : parcoursen met fysieke en/of technische moeilijkheden, uitsluitend geschikt voor ervaren mountainbikers.

ROOD Zeer zwaar : parcoursen met grote fysieke en technische moeilijkheden, uitsluitend geschikt voor ervaren mountainbikers.

LA PLAGNE
BIKE PARK

Dé plek bij uitstek om downhill fietsen te leren of te vorderen. Profiteer met familie of vrienden van de downhill pistes voor elk niveau, van beginners tot gevorderden, met scherpe bochten, sprongen en diverse modules.

OPENING
Het Bike Park is toegankelijk via de stoeltjesliften:
- **Stoeltjeslift Colorado**
- **Stoeltjeslift Bergerie**
- **Stoeltjeslift Colosses**

7 dagen p. week open van 2 juli t/m 28 aug.
open van 9.00 tot 17.40 uur

TOEGANG
Toegang tot Plagne Centre via het gratis vervoer tussen de skioorden (bussen en liften),
inclusief MTB transport.
Toegankelijk vanuit de vallei met de bus "vallei/skioord".
Informatie achterzijde kaart.

LIFTPASSEN
Te koop op www.la-plagne.com, op de Yuge app, bij de de skiliften Champagnyen-Vanoise, Montalbert, Montchavin-Les Coches en Plagne.
Vanoise, Montalbert, Montchavin-Les Coches, in Plagne Bellecôte en bij Chalet Colorado in Plagne Centre

B1 SHOSHONE
4,8 km -300 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

B2 PONEY CLUB
0,7 km -80 m
Vertrek : Onderaan stoeltjeslift Colorado

B3 SWEET GOAT
4 km -225 m
Vertrek : Bovenaan La Bergerie

B4 BLUE CANYON
1,5 km -150 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

B5 D'ANA
1,3 km -130 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

B6 BLUE TOMATO
2,7 km -300 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

B7 CHINOOK
3,5 km -300 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colosses

B8 COMANCHE
1,5 km -300 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift La Bergerie

B9 REDSKINS
1,4 km -200 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

B10 THUNDERBOLT
2,5 km -300 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colosses

B12 X'TREM CANYON
1,5 km -200 m
Vertrek : Bovenaan stoeltjeslift Colorado

LAADPALEN

Bij de samenwerkende cafés en restaurants van het dorp (behalve bij 11, 12, 13 en 14) staan laadpalen om uw batterij op te laden, onder het genot van een hapje of een drankje.
Maak er gebruik van! De laadpunten staan op de kaart aangegeven met dit icoontje.
Deze laadpunten zijn uitgerust met standaard laadpalen van de merken Bosch en Yamaha (let op: niet alle fietsmodellen zijn geschikt voor onze laadpalen).
Vraag bij de fietsverhuurder gerust of u de oplader mee mag nemen om thuis op te laden of neem uw eigen oplader mee!

1 LE CHALET DES VERDONS SUD – CHAMPAGNY-EN-VANOISE
+33 6 13 10 33 31
Dagelijks open van 9.30 tot 17.00 uur, van 3 juli t/m 28 augustus

2 RESTAURANT LE 360 - MONTALBERT
+33 9 88 66 50 79
Open van zondag t/m vrijdag, van 10.00 tot 16.00 uur, van 10 juli t/m 20 augustus

3 CRÊPERIE LE FLOCON – PLAGNE BELLECÔTE
+33 4 79 09 08 97
Dagelijks open van 9.00 tot 20.00 uur, van 1 juli t/m 2 september

4 CHEZ LAURETTE – CHALET DE PLAN BOIS – MONTCHAVIN - LES COCHES
+33 6 09 34 37 88
Open van dinsdag t/m zondag van 9.30 tot 17.30 uur, van 26 juni t/m 3 september

5 RESTAURANT LE DOU DU PRAZ - PLAGNE SOLEIL
+33 4 79 09 05 40
Dagelijks open 9.00 à 19.00, van 8 juli t/m 28 augustus

6 RESTAURANT LE FORPERET - MONTALBERT
+33 4 79 55 51 27
Dagelijks open van 9.00 tot 19.00 uur (+ 's avonds op basis van reservering), van 5 juli t/m 2 september

7 LA FACE NORD - BELLE PLAGNE
+33 4 79 09 01 73
Dagelijks open van 9.00 tot 21.00 uur, van 1 juli t/m 2 september

8 RESTAURANT LA BOVATE -MONTCHAVIN - LES COCHES
+ 33 9 83 54 44 94
Open van dinsdag t/m zondag, van 9.00 tot 22.00 uur, van 25 juni t/m 26 augustus

9 LE CHALET DE FRIOLIN - MONTCHAVIN - LES COCHES
+33 4 79 55 37 49
Dagelijks open van 8.00 tot 22.00 uur, van 29 juni t/m 31 augustus

10 RESTAURANT LA LUGE - MONTALBERT
+ 33 4 79 55 40 44
Dagelijks open van 8.00 tot 22.00 uur, van 1 juli t/m 2 september

Oplaadpunten buiten de cafés en restaurants:

11 SUPERETTE SHERPA - CHAMPAGNY-EN-VANOISE
Dagelijksopen van 8.00 tot 12.30 uur en van 16.00 tot 19.30 uur, van 18 juni t/m 10 september. Opladen van E-MTBs mogelijk buiten de openingstijden

12 BASE DE LOISIRS DES VERSANTS D'AIME
Automatische laadpaal. Zeven dagen per week - 24 uur per dag opladen met eigen oplader of opladers van Bosch ter plaatse

13 SUPERETTE SHERPA - MONTCHAVIN
+33 4 79 55 51 27
Dagelijks open van 8.00 tot 12.30 uur en van 16.00 tot 19.30 uur van 18 juni t/m 11 september

14 SKI SHOP VANOISE / SKI SET - CHAMPAGNY-EN-VANOISE
Dagelijks open van 9.30 tot 17.00 uur, van 1 juli

VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

- **Het dragen van een helm en beschermers is verplicht.**
- Pas uw snelheid en rijstijl aan op het terrein.
- Bekijk voor vertrek de **weersomstandigheden.**
- **Neem een trui en een regenjack mee.**
- Neem iets te eten en te drinken mee.
- In geval van een ongeluk of ander incident de mountainbike patrols of hulpdiensten (112) inlichten.

DE BERGEN ZIJN EEN LEVENDGEBIED : RESPECTEER DE OMGEVING!

- Volg de parcoursen, **rijd niet buiten de bewegwijzering.**
- Neem uw eigen afval weer mee, **gooi niets in de natuur.**
- Respecteer de kuddes, **rijd rustig om de dieren niet bang**
- Bepaalde parcoursen worden gedeeld met andere gebruikers, **geef voetgangers voorrang.**
- Er leven verschillende dieren in de bergen, **blijf zo rustig mogelijk om ze niet te verstoren.**

Wanneer u dieren tegenkomt, stop en laat ze rustig verder gaan!

Téléchargez nos brochures
Download our brochures