

# Vallée des Belleville

## PLAN DES PISTES VTT DESCENTE (DH) ENDURO (E)



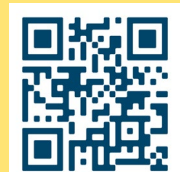
TÉLÉCHARGER LE PLAN DE MÉRIBEL  
Download the "Meribel" map

### La "Dégage-à-Moùtiers!"

18,7km | 205m D+ | 2071m D-



### À TÉLÉCHARGER To download



PLAN DES PISTES VTT  
balades et randonnées  
Download the mountain bike hihe map



Liste des loueurs de VTT  
List of mountain bike rental firms



ZENBUS!  
Où est ma navette? Localisez votre bus en temps réel! Remorquez 20 vélos. Where is my shuttle? Find your bus in real time! Trailer for 20 bikes.



Connectez-vous pour retrouver tous les itinéraires de la Vallée des Belleville  
Log in to find all the paths in the Vallée des Belleville

### OFFICES DE TOURISME Tourist Offices



**MAISON DU TOURISME SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**  
+33 4 79 00 20 00 | st-martin-belleville.com  
Tous les jours, 9h-12h30 et 14h-18h30.  
Every day, 9am-12:30pm and 2pm-6:30pm.

**OFFICES DE TOURISME LES MENUÏRES**  
+33 4 79 00 73 00 | lesmenuires.com  
La Croisette - Maison de la Montagne  
Tous les jours, 9h-12h30 et 14h-19h.  
Daily, 9am-12:30pm and 2pm-7pm.

**Les Bruyères**  
Du dimanche au vendredi, 9h30-12h et 15h-18h30.  
Le samedi de 9h30 à 12h30 et 15h-19h.  
From Sunday to Friday, 9:30am-12pm & 3pm-6:30pm.  
Saturday, 9:30am-12:30pm & 3pm-7pm.

**OFFICE DE TOURISME VAL THORENS**  
+33 4 79 00 08 08 | valthorens.com  
Tous les jours 9h-12h et 14h-18h.  
Every day, 9am-12pm and 2pm-6pm.

### À TESTER To try

#### RESTAURANTS Restaurants

- 1 Chez Pépé Nicolas +33 6 09 45 28 35
- 2 Le 2800 +33 6 11 74 58 05
- 3 Le Corbeleys +33 4 79 08 95 31
- 4 La Loy +33 4 79 08 92 72
- 5 René et Maxime Meilleur 2 étoiles Michelin +33 4 79 08 96 77
- 6 Refuge de Téton +33 7 63 66 93 14

#### REFUGES Mountain refuges

- 1 Refuge du Lac du Lou +33 7 70 22 86 79
- 2 Refuge du Trait d'Union +33 7 70 28 85 77
- 3 Refuge de Gittamelon +33 4 79 08 91 46 ou +33 6 76 43 28 12
- 4 Refuge Plan Lombardie +33 9 82 12 43 08 ou +33 6 87 18 73 88
- 5 Refuge Le Nant Brun +33 6 64 76 94 07

### TROPHÉE BIKE PARKS supported by

Découvrez un challenge virtuel via Strava sur les pistes de Saint-Martin-de-Belleville. Découvrez un virtual challenge via Strava on the Saint-Martin-de-Belleville trails.



Infos et classement  
Info and ranking

### LUDIZONE Ludizone

9 LA CROISSETTE, LES MENUÏRES  
Espace ludique en accès libre pour apprendre ou se perfectionner en VTT.  
Ce mini Bike Park au cœur de La Croisette, comporte des modules bois et des descentes de tous niveaux, ainsi qu'une aire de Dracienne pour les plus jeunes (à partir de 18 mois). Un bon moyen de s'entraîner avant d'aller découvrir chaque piste du Bike Park!  
Free access to the play area to learn or improve your mountain bike skills.  
This mini Bike Park at the heart of La Croisette, features wooden installations and runs for all levels, as well as a balance bike area for toddlers (from 18 months). A great way to train before tackling the runs at the Bike Park!

### PARTENAIRES Partners



### REMONTÉES MÉCANIQUES Lifts



	SAM	DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN
	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
<b>SAINTE-MARTIN-DE-BELLEVILLE</b> Du 06/07 au 30/08, 9h30-12h45 et 13h30-16h30 From 06/07 to 30/08, 9:30am-12:45pm and 1:30pm-4:30pm							
<b>ST MARTIN</b>							
<b>ST MARTIN EXPRESS</b>							
<b>LES MENUÏRES</b> Du 06/07 au 30/08, 9h30-12h45 et 13h30-16h30 From 06/07 to 30/08, 9:30am-12:45pm and 1:30pm-4:30pm							
<b>ROC 1</b>							
<b>VAL THORENS</b> Du 06/07 au 30/08							
<b>PIONNIERS</b> 10h-16h							
<b>FUNITEL 3 VALLÉES</b> 10h15-15h45							

