

Vue sur le massif
des Bauges
depuis le Fort d'Aiton

Itinéraires en vélo à assistance électrique

ITINÉRAIRE	DISTANCE	DÉNIVELLÉ	TYPE	DURÉE ESTIMÉE EN VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE
1 FORTS ET VIGNOBLES	21 km	457 m	Boucle	2:00
2 TOUR DU COL DU GRAND CUCHERON	42 km	1290 m	Boucle	3:00
3 LE LAC DE LA GRANDE LÈCHÈRE	20,6 km	980 m	Boucle	2:30
4 LE LAC DU LOUP	29,3 km	1300 m	Boucle	3:00
5 BOUCLE DES LACETS DE MONTVERNIER	16 km	374 m	Boucle	1:45
6 CIRCUIT DU COL DE LA CHAL	7 km	300 m	Boucle	1:15
7 LE CHEMIN DE TRAVERSE	8,2 km	510 m	Aller-retour	1:15
8 TOUR DES VILLAGES DE SAINT-MICHEL	14,6 km	404 m	Boucle	1:30
9 LES TROIS CROIX	16,7 km	596 m	Boucle et AR	2:00
10 ESSELLON(S), LES FORTS SANS EFFORT	20,5 km	517 m	Boucle	2:30
11 ENTRE MONT CENIS ET MERVEILLES	24 km	426 m	AR et boucle	2:30
12 DANS LE DÉCOR DE BELLE ET SÉBASTIEN	30 km	480 m	Aller-retour	3:00

■ Débutant - Beginner
■ Intermédiaire - Intermediate
■ Confirmé - Experienced

LÉGENDE / LEGEND

- 🔌 Borne de recharge VAE
Charging station
- 🚲 Location VAE
Bicycle rental / E-bike rental
- 🏠 Information touristique
Tourist Office
- 🏰 Fortification
Military fortification
- 🏛️ Chapelle et église baroque
Chapel and baroque church
- 🏊 Lieu de baignade surveillée
Supervised swimming place
- 🏠 Cave - Coopérative laitière
Cellar - dairy cooperative
- ▲ Col
Pass
- D1006, route départementale principale
Main road
- 🛣️ Autoroute
Motorway
- Route communale
Secondary road
- 💧 Patrimoine hydroélectrique
Hydroelectric heritage

©latitude-cartagène - édition 2018

CARTE DÉCOUVERTE
DISCOVER MAP

Maurienne
FRENCH ALPS

Pédalez, Explorez,
Souriez

PEDAL, EXPLORE, SMILE

Vélo à assistance
électrique
E-bike

www.maurienne-tourisme.com

LES RÈGLES DE BONNE CONDUITE

Sur la route

- Ne roulez pas trop près de l'accotement, pour éviter les ornières ou gravillons.
- Dans les virages, serrez au maximum à droite car les voitures ne vous voient qu'au dernier moment.
- Soyez particulièrement prudents lors du passage d'un camion : l'appel d'air risque de vous déséquilibrer.
- La nuit, en cas de dépassement par un véhicule ou lorsque les circonstances l'exigent (chaussée étroite, etc.), placez-vous systématiquement en file indienne.
- Si votre groupe compte plus de dix personnes, scindez-le.

Sur les chemins

- Certains itinéraires sont communs avec la randonnée, merci de laisser la priorité aux piétons.
- Respectez les troupeaux, roulez au pas pour ne pas effrayer les bêtes.
- Pour la tranquillité de la faune sauvage, merci de rester sur les itinéraires balisés.

⚠️ ATTENTION, les VAE sont très lourds et auront tendance à prendre de la vitesse en descente. Pensez à freiner !
En savoir plus : www.securite-roulery.gouv.fr

SAFETY RULES

Road rules

- Do not descend too close to the shoulder, to avoid ruts or gravel.
- When cornering, tighten as far to the right as the cars only see you at the last moment.
- Be particularly careful when passing a truck: the draft may unbalance you.
- If you are riding in a group, descend in pairs or in single file. At night, when overtaking by a vehicle or when circumstances require it (narrow roadway, etc.), always place yourself in single file.
- If your group has more than ten people, split the group into smaller groups.

