Sites remarquables

Route en direction de Picolard depuis le chef lieu : les Chapelles

Vue sur le Mont Pourri

Descente vers La Thuile (Italie) depuis le Col du Petit Saint Bernard

Route de la Rosière vue sur le Mont Pourri et Villaroger en contrebas.

Montée au col de l'Iseran

Adresses utiles

Loueurs et réparateurs de vélos*

Arc 1600
- Danisports - Sport 2000
  Tél. 04 79 07 05 25

Bourg Saint Maurice
- Intersport
  Tél. 04 79 07 20 46
- Sport 2000 / Mondovélo
  Tél. 04 79 07 05 25

Montvalezan-La Rosière
- Arpin Sport - Sport 2000
  Tél. 04 79 06 81 21
- La Grange à Skis - Skiset
  Tél. 04 79 06 33 11

Sainte Foy Tarentaise
- Sainte-Foy Sport
  magasin Ski Set station (location VTT)
  Tél. 04 79 06 99 95

Tignes
- Evolution 2
  Tél. 04 79 06 85 92
- Happyphyll
  Tél. 06 60 18 33 34
- On Gravity
  Tél. 06 03 88 63 11
- Le Vallon Blanc
  Tél. 06 79 06 33 70
- Snowpark
  Tél. 04 79 06 55 00

Val d'Isère
- Jean Sports
  Tél. 04 79 06 04 44
- La Poudreuse - Intersport la Daille
  Tél. 04 79 06 03 10
- Sport Shop Mattis Intersport
  Tél. 04 79 06 00 72

* Liste non exhaustive

Afin de préparer dans les meilleures conditions votre ascension, n'hésitez pas à vous renseigner auprès des Offices de Tourisme ou sur le site Internet de Savoie Mont Blanc.

Savoie Mont Blanc

Offices de Tourisme

- **Bourg Saint Maurice-Les Arcs**
  105 Place de la Gare - 73 700 Bourg Saint Maurice
  Tél. 04 79 07 12 57
  www.lesarcs.com
- **Montvalezan-La Rosière**
  La Rosière - 73 700 Montvalezan
  Tél. 04 79 06 80 51
  www.larosiere.net
- **Sainte Foy Tarentaise**
  Station - 73 640 Sainte Foy Tarentaise
  Tél. 04 79 06 95 19
  www.saintefoy.net
- **Séez**
  25 Rue Célestin Freppaz - 73 700 Séez
  Tél. 04 79 41 00 15
  www.otseez.com
- **Tignes**
  Maison de Tignes le Lac
  BP 51 - 73 320 Tignes
  Tél. 04 79 40 04 40
  www.tignes.net
- **Val d'Isère**
  BP 228 - 73 155 Val d'Isère
  Tél. 04 79 06 06 60
  www.valdisere.com
- **Villaroger**
  Chef lieu - 73640 Villaroger
  Tél. 04 79 06 96 73
  www.villaroger.fr

Centrales de réservation

- **Bourg Saint Maurice-Les Arcs**
  BP 58 - Arc 1800
  73 700 Bourg Saint Maurice
  Tél. 04 79 07 68 00
  reservation@lesarcs.com
- **Montvalezan-La Rosière**
  La Rosière - 73 700 Montvalezan
  Tél. 04 79 06 83 92
  reservation@larosiere.net
- **Sainte Foy Tarentaise**
  Station - 73 640 Sainte Foy Tarentaise
  Tél. 04 79 06 95 19
  resa@saintefoy.net
- **Tignes**
  Tignes Réservation - Maison de Tignes le Lac
  BP 51 - 73 320 Tignes
  Tél. 04 79 40 03 03
  reservation@tignes.net
- **Val d'Isère**
  BP 228 - 73 155 Val d'Isère
  Tél. 04 79 06 06 60
  resa@valdisere.com

www.thuria.com - **Maison de l'Intercommunalité de Haute Tarentaise / tél. 04 79 41 01 63** - Crédit photos : P. Royer - A. Baderspach - T. Shu - Lacour - J. Merel - Lobanov / Fotolia - Anne Royer - Thierry Lacour Föger / Fotolia - OT Bourg Saint Maurice - OT Montvalezan-La Rosière - OT Sainte Foy Tarentaise - OT Séez - OT Tignes - OT Val d'Isère - Mairie des Chapelles - Mairie de Villaroger - D9013 - **année 2010** - Ne pas jeter sur la voie publique.

FAITES UN TOUR DU CÔTÉ DE L'ÉTÉ

Les Best Of du Vélo en Haute Tarentaise

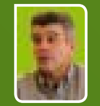
ÉDITO

Bienvenue en Haute Tarentaise !

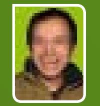
Traversée par la route des Grandes Alpes, la Haute Tarentaise recouvre de nombreuses richesses naturelles pour les cyclistes : des cols mythiques et des panoramas magnifiques.

Les communes du canton : les Chapelles, Bourg Saint Maurice, Séez, Montvalezan-La Rosière, Sainte Foy Tarentaise, Villaroger, Tignes et Val d'Isère ont installé un système de chronométrage innovant pour effectuer l'ascension aux cols et stations de la vallée. Cette année, les Offices de Tourisme vous proposent des itinéraires familiaux pour découvrir plus facilement la montagne à vélo.

Bonne balade !



