

PARTAGEZ VOS PLUS BELLES PHOTOS
EN LES TAGUANT AVEC
#LES3VALLÉES
#INFINITE MOUNTAIN EXPERIENCES
f 3VALLÉES.FRANCE
i LES3VALLÉES.OFFICIEL

RÈGLES DE BONNE CONDUITE À AVOIR
EN MONTAGNE
MOUNTAIN CODE OF CONDUCT

- Ne pas jeter de déchets dans la nature
Do not leave your rubbish in the mountains
- Emporter tous ses déchets, également lors de séjours en refuge
Take all of your waste home with you, even when you are staying in a mountain refuge
- Être équipé, entraîné et prévoir des sorties à son niveau
Make sure you have the correct equipment, are well prepared, and stick to your level
- Rester sur les sentiers : couper les lacets génère une érosion difficile à traiter une fois installée
Stay on the paths : taking shortcuts can cause erosion that is very difficult to repair once the damage is done
- Tenir son chien en laisse (chien interdit dans le Parc National de la Vanoise)
Keep dogs on a leash (dogs are prohibited in the Vanoise national Park)



Toutes les informations pour
recharger ou laver mon vélo
Recharge or wash my bike

les 3 vallées.

ÉTÉ | SUMMER 2025

POUR TOUS
LES NIVEAUX !

20 ITINÉRAIRES ENDURO

Itinéraires tracés sur sentiers existants accessibles ou non à l'aide des remontées mécaniques. Ils sont composés de portions essentiellement descendantes mais aussi de quelques portions montantes.

26 PISTES DE DESCENTE (DH)

Itinéraires aménagés spécifiquement pour la pratique du VTT de descente composés de virages relevés, sauts et autres modules. Accessibles uniquement via les remontées mécaniques.

DES BIKES PATROLS
SUR TOUT LE DOMAINE
EN CAS D'URGENCE
CONTACTEZ LE 112



À l'exception de quelques pistes, la pratique du VTT/VTAE n'est pas autorisée dans le Parc National de la Vanoise (informations auprès des Offices de Tourisme).
With the exception of some few trails, mountain biking is not allowed in the park (informations from tourist offices).



DIFFICULTÉ LEVEL

Très facile Very Easy
Facile Easy
Très difficile Very Difficult
Difficile Difficult

MOBILITÉ ACCESS

En télésiège By chairlift
En télésiège à bulle By chairlift
En télécabine By gondola
En taptap By conveyor belt
En navette By bus
Interdit au vélo Forbidden on MTB
Point de recharge VME E-bike charging station
Bascules 3 Vallées 3 Vallées Scales

POINTS D'INTÉRÊT POINTS OF INTEREST

Refuges Mountain Refuges
Espaces préservés Unspoiled spaces
Réserves naturelles Natural Reserve
Lacs Lakes
Glaciers Glaciers
Panoramas Panoramic Views
Pump Track
Stations de Lavage Bike Wash Station

Églises et Chapelles Churches & Chapels
Musées Museums
Patrimoine Local heritage sites
Villes thermales Spa towns
Fermes Farms
Travaux Works

Limite Parc National de la Vanoise
National Park Boundary

TARIFS ÉTÉ 2025 LIFTS RATES	ADULTE 18 ANS ET +	ENFANTS 5 À 17 ANS	FAMILY FLEX**
INITIATION (DH CONSECUTIVES)* INITIATION (DH CONSECUTIVE HOURS)* 1 JOUR** 1 DAY**	17,50€	13,10€	-
LIBERTÉ 3 JOURS*** 3-DAY LIBERTY*** 1 SEMAINE (7 JOURS) 1 WEEK (7 DAYS)	59€	43,50€	43,50€ (PLUS)
SAISON SEASON	365€	228,70€	-

* Pas d'initiation à l'été, hors Pointe de la Masse 2 jours en été, excluding Pointe de la Masse
** Family Flex à partir de 3 personnes, dont 1 ou 2 adultes et jusqu'à 6 enfants (ou 3 parents, including 1 or 2 adults and up to 6 children
*** Liberté 3 jours = 3 jours consécutifs ou non, consécutifs ou non 7 jours 3 days Liberty = 3 consecutive days or not, consecutive days or not
Les tarifs VTT peuvent être utilisés en pleine saison (hors hiver)
MTB passes can be used on vacation packages (not the other way around)
Remarque: en cas de conditions météorologiques défavorables (pluie, neige, etc.), les horaires des remontées mécaniques peuvent être modifiés.
This may be not contracted in case of unfavourable weather conditions (showers, rain, thunderstorms, etc.) the schedule of the lifts can be modified.