Path rules

- Some roads are shared with hikers and walkers, please give priority to pedestrians.
- Respect livestock, roll at a pace so as not to frighten the animals.
- For the peace of wildlife, please stay on the marked routes.

NOTE: an E-Bike has extra weight and will require greater effort to brake and slow down when you are descending. Always use common sense.

Find out more: www.securite-roulery.gouv.fr

POUR PLUS D'INFORMATIONS OFFICES DE TOURISME

FOR MORE INFORMATIONS TOURIST OFFICES

Aiguebelle	www.portedemaurienne-tourisme.com	04 79 36 29 24
Albiez	www.albiez.fr	04 79 59 30 48
Aussois	www.aussois.com	04 79 20 30 80
Bessans	www.bessans.com	04 79 05 96 52
Bonneval-sur-Arc	www.bonneval-sur-arc.com	04 79 05 95 95
La Chambre	www.tourisme-la-chambre.com	04 79 58 33 58
La Norma	www.la-norma.com	04 79 05 99 16
La Toussuire	www.le-toussuire.com	04 79 83 06 06
Le Corbier	www.le-corbier.com	04 79 83 04 04
Les Bottières	www.bottieres-jarrier.com	04 79 83 27 09
Les Karellis	www.karellis.com	04 79 59 50 36
Modane	www.chautemaurienne.com	04 79 05 26 67
Montaimont	www.montaimont.com	04 79 56 35 45
Orelle	www.orelle.net	04 79 56 87 22
St-Colomban-des-Villards	www.saint-colomban.com	04 79 56 24 53
St-François-Longchamp	www.saint-francois-longchamp.com	04 79 59 10 56
Saint-Jean-d'Arves	www.st-j.com	04 79 59 73 30
St-Jean-de-Maurienne	www.montagnagolbier.com	04 79 83 51 51
St-Michel-de-Maurienne	www.maurienne-golbier.com	04 79 56 52 54
Saint-Sorlin-d'Arves	www.saintsorlinarves.com	04 79 59 71 77
Valloire	www.valloire.net	04 79 59 03 96
Valmeinier	www.valmeinier.com	04 79 59 53 69
Valfréjus	www.valfrejus.com	04 79 05 33 83
Val Cenis	www.valcenis.com	04 79 05 23 66

Pour connaître l'état des routes :
www.savoie-route.com ou serveur vocal 24h/24 au 0 820 20 73 09 (0,09€/appel)
Secours : 18 ou 112
Météo Savoie : 08 92 68 02 73

Maurienne Tourisme
info@maurienne-tourisme.com
maurienne-tourisme.com



INFORMATIONS
PRATIQUES
USEFUL
INFORMATION
www.maurienne-tourisme.com



VAL D'ARC
AIGUEBELLE

+ 457 M

21 KM

2:00

BOUCLE
LOOP

100% ROUTE
100% ROAD

1 ITINÉRAIRE FORTS ET VIGNOBLES

Itinéraire de découverte du charmant village de Bonvillaret au Fort d'Alton. En vélo à assistance électrique, la montée est facile et permet de profiter de l'atmosphère paisible des hameaux de vignobles et de la vue sur le massif des Bauges.

Itinerary to discover the charming village of Bonvillaret at Fort d'Alton. By electric bike, the climb is easy and allows you to enjoy the peaceful atmosphere, riding through vineyards and the views of the Bauges mountains.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Le Fort d'Alton
- Le lac de pêche de Barouchat
- Les vignes de Bonvillaret
- Fort d'Alton
- Barouchat fishing lake
- Bonvillaret vineyards



SAINT-ALBAN-
D'HURTIERES
(lac des Hurtières)

+ 1290 M

42 KM

3:00

BOUCLE
LOOP

100% ROUTE
100% ROAD

2 TOUR DU GRAND CUCHERON

Une boucle très agréable au départ du lac des Hurtières qui permet de gravir successivement deux cols, le Grand Cucheron et ses raides lacs puis le Champlorent, d'Archuzat, le panorama offert par le massif de la Lauzière, la découverte du petit et patrimonial hameaux des villages, le Lac des Hurtières, agréable lieu de détente.

