

- Référence itinéraire / Reference number of the itinerary**
- Itinéraire piétons-raquettes / Pedestrian / snowshoes walk**
- Vue panoramique / Panorama**
- Route principale / Main road**
- Traversée de pistes / attention skieurs / Slope crossing, skiers - Caution**
- Arrêt navette / Shuttle stop**
- Office du tourisme / Tourist information centre**



Infos pratiques

- Accès possible par navettes gratuites quotidiennes.
- Pas de magasins de sports 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 de Champagny - Tél 04 79 55 06 40.
- 2 restaurants - bars disponibles sur le vallon.
- Certaines pistes peuvent être fermées en cas de risques d'avalanche. Se conformer aux panneaux, informations et recommandations des pisteurs.
- **Numéro d'urgence - 04 79 22 12 74** (chalet pisteur Champagny-le-Haut)
Numéro d'urgence - 112 (n° d'appel d'urgence)

Practical informations

- Daily free shuttle bus.
- No sport shop at Champagny le Haut; snowshoes, cross country skis & sledges can be rent at Champagny Village.
- The French Ski School organizes snowshoes outings and crosscountry skiing lessons.
- 2 restaurants - bars at Champagny le Haut.
- The paths may be closed in case of avalanche risk. Respect the post signs and advices of the ski patrol.
- **Emergency tel. number: + 33 (0)4 79 22 12 74** (aids chalet of Champagny-le-Haut)
Emergency tel. number: 112 (emergency)

Echelle européenne de risque d'avalanche

European scale of avalanche risks		
1 - FAIBLE weak	Le manteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes	RISQUE D'AVALANCHE LIMITÉ
2 - LIMITÉ limited	Dans quelques pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Ailleurs il est bien stabilisé.	
3 - MARQUÉ large	Dans de nombreuses pentes suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément à faiblement stabilisé.	RISQUE D'AVALANCHE IMPORTANT
4 - FORT great	Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart des pentes suffisamment raides.	
5 - TRÈS FORT very great	L'instabilité du manteau neigeux est généralisée.	RISQUE D'AVALANCHE TRÈS FORT

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
- Wild Boar**
8 cm

Itinéraires piétons et/ou raquettes

- 1 Circuit des "Dôdes"**
 - 1 h 15 2,1 km 139 m
 - Point de départ « Le Planay » (alt. 1250m), à proximité des "Chalets du Bouquetin" : montée par un sentier en forêt puis dans les prés au chalet "des Dôdes" (alt. 1380m). Descente jusqu'à la traversée de la piste de ski alpin des "Bois" (attention aux skieurs prioritaires !) ; Rejoindre le hameau de "la Traye" (alt. 1350m) puis par un chemin large et la piste de ski (la longer côté gauche - Attention aux skieurs !) Rejoindre la gare de départ de la télécabine.
 - 2 Itinéraire de "Liotraz"**
 - 1 h 30 3,6 km A/R 202 m
 - Point de départ "Pont des Chailles" (alt. 1190m) : Montée sur un chemin large en forêt jusqu'à la Plate-forme E.D.F (alt. 1380m) : vue magnifique sur le village. AR sur le même itinéraire.
 - 3 Itinéraire du "Châtelard"**
 - 2 h 30 2,9 km A/R 285 m
 - Point de départ « Villard Dessus » (alt. 1200m) : Traversée du village et montée par un sentier en forêt jusqu'au lieu-dit « Le Châtelard » (alt. 1500 m). Variante possible pour le retour par les Hauts de Planchamp.
- "Les Dôdes" tour**
Departure "le Planay" (alt. 1250m), near the residence "Chalets du Bouquetin". The path goes along the river, crosses a small forest, then the fields, till the hamlet "les Dôdes" (alt. 1380m). The path continues in the forest to the alpine slope "les Bois" (caution: the skiers have right of way!), leads to the hamlet "la Traye" (alt. 1350m) and goes down to the bottom of the alpine slope (walk on the left side) arriving at the cablecar.
- "Liotraz" itinerary**
Departure "Pont des Chailles" (bridge "les Chailles"), alt. 1190m. Take the snowy large path in the forest which leads in 3 turns to the EDF platform (alt. 1380m). Nice view on Champagny le bas. Return (on the same itinerary).
- "Le Châtelard" itinerary**
Departure "le Villard Dessus" (alt. 1200m): cross the hamlet, take the pedestrian walk that rises on the right to the forest till the locality "le Châtelard" (alt. 1500m). Beautiful landscape. Possible return by les Hauts de Planchamp.
- Chiens interdits
 Chiens autorisés, mais tenus en laisse