### RÈGLES DE SÉCURITÉ Safety rules

- 1 Ces parcours sont ouverts aux vététistes sous leur propre responsabilité.  
The trails are open to mountain bikers under their own responsibility.
- 2 Ils présentent des difficultés techniques et s'adressent à des vététistes confirmés. Ils nécessitent de la part des utilisateurs, maîtrise et prudence.  
They offer technical difficulties and are aimed at experienced mountain bikers. They require control and caution from mountain bikers.
- 3 L'encadrement par un moniteur VTT est conseillé.  
Retrouvez la liste des moniteurs et des écoles VTT de la Vallée sur le guide pratique disponible dans les Offices de Tourisme. Supervision and guidance by a mountain bike instructor is highly recommended. Find the list of mountain bike instructors and schools in the valley in the practical guide available in the Tourist Offices.
- 4 Le port du casque et de protections sont indispensables. A helmet and protection must be worn.
- 5 Avant de partir, vérifiez votre matériel et pensez à emporter des outils de réparation.  
Before leaving, check your equipment and don't forget to take tools.
- 6 Prévoyez du ravitaillement, des vêtements chauds et de pluie.  
Don't forget to take food, warm clothes and a rain coat in case the weather conditions change.
- 7 Restez sur les chemins tracés, sans couper les lacets du sentier. Stay on the tracks and try not to cut corners.
- 8 Attention, les piétons sont prioritaires sur les parcours enduro balisés.  
Be careful, pedestrians have priority over cyclists on the enduro trails.
- 9 Certains sentiers de randonnée sont interdits aux VTT. Être attentif à la signalétique.  
Some of the tracks are forbidden to mountain bikers, look out for signs.
- 10 Soyez vigilants face aux véhicules tout terrain.  
Be aware of 4x4 vehicles.
- 11 Respectez la nature, ne jetez pas vos déchets, emportez-les.  
Respect the environment, don't throw away your rubbish, take it home with you.
- 12 Évitez de partir seul(e) et informez vos proches de l'itinéraire suivi, ainsi que de l'heure prévue de retour.  
Try not to go alone and tell your relatives or friends the route you plan to take and the time you plan to get back.
- 13 Lors de la traversée d'alpages, n'effrayez pas les animaux.  
While crossing the mountain pastures/fields, try not to scare the animals.

### Pistes Enduro Enduro runs

Sentiers naturels à profils descendants «single track». Accès en remontées mécaniques & bus. Itinéraires partagés avec les piétons (piétons prioritaires).  
Downhill single tracks. Access by ski lifts & bus. Runs shared with walkers (priority for walkers).

### PROGRESSION SUR LES PISTES ENDUROS ENDURO TRAIL PROGRESSION

Listées de la plus facile (bleue) à la plus difficile (noire)  
Listed from the easiest (blue) to the hardest (black)

	Difficulté Difficulty	Numéro de balise Marker number (descending numbers to locate yourself)
E3 LE DORON	7,2KM	-427M +29M
E5 BALCON DU LOU	7,9KM	-609M +59M
E1 PAS DE CHERFERIE	8,3KM	-973M +6M
E9 SINGLE DES BÉTACHOS	2,8KM	-519M +3M
E4 LA MASSE	4,7KM	-552M +2M
E6 GEFFRIAND	11,9KM	-945M +82M
E8 LA LOYALE	12,2KM	-1141M -173M
E2 LA "DÉGAGE-À-MOÛTIERS"	18,7KM	-207M +205M



### NUMÉROS UTILES Useful numbers

INFORMATIONS MÉTÉO WEATHER REPORTS  
+33 8 99 71 02 73  
(29€ / appel)

NUMÉRO URGENCE EUROPÉEN EMERGENCY SERVICES

# 112

depuis un mobile from a mobile phone

### LÉGENDE Caption

- Pistes DH  
DH trails
- Télésiège  
Chairlift
- Télocabine  
Gondola
- Funitel  
Funitel
- Interdit aux vélos  
Forbidden to mountain bikers
- Travaux / Construction  
Works / Construction
- Panoramas  
Panoramic views
- Restaurants  
Restaurants
- Refuges  
Mountain refuges
- Navettes gratuites avec VTT  
Free shuttles with bike
- Pistes ENDURO  
ENDURO trails
- Points de recharge VAE  
(Bosch et Giant)  
E-bike charging station
- Stations de lavage  
Bike wash station
- Très facile  
Very easy
- Facile  
Easy
- Difficile  
Difficult
- Très difficile  
Very difficult
- Chemins 4x4  
4x4 track
- Piste cyclable d'altitude  
High-altitude cycle path
- Bascule 3 Vallées  
3 Vallées link



### Pistes DH DH trails

Piste aménagée avec virages relevés et bosses. Accès en remontées mécaniques & bus.  
A run with banked turns and bumps. Access by ski lifts & bus.

### PROGRESSION SUR LES PISTES DH DH TRAIL PROGRESSION

Listées de la plus facile (verte) à la plus difficile (noire)  
Listed from the easiest (green) until the hardest (black)

	Difficulté Difficulty	Numéro de balise Marker number (descending numbers to locate yourself)
DH4 GYROPHARE	6KM	-485M
DH1 EASY RIDER	7,3KM	-602M +3M
DH2 BLUE LAGOON	3,6KM	-428M +9M
DH3 LA BOMBÉE	3,4KM	-401M
DH6 SPEEDY	1,6KM	-234M
DH5 KISS COOL	3,5KM	-485M
DH13 JUMPY	1,6KM	-198M
DH8 HIGH LINE	5,5KM	-605M +30M
DH7 BLOODY MARY	3,9KM	-485M
DH14 B'HELLVILLE LINE	1KM	-159M
DH12 ROC'N'BLACK	1KM	-272M

Toutes les pistes DH comportent des échappatoires  
All the DH trails include chicken lines