A very pleasant loop starting from Lac des Hurtières which allows you to climb two passes successively, the Grand Cucheron and its steep hairpins then the Col of Champlorent. Highlights of this itinerary: the views of the Bauges range, discover the small historic alpine hamlets, the Lac des Hurtières, a pleasant place for relaxing and bathing.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Lac des Hurtières (baignade)
- Cœur de village de Saint-Alban : chapelle et architecture
- Hurtières lake (bathing)
- The Village centre of Saint-Alban: chapel and architecture



SAINT-JEAN-
DE-MAURIENNE

+ 374 M

16 KM

1:45

BOUCLE
LOOP

100% ROUTE
100% ROAD

5 BOUCLE DES LACETS DE MONTVERNIER

Les 18 petits lacs, accrochés à la montagne, constituent une route des plus spectaculaires de Savoie et un véritable défi de plaisir pour les cyclistes. Joli panorama au sommet.

With its 18 small hairpins, the tiny road twists and turns, clinging to the mountain, and is the most spectacular roads of the Savoy. It is a challenging and fun ride for all cyclists. A nice panorama at the top rewards you.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Chapelle Notre Dame de l'Assomption et cathédrale Saint-Jean Baptiste (Saint-Jean-de-Maurienne)
- Tour de Bérard de Saxe (La-Tour-en-Maurienne)
- A nice view chapel
- Crypte and Cathedral Saint-Jean Baptiste (Saint-Jean-de-Maurienne)
- The Tower of Bérard de Saxe (La-Tour-en-Maurienne)



En route vers le lac des Hurtières



6 CIRCUIT DU COL DE LA CHAL

Circuit au départ de la station du Corbier, pour parvenir aux crêtes de la vallée des Arves avec une belle vue sur les Aiguilles d'Arves.

Circuit starting from the Corbier station to reach the peaks of the Arves valley with a beautiful view of the Aiguilles d'Arves. The distinctive silhouette of the 3 peaks, mark the highest point of the Arves massif.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Vue Imprenable sur la vallée des Arves et les Aiguilles d'Arves
- Unobstructed view of the Arves valley and the Aiguilles d'Arves



SAINT-FRANÇOIS-
LONGCHAMP
(centre station)

+ 980 M

20.6 KM

2:30

BOUCLE
LOOP

60% ROUTE
40% CHEMIN
60% ROAD
40% PATH

3 LE LAC DE LA GRANDE LÉCHÈRE

Itinéraire mêlant traversée de forêt, vue imprenable depuis le lac de la Grande Léchère et découverte des hameaux du village authentique de Montgellafrey.

The itinerary combines cool shady forest roads, breathtaking views from the Grande Léchère lake and discover the hamlets authentic village of Montgellafrey.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Lac de la Grande Léchère
- Village de Montgellafrey et ses hameaux typiques
- Eglise Saint Théodore
- The lake of Grande Léchère
- Montgellafrey village and its hamlets
- Church Saint Theodore



SAINT-FRANÇOIS-
LONGCHAMP
MONTAINT (chef-lieu)

+ 1300 M

29.3 KM

3:00

BOUCLE
LOOP

65% ROUTE
35% CHEMIN
65% ROAD
35% PATH

4 LE LAC DU LOUP

Itinéraire permettant de profiter du lac du Loup, d'une vue panoramique depuis les hauteurs de Saint-François-Longchamp, et du charme du village typique de Montaingt.

Itinerary to enjoy the "Wolf Lake", a panoramic views from the heights of Saint-François-Longchamp, and the charm of the typical village of Montaingt.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Lac du Loup
- Village de Montaingt
- Notre-Dame de Beauriviers
- Wolf Lake
- Village of Montaingt
- The chapel of Notre-Dame de Beauriviers



Les Aiguilles d'Arves



8 TOUR DES VILLAGES DE SAINT-MICHEL

Flânez à la découverte des hameaux d'alpage de Saint-Michel. Autour de cette balade singulière en VAE, vous pourrez notamment pique-niquer au bord de la rivière à Charbutan, visiter les fermes à proximité du parcours et admirer le dolmen du Thyl !

