CHAMONIX-MONT-BLANC

ITINÉRAIRES VTT 2014

SERVOZ - LES HOUCHES - CHAMONIX-MONT-BLANC - VALLORCINE

LÉGENDE DES PLANS

- Pistes forestières et de ski
- Limites des Réserves Naturelles
- Chemin de liaison
- Route goudronnée
- Voie ferrée
- Cours d'eau
- Refuge et gîte d'étape gardé
- Refuge et gîte d'étape non gardé
- Transcommunautaire (niveau expert)
- Passage sur route
- Itinéraire descendant
- Sentier piéton

CROSS COUNTRY		DESCENTE
	FACILE	
	NIVEAU MOYEN	
	DIFFICILE	
	EXPERT	

CODE SIGNALÉTIQUE DES PISTES DE DESCENTE

Balises de sécurité
Ces balises se trouvent tout le long de la piste et sont numérotées dans l'ordre décroissant (de l'amont vers l'aval). La couleur de fond correspond au niveau de difficulté de la piste. Sur les contours, vous trouverez un numéro d'informations et de secours.

Balises de danger
Ces balises indiquent un danger particulier qui requiert votre vigilance. Le pictogramme et le pannonceau vous indiquent la nature du danger. Dans tous les cas, ralentissez et soyez attentif. Sur les contours, vous trouverez un numéro d'informations et de secours.

Balises d'interdiction
Ces balises indiquent une interdiction particulière. Le pictogramme vous en précise la nature. Il est important de les respecter pour que l'espace VTT perdure. Sur les contours, vous trouverez un numéro d'informations et de secours.

URGENCES

NUMÉRO INTERNATIONAL DE SECOURS	**112**
Pompiers	18
Police	17
SAMU	15
Secours en montagne - PGHM	+33 (0)4 50 53 16 89

