

Informations pratiques
/ Practical Information

Refuges gardés de montagne
/ mountain huts

- Refuge de l'Archeboc / Archeboc hut : +33 (0)4 79 06 87 19
- Refuge du Ruitor / Ruitor hut : +33 (0)4 79 06 92 12

Numéros utiles
/ useful numbers

- Office de Tourisme / Tourist Office +33 (0)4 79 06 95 19
- Mairie de Sainte-Foy-Tarentaise / Town hall : +33 (0)4 79 06 90 53
- S.F.T.L.D (remontées mécaniques) / Chairlift office : +33 (0)4 79 06 95 15
- Gendarmerie / Police +33 (0)4 79 07 04 25
- Centre Médical / Medical Center +33 (0)4 73 55 25 49
- Appel d'urgence européen / European emergency services 112



sainte foy
TARENDAISE

PLAN DES
SENTIERS VTT



- Chapelles / chapels**
- 1 Chapelle Saint-Nicolas (Viclaire)
 - 2 Chapelle Notre-Dame de la Roche et Saint-Antoine (La Roche)
 - 3 Chapelle Sainte-Brigide et Saint-Ours (Le Miroir)
 - 4 Chapelle Saint-Claude et Sainte-Appolonie (La Masure) /
 - 5 Chapelle Saint-André (Le Planay-Dessous)
 - 6 Chapelle Notre-Dame de Bon Conseil et Saint-Germain (Sainte-Foy station)
 - 7 Oratoire Sainte-Marguerite (Montalbert)
 - 8 Chapelle Saint-Aubin (Le Jorat)
 - 9 Chapelle Saint-Barthélémy (La Thuile)
 - 10 Chapelle Saint-Guérin (Saint-Guérin)
 - 11 Chapelle Saint-Roch (Mercuel)
 - 12 Chapelle Saint-Pierre-Aux-Liens (La Sassière, hameau des Molettes)
 - 13 Stèle de Saint-Jacques (Vallon du Clou)
 - 14 Chapelle Saint-Clair (Le Monal)
 - 15 Chapelle Sainte-Anne (La Combaz)
 - 16 Chapelle Saint-Grat (Chenal-Dessus)
 - 17 Chapelle Saint-Donat (Chenal-Dessous)
 - 18 Chapelle Saint-Fabien et Saint-Sébastien (Nancroix)
 - 19 Chapelle Notre-Dame des Neiges (Le Châtelara)
 - 21 Oratoire Saint-Pantaléon du Villard
 - 22 Oratoire Sainte-Marie-Madeleine
 - 23 Oratoire Notre-Dame de Bon Rencontre (Le Crôt)
 - 24 Oratoire Saint-Louis (chemin vers Tignes entre Planjo et la Thuile)

- Office de tourisme / tourist office
- Toilettes publiques / public toilets
- Espace pique-nique / picnic area
- Location & encadrement VTT / Bike hire & guided rides
- Pumptrack
- Parcours draisienne / draisienne course

Départs des sentiers /parkings :

Parking Viclaire

Parking du Chenal



Pour entraîner petits & grands :
espace draisienne & pumptrack
To train to young and old: draisienne space + pumptrack



Haglöfs



Conseils / advice

1. Porter un casque et des équipements de protection

A helmet and protective gears must always be worn
Le port du casque est indispensable, y compris pour les sorties de courte durée. En montagne, il est recommandé d'ajouter des gants, des genouillères, des coudières, voire une dorsale en descente.

Wearing a helmet is essential, even for short rides. In mountain environments, it is recommended to add gloves, knee and elbow pads, or a back protector for downhill sections.

2. Choisir un itinéraire adapté à son niveau

Routes should match the rider's ability

Avant de partir, il est important de connaître les caractéristiques du parcours (dénivelé, technicité, météo) et de s'assurer qu'il correspond à ses capacités. L'usage d'une carte ou d'une application GPS fiable est conseillé.

Before setting out, it's important to know the route's characteristics (elevation, technical sections, weather) and ensure it matches the rider's ability. Using a map or reliable GPS app is recommended.

3. Vérifier son matériel avant chaque sortie

Equipment must be checked before each ride

Un contrôle rapide du vélo s'impose : freins, pneus, transmission, suspensions. Il est conseillé d'emporter une trousse de réparation comprenant une chambre à air, une pompe et un outil multifonctions.

A quick check of the bike is necessary: brakes, tires, drivetrain, and suspension. It is advised to carry a repair kit with an inner tube, pump, and allen key.

4. En cas de rencontre avec un patou, adopter un comportement adapté

Proper behavior is required when encountering a livestock guardian dog

En présence d'un chien de protection de troupeau, il est recommandé de descendre du vélo, de rester calme, de ne pas fixer l'animal et de contourner le troupeau sans précipitation.

When facing a guardian dog, it is recommended to dismount, stay calm, avoid eye contact, and bypass the herd calmly.

5. Ne pas partir seul sans prévenir

Solo rides should be avoided without informing someone

Il est préférable de rouler à plusieurs. En cas de sortie solo, il convient de prévenir un proche de son itinéraire et de son heure de retour. En l'absence de réseau, une carte, une batterie externe ou une balise GPS peut s'avérer utile.