HORAIRES REMONTÉES MÉCANIQUES LIFTS TIMETABLE	SARRE SARRECH SARRECH	DOMAINE SARRECH SARRECH	LIVRA LIVRA LIVRA	MARTE MARTE MARTE	MOÛTIER MOÛTIER MOÛTIER	BOZEL BOZEL BOZEL	LA LA LA
VALLÉE DE COURCHEVEL DU 05/07 AU 31/08							
TC PRAZ 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC VERONIS 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC SARRINE 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC LA TANA 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
VALLÉE DE MÉRIBEL DU 05/07 AU 30/08							
TC TOUGNETTE 1 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC TOUGNETTE 2 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC PAS DU LAC 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
LES MENUÏRES / ST-MARTIN DU 05/07 AU 29/08							
TC SAINT MARTIN 1 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC SAINT MARTIN EXPRESS 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC BOCAL 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC PORTE DE LA MASSE* 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
VAL THORENS DU 07/07 AU 29/08							
TS PROMIERS 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
FOURTE 3 VALLÉES 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•
TC DEUX LACS 09:00 - 10:00	•	•	•	•	•	•	•

les 3 vallées.

ÉTÉ | SUMMER 2025

ITINÉRAIRES DH / ENDURO

DOWNHILL / ENDURO MTB TRAILS

LES MENUÏRES
ST-MARTIN-DE-BELLEVILLE
VAL THORENS
COURCHEVEL
MÉRIBEL
BRIDES-LES-BAINS
ORELLE

LES3VALLÉES.COM

VALLÉE DES BELLEVILLE			
ENDURO		PISTES DE DESCENTE (DH)	
E.3	La Descente (Moutiers) - 1,2km - 427m - +50%	001.1	Easy Rider - 1,2km - 407m - +50%
E.3	Pas de Charferie - 0,8km - 977m - +6%	001.4	Gyrophane - 0,8km - 407m - +50%
E.4	La Masse - 0,7km - 977m - +3%	001.2	Blue Legend - 0,8km - 420m - +50%
E.5	Balcons du Lac - 1,5km - 977m - +3%	001.3	La Bombelle - 0,8km - 407m - +50%
E.6	Singlet des Bâtes - 0,8km - 977m - +3%	001.5	Kiss Cool - 0,8km - 407m - +50%
E.2	Dégage à Moutiers - 10,7km - 2075m - +20%	001.6	Speedy - 0,8km - 420m - +50%
E.1	Guffond - 11,5km - 1842m - +17%	001.33	Jumpy - 1,5km - 410m - +50%
E.1	La Loyale - 12,2km - 1842m - +17%	001.7	Bloody Mary - 0,8km - 407m - +50%
		001.8	High Line - 0,8km - 420m - +50%
		001.14	W'Wall-Ville Line - 1,5km - 430m - +50%
		001.11	Box'W'ack - 1,5km - 427m - +50%

VALLÉE DE COURCHEVEL			
ENDURO		VALLÉE DE MÉRIBEL	
E.1	La Bonaparte - 0,7km - 1,00m - +50%	ENDURO	
E.2	Les Villages - 0,8km - 410m - +50%	E.3	Les Villages - 0,8km - 410m - +50%
E.5	Pradon - 2,5km - 207m - +70%	E.4	Les Combles - 0,8km - 407m - +50%
E.6	La Ferrière - 0,8km - 410m - +50%	E.5	Top down - 0,8km - 410m - +50%
E.7	Le Grand - 0,8km - 410m - +50%	E.6	Les Crêtes - 0,8km - 410m - +50%
PISTES DE DESCENTE (DH)		E.7	La Croix de la Statue - 0,8km - 410m - +50%
001.1	Passe-Passe - 0,8km - 410m - +50%	E.8	Megallix - 0,8km - 410m - +50%
001.2	La Godille - 0,8km - 410m - +50%	E.10	Corbassière - 2,3km - 240m - +90%
001.3	Stout Stouts - 0,8km - 410m - +50%		
001.4	La Lince - 0,8km - 410m - +50%		
001.5	Medon - 0,8km - 410m - +50%		

VALLÉE DE MÉRIBEL			
ENDURO		PISTES DE DESCENTE (DH)	
E.3	Les Villages - 0,8km - 410m - +50%	001.1	Blue Shape - 0,8km - 410m - +50%
E.4	Les Combles - 0,8km - 407m - +50%	001.2	Bellere - 0,8km - 410m - +50%
E.5	Top down - 0,8km - 410m - +50%	001.3	Blue Line - 0,8km - 410m - +50%
E.6	Les Crêtes - 0,8km - 410m - +50%	001.4	Woodstock - 0,8km - 410m - +50%
E.7	La Croix de la Statue - 0,8km - 410m - +50%	001.5	Tourette Rocket - 0,8km - 410m - +50%
E.8	Megallix - 0,8km - 410m - +50%	001.6	Forest Jump - 0,8km - 410m - +50%
E.10	Corbassière - 2,3km - 240m - +90%	001.7	Wallo Red - 0,8km - 410m - +50%
		001.11	Red Line - 0,8km - 410m - +50%
		001.7	La 7 - 0,8km - 410m - +50%
		001.11	Ofense - 0,8km - 410m - +50%

LES 3 VALLÉES À
PORTÉE DE MAIN
LAISSEZ-VOUS
GUIDER

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH
LET US GUIDE YOU

Download on the App Store
GET IT ON Google Play