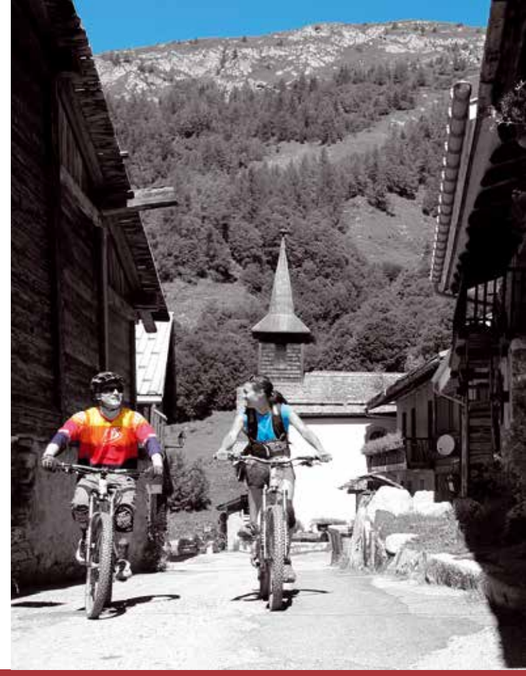
UTILES

Offices de Tourisme

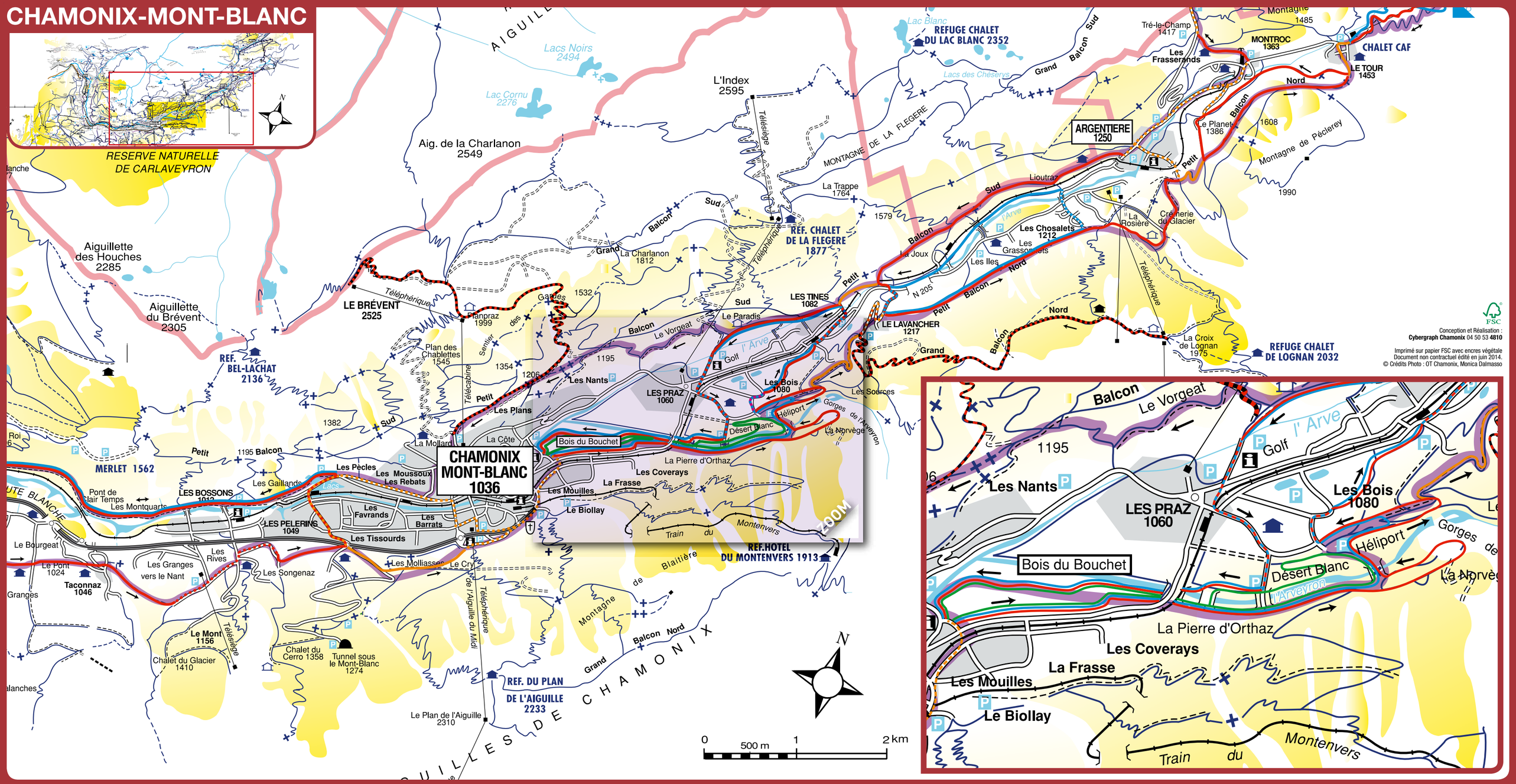
- Chamonix-Mont-Blanc	+33 (0)4 50 53 00 24
- Argentière	+33 (0)4 50 54 02 14
- Les Houches	+33 (0)4 50 55 50 62
- Servoz	+33 (0)4 50 47 21 68
- Vallorcine	+33 (0)4 50 54 60 71
Office de Haute Montagne (OHM) - Pôle Montagne Risk	+33 (0)4 50 53 22 08
Météo-France, prévisions Hte-Savoie	+33 (0)8 99 71 02 74
Club Alpin Français (CAF)	+33 (0)4 50 53 16 03
Remontées Vallée (Cie du Mt-Blanc)	+33 (0)4 50 53 22 75
Remontées Les Houches (Bellevue-Prarion)	+33 (0)4 50 54 42 65
SNCF - informations et réservations	36 35
Chamonix Bus	+33 (0)4 50 53 05 55
Taxis (borne de la gare de Chamonix)	+33 (0)4 50 53 13 94
Police Municipale	+33 (0)4 50 53 75 02

CODE DE BONNE CONDUITE VTT

- **RESPECTEZ LE CODE DE LA ROUTE** et les piétons. Respectez le sens de circulation des circuits pour votre sécurité.
- **EMPRUNTEZ LES CHEMINS BALISÉS** pour votre sécurité et le respect des propriétés privées.
- **PORTEZ UN CASQUE.**
- **PRUDENCE ET COURTOISIE** lors de dépassements ou de croisements de randonneurs.
- Equipez votre VTT d'un **AVERTISSEUR SONORE.** Signalez-vous à l'approche des piétons.
- **ROULEZ AVEC DU MATÉRIEL ADAPTÉ.** Contrôlez son état et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation.
- **RESTEZ MAÎTRE DE VOTRE VITESSE.** Ne surestimez pas vos capacités.
- **RESPECTEZ LA NATURE** (faune, flore...), l'environnement (panneaux de signalisation, propriétés privées...) et gardez vos détritus pour une montagne propre. Refermez les barrières. **SOYEZ DISCRET.**
- **NE PRENEZ PAS LES RACCOURCIS,** qui, en se creusant, canalisent les eaux de pluie et détériorent les sentiers.
- Le temps en montagne change vite, **PRÉVOYEZ DES VÊTEMENTS CHAUDS.**
- Si vous partez seul, **LAISSEZ VOTRE ITINÉRAIRE À QUELQU'UN.**
- **SOYEZ BIEN ASSURÉ.**

