



En cas d'accident



- SECTEUR DE MONTALBERT :** **Tel. : 04 79 09 67 60**
- For Montalbert sector**
- In the event of an accident**
- Call the service des Pistes on**
- Tel. : 04 79 09 67 60**
- Chiens interdits sauf tenus en laisse**
- Dogs forbidden except kept on a leash**
- que vous vous proposez de faire.
- Prévenez vos amis, votre hôtelier, de la promenade que de vous faire surprendre par la nuit.
- Tell your friends and reception at the hotel about the walk you plan to take.
- Evitez de partir trop tard dans l'après-midi, vous ris-chez d'être overtaken by nightfall.
- Do not start on a walk too late in the afternoon, you may be overtaken by nightfall.
- Équipez-vous convenablement avec de bonnes chaussures et des vêtements chauds.
- Do not start on a walk too late in the afternoon, you may be overtaken by nightfall.
- Ne vous écartez pas des chemins damés et balisés.
- Do not walk on downhill ski slopes (if you have no choice, please walk along the edge of the run).
- Les chemins ne sont pas utilisables immédiatement après une chute de neige.
- Do not leave the packed, sign-posted paths.
- Les skieurs piétons sont damés et balisés différem-ment suivant les secteurs. Ils peuvent longer des traces de ski de fond ou croiser des pistes de ski alpin : dans ce cas, le skieur de piste est prioritaire.
- Peckham paths are packed and sign-posted in diffe-rent ways depending on the sector. They may follow the same route as cross-country tracks or cross downhill runs. Beware! You must give way to downhill skiers.

Promenades piétons

- Walkers and ramblers**
- Les itinéraires de fond sont réservés aux fondeurs.
- Cross-country tracks are for Cross-country skiers only.
- A SAVOIR :** toutes les écoles de ski ont des moniteurs de ski de fond et orga-nisent régulièrement des tests. Les magasins de sport sont équipés de matériel propre à cette discipline.
- NB :** all ski schools have Cross-country instructors and organise regular tests. Sports shops have all the kit required for this sport.
- Prévenez votre retour à la station durant ces heures.
- Cross-country tracks are for Cross-country skiers only.
- Prévenez votre retour à la station durant ces heures. (Domaine Skiable ”.
- Be sure to return to the resorts within this time-table. (general information boards).
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Make way for faster skiers and wait to one side. When your track crosses a downhill run or a drag lift, give way to downhill skiers. Beware!
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Never ski on a closed track.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Never ski on a closed track.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.

Les itinéraires de fond sont balisés par des fleches directionnelles aux couleurs de la piste et les traces régulièrement, en fonction des chutes de neige.

Cross-country tracks are sign-posted with arrows whose colour corresponds to the difficulty of the snow falls.

FOR YOUR ENJOYMENT AND SAFETY
Cross-country skiing
INFORMATION ADVICE

CONSEILS

Pour votre plaisir et votre sécurité

Ski de fond

Libérez la trace pour les skieurs rapides et station-nez toujours à côté.

- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Make way for faster skiers and wait to one side. When your track crosses a downhill run or a drag lift, give way to downhill skiers. Beware!
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Never ski on a closed track.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.
- Assurez-vous que les longueurs et difficultés corres-pondent à votre niveau en consultant ce plan.

Prendre la route Longefoy/Notre Dame du Pré et garer votre voiture sur le chemin sous la chapelle. Bâtie sur une petite colline, cette chapelle que l'on voit depuis la vallée, mérite bien une petite visite et un petit détour.
En 1860, les Longefoyrins dressèrent près de la chapelle, l'arbre le plus haut de la forêt que l'on voyait depuis le Col du Petit Saint-Bernard.

Sentier de la Biodiversité

DEPART : *Parking de Chaillet*
ARRIVEE : *Idem*
ALTITUDES EXTREMES : *1350m - 1400m*
TEMPS APPROXIMATIF : *1H30*



Sentier accessible à partir du parking du Chaillet situé au-dessus de la résidence les Sittelles.

Prendre la direction de la piste de ski jus-qu'au panneau de départ du sentier. Sentier non damé, praticable en raquettes. Partez à la découverte du "Sentier de la Biodiversité". Un itinéraire famille pour découvrir toute la biodiversité qui peuple nos forêts et nos écosystèmes monta-gnards. Des panneaux pédagogiques sont répartis autour du sentier afin de présenter de manière ludique autour de jeux, de puzzles, d'exercices de découverte et de réflexion, toute l'étendue de cette biodiver-sité qui nous entoure et que nous ne soupçonons pas.

Echelle européenne de risque d'avalanche

European scale of avalanche risks

Chemin des animaux

DEPART : *Sous la résidence la Marmottane*
ARRIVEE : *Résidence les Sittelles*
ALTITUDES EXTREMES : *1350m - 1400m*
TEMPS APPROXIMATIF : *1H30 à 2H00*



Sous la Résidence la Marmottane, suivre sur un très long parcours, le chemin de promenade A. Après la remontée rapide débouchant sous une ligne électrique, prendre à droite la piste forestière. En 45 panneaux, vous découvrirez au milieu de leur environnement naturel, les traces des animaux de nos forêts et de nos montagnes avec leurs cartes d'identité.

UN PEU D'HISTOIRE ET DE LEGENDE...

Les animaux sont nombreux et peuplent nos forêts. Cerfs, chevreuils, sangliers, lièvres, renards, sont les plus courants. Des plans de chasse sont mis en place pour contrôler les populations. Certains ont été introduits (chevreuils, cerfs), d'autres sont arrivés depuis une trentaine d'années (sangliers)

CURIOSITES

La densité de la régénération forestière le long de ce chemin.

Le bief bovot

DEPART : *Sommet du télésiège de Montalbert*
ARRIVEE : *Piste des Adrets*
ALTITUDES EXTREMES : *1600m - 1800m*
TEMPS APPROXIMATIFS : *Aller 2H30/Retour : 1H30*

ACCES : *3 solutions sont possibles :*

- Accès par le télésiège de Montalbert. A l'arrivée prendre la piste de Montalbert indiquée à gauche du 2ème télésiège (piste un peu raide). Vous longerez une piste de ski pendant 50 m, et sur votre gauche vous trouverez en forêt, le départ du sentier.
- Monter en voiture jusqu'au parking situé à l'arrivée de la piste de ski, puis suivre l'itinéraire n° 1 rejoignant le départ du télésiège du Fornelet.
- L'Ecole de Ski organise des départs depuis Montalbert avec un accès par la forêt, sous la conduite d'un moniteur. Renseignements à l'ESF.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Mieux il est bien stabilisé.

Le marteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.

Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le marteau