Daniel PAYOT,
Président
de la Maison de l'Intercommunalité
de Haute Tarentaise



Gérard MATTIS,
Vice-président
de la Maison de l'Intercommunalité
de Haute Tarentaise

TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURANCE - TESTEZ VOTRE ENDURA

FAITES UN TOUR DU CÔTÉ DE L'ÉTÉ

Chronomètrez-vous en ligne

Testez votre endurance à vélo sur les montées aux cols et stations de la Haute Tarentaise avec le système de chronométrage Timtoo®. Les temps seront mis en ligne sur le site Internet Savoie Mont Blanc: www.savoie-mont-blanc.com/chrono. Le système de chronométrage Timtoo® vous permet de vous mesurer en ligne à d'autres cyclistes sur les mêmes montées et de figurer sur le classement général.

Comment ça marche ?

Le système de chronométrage fonctionne avec une puce qu'il faut activer (légère pression) en passant devant une borne de départ. À l'arrivée du col ou de la station, votre temps est enregistré et mis en ligne sur le site Internet Savoie Mont Blanc. Si vous passez devant une borne intermédiaire, vous pouvez continuer votre ascension vers Tignes, Val d'Isère ou le Col de l'Iseran ; le système enclenche un deuxième chrono.

Où louer votre puce ?

Dans certains Offices de Tourisme de Haute Tarentaise : Bourg Saint Maurice-Les Arcs, Séez, Montvalezan-La Rosière, Sainte Foy Tarentaise, Tignes et Val d'Isère. Vous devez rendre la puce louée dans l'Office de Tourisme de départ.

Les tarifs

- Tarif de location à la journée : **3 € la puce**, une caution vous sera demandée.
- Tarif de vente : **26,50 € la puce**.

Les Parcours

Bourg Saint Maurice / le Cormet de Roselend
20 km, dénivelé : 1150 m

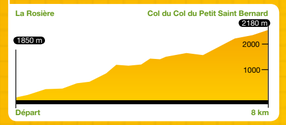
Bourg Saint Maurice / Sainte Foy Tarentaise
12 km, dénivelé : 250 m

Bourg Saint Maurice / les Arcs 1800
16 km, dénivelé : 900 m

Bourg Saint Maurice / Col de l'Iseran
48 km, dénivelé : 2076 m

Bourg Saint Maurice / La Rosière
22 km, dénivelé : 1030 m

La Rosière / Col du Petit Saint Bernard
8 km, dénivelé : 340 m



Bourg Saint Maurice / Col du Petit St Bernard
31 km, dénivelé : 1370 m

Sainte Foy Tarentaise / Val d'Isère
20 km, dénivelé : 890 m

Schémas non représentatifs des montées

Sainte Foy Tarentaise / Col de l'Iseran
36 km, dénivelé : 1800 m

Tignes / Val d'Isère
13 km, dénivelé : 165 m

Sainte Foy Tarentaise / Tignes
18 km, dénivelé : 1050 m

Tignes / Col de l'Iseran
29 km, dénivelé : 1000 m

Val d'Isère / Col de l'Iseran
16 km, dénivelé : 910 m

Implantations des bornes:

Bourg St Maurice : départ devant le parking de la gare SNCF.
Les Arcs 1800 : arrivée sur le parking de la Croisette.
Cormet de Roselend : arrivée 300 m après le Col.
Sainte Foy Tarentaise : départ parking de la Poste.
Col du Petit St Bernard : arrivée au parking du Relais Information Services, de l'hospice du Petit Saint Bernard.
Val d'Isère : départ et arrivée au rond point de l'Office de Tourisme.
Tignes : départ et arrivée au rond point à l'entrée.
Col du Petit Saint Bernard : arrivée au parking du Relais Information Services de l'Hospice du Petit Saint Bernard.
Col de l'Iseran : arrivée auprès de l'abris d'information en bois.
La Rosière : arrivée à proximité de l'Office de Tourisme, au centre de la station.

Des Parcours Familiaux

La Thuile de Sainte Foy Tarentaise > Sainte Foy Station
Environ 4 kms – 450 mètres de dénivelé

Après la commune de Sainte Foy Tarentaise, au lieu dit la Thuile sur la RN 90 vers Val d'Isère, prendre en direction de la Station de Sainte Foy Tarentaise. Cette ascension de 4 kms en lacets surplombe la vallée de la Haute Tarentaise avec en contrebas le village de Viclaire.

A l'arrivée, vous découvrez une magnifique vue sur le Mont Pourri (versant en face) ainsi que la station de Sainte Foy Tarentaise avec ses chalets montagnards.

Séez > Villaroger
Environ 7 kms – 245 mètres de dénivelé

À la sortie de Séez, suivre la direction Val d'Isère pendant environ 1,7 km puis, prendre sur la droite la D 84 B au niveau de l'Auberge de Jeunesse.

Continuer l'ascension vers Villaroger pendant environ 4,8 kms sur une montée régulière et ombragée.

La piste cyclable entre Bourg Saint Maurice et Aime
15 kms – quasiment plat

La piste cyclable commence au niveau de la base nautique de canoë-kayak (route d'Hauteville-Gondon) à Bourg Saint Maurice. Cette piste est réservée aux cyclistes, rollers et piétons le long de l'Isère.

ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ VOTRE ENDURANCE – TESTEZ