It is best to ride with others. For solo rides, someone should be informed of the planned route and return time. When no signal is available, a map, power bank, or GPS tracker can be essential.

NOUVEAU

5 ITINERAIRES VTT BALISÉS À DECOUVRIR !

Cet été, partez à la découverte de Sainte-Foy-Tarentaise à deux roues. À travers ses sentiers balisés, parcourez la richesse des paysages entre vallons, village classé, hameaux de charme d'altitude et sommets majestueux. Que vous soyez amateur de la discipline ou vététiste aguerri, il y en aura pour tous les goûts.

NEW

5 ITINERARIES TO DISCOVER!

Discover Sainte-Foy-Tarentaise on two wheels. You'll find a wealth of scenery on the signposted trails, with valleys, listed villages, charming hilltop hamlets and majestic peaks. Whether you're an amateur or an advanced mountain biker, there's something for everyone.



Location & encadrement VTT Bike hire & guided rides

Explorez les plus beaux sentiers avec des moniteurs diplômés. Sorties perfectionnement / expert en petits groupes (max 6 pers). Location VTT possible. Du 5 juillet au 30 août, tous les jours. À partir de 79 €.

Ride iconic trails with certified instructors. Advanced/expert sessions in small groups (max 6). Bike hire available. From 5 July to 30 August, open every day. From €79.

+33 (0)6 13 76 23 41
olivia.bories@evolution2.com
evolution2.com/sainte-foytarentaise#products



Belette

2



Un circuit complet autour de la station de Sainte-Foy-Tarentaise pour s'échauffer et profiter de points de vue à couper le souffle. Chemins forestiers et sentiers alpins s'enchaînent pour une expérience ludique et sportive.

A complete circuit around the resort of Sainte-Foy-Tarentaise to warm up and enjoy breathtaking views! Forest paths and alpine trails follow one another for a fun and sporting experience.

Chouette

1



Un itinéraire accessible et incontournable pour explorer le hameau classé du Monal. Entre forêt, alpages et glacier, ce circuit offre un dépaysement total et une initiation parfaite au VTAE. Attention : bien que ce circuit soit classé niveau vert, une portion technique d'environ 100 mètres est à traverser juste après le parking de l'Echaillon. Si besoin, descendez du vélo.

An accessible and must-do route to explore the listed hamlet of Le Monal. Between forest, mountain pastures and glaciers, this route offers a complete change of scenery and a perfect introduction to mountain biking. Please note: although this trail is marked as an easy (green) route, a technical section of around 100 metres remains just after the Echaillon car park. If necessary, get off the bike.

Sanglier

5



Une excellente façon de découvrir la richesse des paysages de Sainte-Foy : hameaux de charme, village typique, station animée, forêts denses et plateaux d'altitude aux panoramas ouverts. Ce parcours offre un bel équilibre entre patrimoine montagnard et plaisir du pilotage. À noter : une descente technique en forêt clôture l'itinéraire. Ce circuit est exclusivement réservé aux pratiquants experts.

An excellent way to discover the rich landscapes of Sainte-Foy: charming hamlets, a typical village, a lively resort, dense forests, and high-altitude plateaus with expansive panoramas. This route offers a perfect balance between mountain heritage and the joy of riding. Please note: a technical descent through the forest concludes the itinerary. This circuit is strictly reserved for expert riders.

Faon

3 3 3 3



Une belle traversée des hameaux typiques du Planay-Dessous et du Planay-Dessus, qui dominent la station avec, en toile de fond, le majestueux Mont Pourri. Le parcours se poursuit ensuite dans la splendide forêt de Sainte-Foy. Quatre niveaux de difficulté permettent une sortie adaptée à tous les profils. À noter : les sections rouges et noires requièrent un bon niveau technique.

A beautiful route crossing the typical hamlets of Planay-Dessous and Planay-Dessus, which overlook the resort with the majestic Mont Pourri in the background. The trail then continues into the splendid Sainte-Foy forest. Four difficulty levels offer a ride suited to all abilities. Please note: the red and black sections require a good technical skill level.

Blaireau

4



Une boucle nature pour découvrir le pittoresque hameau du Chenal et parcourir des paysages préservés, avec une halte rafraîchissante au pied de la cascade de la Raie. Un condensé de montagne et de patrimoine à savourer à deux roues. Attention : en raison de son niveau technique, ce parcours est exclusivement réservé aux pratiquants experts.

A nature-filled loop that takes you through the picturesque hamlet of Le Chenal and across unspoilt landscapes, with a refreshing stop at the foot of the Raie waterfall. A perfect blend of mountain scenery and local heritage to enjoy on two wheels. Please note: due to its technical level, this route is strictly reserved for expert riders.



Plan interactif Interactive Map

GRINCAT



NOUVEAU : Cet été, partez à l'aventure à VTT avec **Grincat**, votre compagnon de route pour ne jamais perdre le nord ! Suivez votre itinéraire en direct et restez sur les bons sentiers grâce à cet outil pratique et intuitif.

NEW: This summer, go on an adventure with **Grincat**, your road companion to never lose your way! Follow your route live and stay on the right trails with this practical and intuitive tool that allows you to follow your route in real time.