Itinéraire raquettes

- A PROXIMITÉ DES PISTES DE SKI ALPIN**
- 1 Itinéraire La Rossa ↔ Roc des Blanchets**
 - 1 h 30 1,4 km A/R 124 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. 2100m) offre une possibilité de balade en altitude.
 - Vue remarquable sur les glaciers de la Vanoise.

Snowshoes path BY THE ALPINE SKI AREA

Itinerary La Rossa ↔ Roc des Blanchets :
Access by the cable car (ticket to buy at the ski pass kiosk)
One itinerary in altitude to practise with snow shoes (walking sticks or ski sticks are recommended).
Departure "la Rossa" (alt. 1970). The path is marked out till the restaurant "le Roc des Blanchets" (alt. 2100m).
Beautiful view on the glaciers of the Vanoise.

La forêt et ses principales essences résineuses

The main types of conifer in our forests

- L'Épicéa**
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 is 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.

Photos : © Marie Royboz, Philippe Royer

Champagny en Vanoise
une station la Plagne/Paradiski

NORDIC EXPERIENCE
LE CHAMPAGNY EN VANOISE

BALADES PEDESTRES ET RAQUETTES
AUTRES ACTIVITÉS NORDIQUES

PEDESTRIAN AND SNOWSHOES WALKS
OTHERS NORDIC ACTIVITIES

HIVER
2014/2015

OFFICE DE TOURISME CHAMPAGNY EN VANOISE
Tél 33(0)4 79 55 06 55

paradiski
Les Arcs • Peisey-Vallandry • La Plagne



Itinéraires raquettes

1 Itinéraire "Comba Damon" 45 mn ↔ 1,8 km ↑ 20 m

Départ du sentier à la sortie de la "Couaz" sur la droite. 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
Departure on right just after "La Couaz". The itinerary runs under the spruces and on the plateau, to the hamlet of Bois. Can be done in reverse. 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
Departure at the nordic chalet. The path is in a forest on the North side of the valley. Moderately difficult.

3 Itinéraire "Epena" 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.

"Epena" itinerary
Departure at the nordic chalet. The path follows the river "Doron" from Le Bois to Le Laisonnay d'en Haut. Slightly 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
Departure at the nordic chalet. Itinerary on the South side of the valley, nice panoramic view over the hamlet Le Bois. Slightly difficult.

- Chiens interdits
- Chiens autorisés, mais tenus en laisse

ACTIVITÉS NORDIQUES / NORDIC ACTIVITIES

Pistes de ski de fond / Cross-country pistes

23 kilomètres de pistes aménagées, entretenues et sécurisées attendent les amateurs de skating ou de style classique. Egalement : Le Nordique Parc (zone ludique avec bosses, sauts...) et une piste d'initiation (gratuits). 20 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 23km 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: 20 reading signs presenting fauna, architecture, local life... Also: The Nordic Park (with fun workshops) and a piste for initiation (free).

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 LUDIQUÉ 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, artificial structure for ice climbing, 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

Espace muséographique : A la découverte des glaciers de montagne. Venez découvrir leur aspect scientifique, leur dimension historique à travers une exposition ludique et interactive : films, maquettes, photos, panneaux explicatifs, objets à toucher, etc. Ouverture : dimanche et du mardi au jeudi de 14h à 18h. Tarifs : 3 €/adulte ; 1,50 €/enfant (6-13 ans).

