



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 Arolle
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.

D1 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



Les traces d'animaux
Animal tracks

Le renard
Fox
3 cm

Le lièvre variable
Hare
40 cm

L'Écureuil
Squirrel
20 cm

Le chevreuil
Roe Deer
4 cm

Les sanglier
Wild Boar
8 cm

Itinéraires piétons et/ou raquettes
Pedestrian / Snowshoeing trails

1 Circuit des "Dôdes"
1 h 15 2,1 km 145 m

Point de départ : pont du Planay, à 50 m de la supérette Sherpa du haut. 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.

2 Itinéraire de "Liotraz"
1 h 30 3,6 km A/R 250 m

Point de départ " Pont des Chaillies " (alt. 1190 m) : 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).

3 Itinéraire du "Châtelard"
2 h 30 2,9 km A/R 285 m

Point de départ : Rue des XVI^{es} JO d'hiver (alt 1250 m), continuer sur « rue de la Cochette » puis descendre le chemin piéton de « Montée St. Antoine » puis rue des Dardets, quartier Villard Dessus.
Itinéraire : 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).

"Le Châtelard" itinerary
Start: « Rue des XVI^{es} JO d'hiver » (alt 1250m), straight on to « Rue de la Cochette » to Villard Dessus area, then down in the pedestrian way « Montée St. Antoine ». Itinerary: 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, mais tenus en laisse
Dogs allowed, only on leash

Balises 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. Evitez 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



Itinéraire raquettes
Snowshoes itinerary

A PROXIMITÉ DES PISTES DE SKI ALPIN
1 Itinéraire La Rossa <> Roc des Blanchets

1 h 30 1,4 km A/R 126 m

Accessible par la télécabine (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 : 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.

SNOWSHOEING TRAIL / BY THE ALPINE SKI AREA
Itinerary La Rossa <> Roc des Blanchets

Access by the gondola (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 PLAGNE
CHAMPAGNY EN VANOISE

CHAMPAGNY EN VANOISE





Echelle de risque d'avalanche	Niveau du risque	Signification du drapeau	Stabilité du manteau neigeux
Pictogrammes européens	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

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

Infos pratiques

- 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.
- Restaurant - bar disponible sur le vallon.
- Certaines pistes peuvent être fermées en cas de risques d'avalanche. Se conformer aux panneaux, informations et recommandations des pisteurs.

Practical information

- 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
- Restaurant - bar at Champagny le Haut.
- 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 bouquets 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'œil nu.

At Champagny-le-haut on slopes facing south (Adret), l'ibex congregates 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.

Itinéraire raquettes

Snowshoes itinerary

1 Itinéraire "Comba Damon"

45 mn ↔ 1,8 km ↗ 20 m

Départ du sentier à la sortie de la "Couaz", côté chapelle. Itinéraire sous les épicéas et sur le plateau afin de rejoindre le hameau du Bois. Peut se faire dans le sens inverse. Très facile.

"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.

2 Circuit "Taillette"

1 h 30 ↔ 1,9 km ↗ 170 m

Départ : Chalet de ski de fond. Sentier en forêt sur le versant Nord du vallon. Assez difficile.

"Taillette" itinerary

Start at the nordic chalet. The path goes up in a forest on the North side of the valley. Quiet difficult.

3 Itinéraire "Epéna"

2 h 45 ↔ 7 km A/R ↗ 100 m

Départ : Chalet de ski de fond. Le chemin longe le "Doron" en rive gauche, du hameau Le Bois au Laisonnay d'en Haut. Peu difficile.

"Epéna" itinerary

Start at the nordic chalet. The path follows the river "Doron" from Le Bois to Le Laisonnay d'en Haut. Not difficult.

4 Itinéraire "Teppes"

1 h ↔ 1,6 km A/R ↗ 100 m

Départ : Chalet de ski de fond. Itinéraire sur le versant Sud du vallon avec jolie vue panoramique sur le hameau Le Bois. Peu difficile.

"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 et/ou raquettes

Pedestrian / Snowshoes itineraries

5 Itinéraire "Chardes"

2 h 30 ↔ 6 km A/R ↗ 100 m

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

"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.

6 Itinéraire "Evetta"

25 mn ↔ 1 km ↗ 15 m

Départ : Sortie du hameau Chiserette sur la gauche. Sentier longeant la route jusqu'au hameau Le Bois. Peut se faire dans le sens inverse. Très facile.

"Evetta" tour

Start on the left just after "La chiserette". 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, mais tenus en laisse

Dogs allowed, only on leash

Balises des itinéraires

Sign posts for snowshoeing



Sorties raquettes accompagnées

Snowshoeing outings

« Sur les traces des géants de glace » : Sortie raquettes sur Champagny le Haut puis visite guidée de l'Espace Glacialis.

Durée 3 h

Chaque lundi. 22 €/pers.

Réservation à l'Espace Glacialis, à l'Office de Tourisme ou à l'ESF.

« On the tracks of ice giants »: snowshoeing with a guide at Champagny le Haut and guided visit in the Espace Glacialis museum.

Duration: 3hrs

Every Monday. 22 €/pers.

Booking at Espace Glacialis, at the Tourist Office or at the ESF / French Ski School.

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 20 € à 36 €

Egalement sorties en nocturne avec dîner en refuge

Réservation à l'ESF.

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 20 € to 36 €

Also: night hikes with traditional meal in a refuge

Booking at the ESF / French Ski School.



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

Ski joëring (à partir de 10 ans) et balades à cheval (1h)

Location de poneys et poney-luge pour les enfants

Réservation : Le P'tit Ranch 06 89 78 15 64

Ski joëring (from 10 years old) and horse riding (1h)

Pony hire and pony sledging

Booking: Le P'tit Ranch +33 (0)6 89 78 15 64

Traineau à chiens / Dog sledging

Balades assises, 2 ou 3 jours par semaine.

Circuit entre le chalet de ski de fond et la Chiserette.

Renseignements : Office du tourisme Tél. 04 79 55 06 55

Mushing, 2 or 3 days a week.

Circuit between the Nordic chalet and la Chiserette.

Information: Tourist office - Tel.+33 (0)4 79 55 06 55

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

Au hameau le Bois - 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 : lundi au vendredi, 14h à 18h

Tarifs : 3 €/adulte, 1,50 €/6-13 ans

At le Bois - 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, 2pm to 6.00pm

Rates: 3 €/adult, 1,50 €/child aged 6-13