Cruise through the secret hamlets of Saint-Michel. Along this unique ride for e-bikes, you can picnic by the river at Charbutan, see the farms along the route and admire the Thyl dolmen.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Eglise Notre Dame de l'Assomption à Beune Grand Village
- Dolmen du Thyl
- Les fermes de Beune
- Hameaux de Saint-Michel : Beune, La Traversaz, Le Thyl, les Moulins de la Traversaz
- Church Notre Dame of the Assumption in Beune Grand Village
- Prehistoric tombs of Thyl, the farms of Beune, hamlets of Saint-Michel: Beune, Traversaz, Thyl, Moulins or Traversaz

BEAUNE
(Le Shantoni)

+ 404 M

14.6 KM

1:30

BOUCLE
LOOP

60% ROUTE
40% CHEMIN
60% ROAD
40% PATH

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Eglise Notre Dame de l'Assomption à Beune Grand Village
- Dolmen du Thyl
- Les fermes de Beune
- Hameaux de Saint-Michel : Beune, La Traversaz, Le Thyl, les Moulins de la Traversaz
- Church Notre Dame of the Assumption in Beune Grand Village
- Prehistoric tombs of Thyl, the farms of Beune, hamlets of Saint-Michel: Beune, Traversaz, Thyl, Moulins or Traversaz



Lac du Mont Cenis



11 ENTRE MONT CENIS ET MERVEILLES

Entre les paysages, les marmottes et les fortifications, vous ne savez plus où donner de la tête. Pensez quand même à garder l'équilibre. Grandiose, c'est le mot qui résume ce parcours.

With breathtaking landscapes, whistling marmots and ancient fortifications, you will not know where to look and remember to concentrate and to keep your balance. Grand, this is the word that sums up this journey.

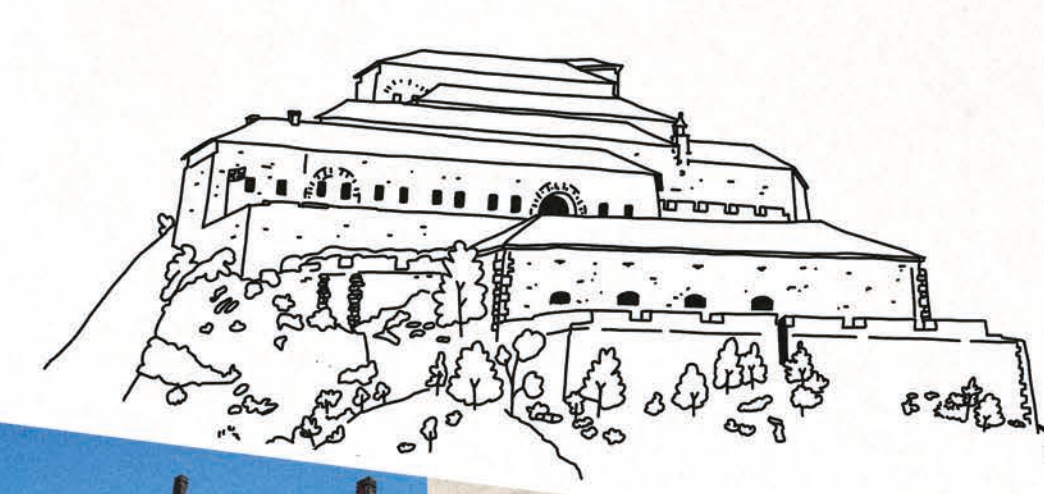
ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Musée de la pyramide et jardin alpin du Mont Cenis
- Vue sur les glaciers et la vallée
- Forts autour du lac du Mont Cenis
- Musée et col du Petit Mont Cenis
- Barrage du Petit Mont Cenis, Barrage du lac
- Pyramide museum and alpine garden of Mont Cenis
- Views of the Vanoise range
- Forts around Lake Mont Cenis
- The Pyramide and Col du Petit Mont Cenis
- Barrage du Petit Mont Cenis, Lake dam



INFORMATIONS PRATIQUES USEFUL INFORMATION

www.maurienne-tourisme.com



9 LES TROIS CROIX

Offrez-vous un panorama incroyable sur les sommets de Vallée ! Vous avez le choix entre une balade en forêt depuis Valmeinier, un parcours plus aéré depuis le Fort du Télégraphe, un site emblématique du territoire !