Dedicated to the mountain glaciers. Come and find out the secrets of these giants, from their scientific aspect to their historical and mythological contexts, through a fun and interactive exhibition: films (English subtitled), scale models, photos... English guidebook available. Open Sunday and from Tuesday to Thursday, 2pm to 6pm. Rates: 3€/adult - 1,50€/child (aged 6-13). **Espace Glacialis - Tél. +33 (0)4 79 01 40 28**

Chiens de traîneaux / Dog sledging

Balade les jeudis et vendredis. Circuit entre le chalet de ski de fond et la Chiserette. **Renseignements / Inscriptions : Office du tourisme Tél. 04 79 55 06 55** Mushing on Thursdays and Fridays. Circuit between the Nordic chalet and la Chiserette. Booking / Information: Tourist office - Tel.+33 (0)4 79 55 06 55

Itinéraires piétons et/ou raquettes

5 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
Departure on the left just after "La chiserette". The path follows the road to the hamlet Le Bois. Can be done in the reverse. Very easy.

6 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
Departure at the nordic chalet. The path follows the cross-country piste "Le Laisonnay", marked by seven thematic panels (flora, fauna, geology...). Slightly difficult.



Insolite / Unusual

Sur les pentes orientées au Sud (Adret), les bouquetins 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'oeil nu.

On slopes facing south (Adret), ibex congregate and enjoy the sunshine and the grass they eat; they can be seen with binoculars. From March they descend lower in altitude and can be seen with the naked eye.

CONSEILS

Pour les promeneurs : 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.

Pour l'itinéraire « La Rossa Roc des Blanchets » : Vous évoluez en altitude (2000m) ; l'enneigement peut être conséquent ; raquettes à neige et bâtons indispensables. 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. Luges interdites.

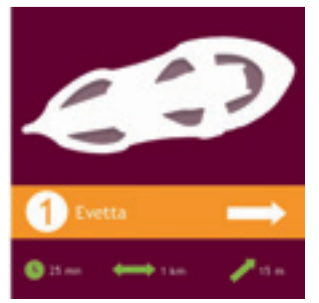
Pour les itinéraires sur le site nordique / Champagne le Haut : Se conformer aux indications des pisteurs et au balisage sur place.

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.

PREVEZ EN CAS D'ACCIDENT

- **Secteur de Champagne le Bas :** Office de Tourisme Tél : 04 79 55 06 55
- **Secteur Pistes ski alpin :** Sécurité des Pistes Tél 04 79 09 67 60
- **Secteur Site nordique Champagne le haut :** Sécurité des Pistes Fond Tél 04 79 22 12 74

ATTENTION : Les secours sur la commune de Champagne en Vanoise sont payants ; pensez à vérifier que vous êtes bien assuré pour l'activité que vous pratiquez.



INFORMATION ADVICE

For walkers
Those post-marked itineraries are neither pisted down nor prepared; they are open up by the walkers themselves passing through successively the paths. Walking conditions may change according to the weather and snow; snowshoes and sticks may be useful.

The itinerary "La Rossa Roc des Blanchets" is higher in altitude (2000m): the snow coverage may be important; snowshoes and sticks may be absolutely necessary. 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. Sledges are forbidden.

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.

IN THE EVENT OF AN ACCIDENT

- **In the area of Champagne resort:** inform the Tourist Office. Tel. +33 (0)4 79 55 06 55
- **On the alpine skiing area:** inform the Safety Office. Tel. +33 (0)4 79 09 67 60
- **On the cross-country skiing area:** inform the Safety Office. Tel +33 (0)4 79 22 12 74

BE CARREFULL : Please note that the rescue service is not free. Think about an insurance to cover the risks for the activity you practice.