Treat yourself to an incredible panorama of the Valloire peaks! You have the choice between a walk through the forest from Valmeinier, a more open route starting from Vallée, or for the more experienced, the big loop! Do not forget to make a stop at the Fort du Télégraphe, an iconic site of the territory.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Point de vue des Trois Croix
- Chapelle des Trois Croix
- Col et Fort du Télégraphe
- Via Ferrata du Fort
- Views from the Three Crosses
- Three Crosses Chapel
- The Col and Fort of the Telegraph
- Via Ferrata of the Fort

VALMEINIER 1800*
(Office de Tourisme)

+ 596 M

16.7 KM

2:00

BOUCLE
LOOP

15% ROUTE
85% CHEMIN
15% ROAD
85% PATH

DÉPART POSSIBLE
DE VALLOIRE
(Office de Tourisme)

+ 449 M

12.7 KM

1:30

ALLER-RETOUR
OUT AND BACK

80% CHEMIN
20% ROUTE
80% PATH
20% ROAD

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Point de vue des Trois Croix
- Chapelle des Trois Croix
- Col et Fort du Télégraphe
- Via Ferrata du Fort
- Views from the Three Crosses
- Three Crosses Chapel
- The Col and Fort of the Telegraph
- Via Ferrata of the Fort



SAINT-JEAN-D'ARVES

+ 510 M

8.2 KM

1:15

ALLER-RETOUR
OUT AND BACK

95% CHEMIN
5% ROUTE
95% PATH
5% ROAD

7 LE CHEMIN DE TRAVERSE

Envie de prendre de la hauteur ? Ce circuit est fait pour vous ! Lancez-vous sur ces chemins au-dessus de Saint-Jean-d'Arves direction l'altitude et plus loin encore pour atteindre La Traversaz et ses vues uniques et peu connues sur les massifs environnants.

Do you like the views from up high? Then, this circuit is for you. Launch yourself on these paths above Saint-Jean-d'Arves towards the small airfield and further still to reach "La Traversaz" and its unique views of the lesser-known but beautiful surrounding mountains.

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Alpages
- Glacier de l'Ecland
- Mont Charvin
- Mountain pastures
- Glacier of the Ecland
- Mont Charvin



Epilobe



10 ESSEILLON(S), LES FORTS SANS EFFORT

Une petite virée à la barrière de l'Esseillon ça vous tente ? Forts, Cascade, Rivière Arc et beaucoup d'autres surprises à découvrir tout au long de ce parcours !

Are you tempted by a little trip back in time to the historic Fort of l'Esseillon? Historic Forts, Waterfalls, the river arc and many other surprises to discover along this route!

ENVIRONNEMENT SURROUNDING

- Musée (musée de l'histoire transfrontalière)
- Parcours en vélo et via ferrata du diable au fort Marie Thérèse
- Les de jûtes Fort Victor Emmanuel
- Cascade Saint-Benoît
- Musée de l'Arche d'Or, l'Arche (Courtier)
- Musée
- A climbing (rope) park set in the forest and the "devil's" via ferrata at Fort Marie Thérèse
- Treasure hunt at Fort Victor Emmanuel
- Saint-Benoît waterfall, Arche d'Or Museum, ARENA (wind tunnel)

MODANE
(Place de la Gare)

+ 517 M

20.5 KM

2:30

BOUCLE
LOOP

70% ROUTE
30% CHEMIN
70% ROAD
30% PATH



UNE ÉNERGIE PROPRE 100% RENOUVELABLE LA MAURIENNE, BERCEAU DE L'HYDROÉLECTRICITÉ

EDF Hydro Alpes en Maurienne, c'est : 100 hydrauliciens EDF qui travaillent et contribuent à la vitalité de la vallée, 4 grands barrages et 17 centrales qui produisent, chaque année, l'équivalent de 4 fois la consommation électrique résidentielle du département de la Savoie.

Suivez notre actualité
www.edf.fr/pays-des-savoie
EDF Hydro Alpes @EDF_PaysSavoie