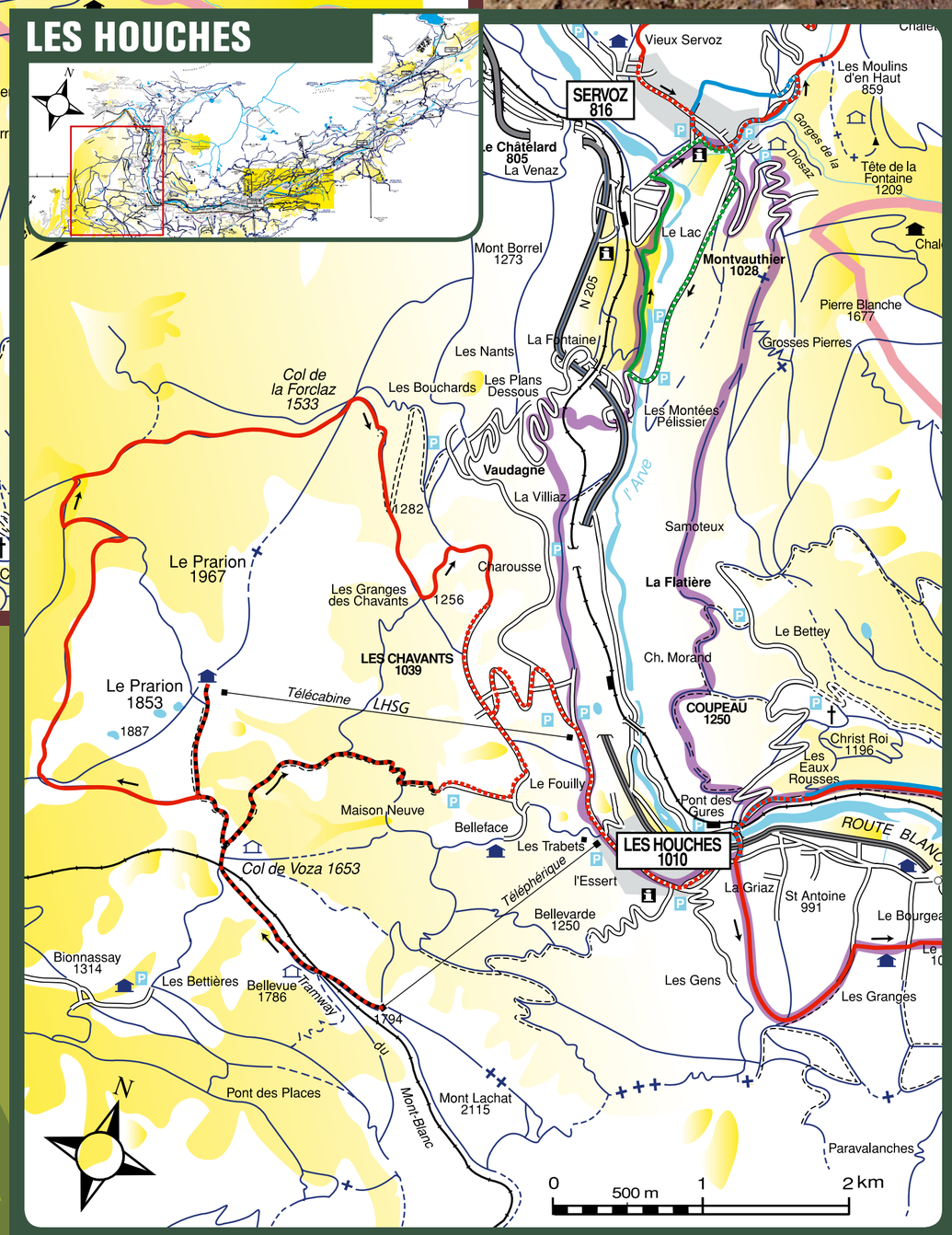


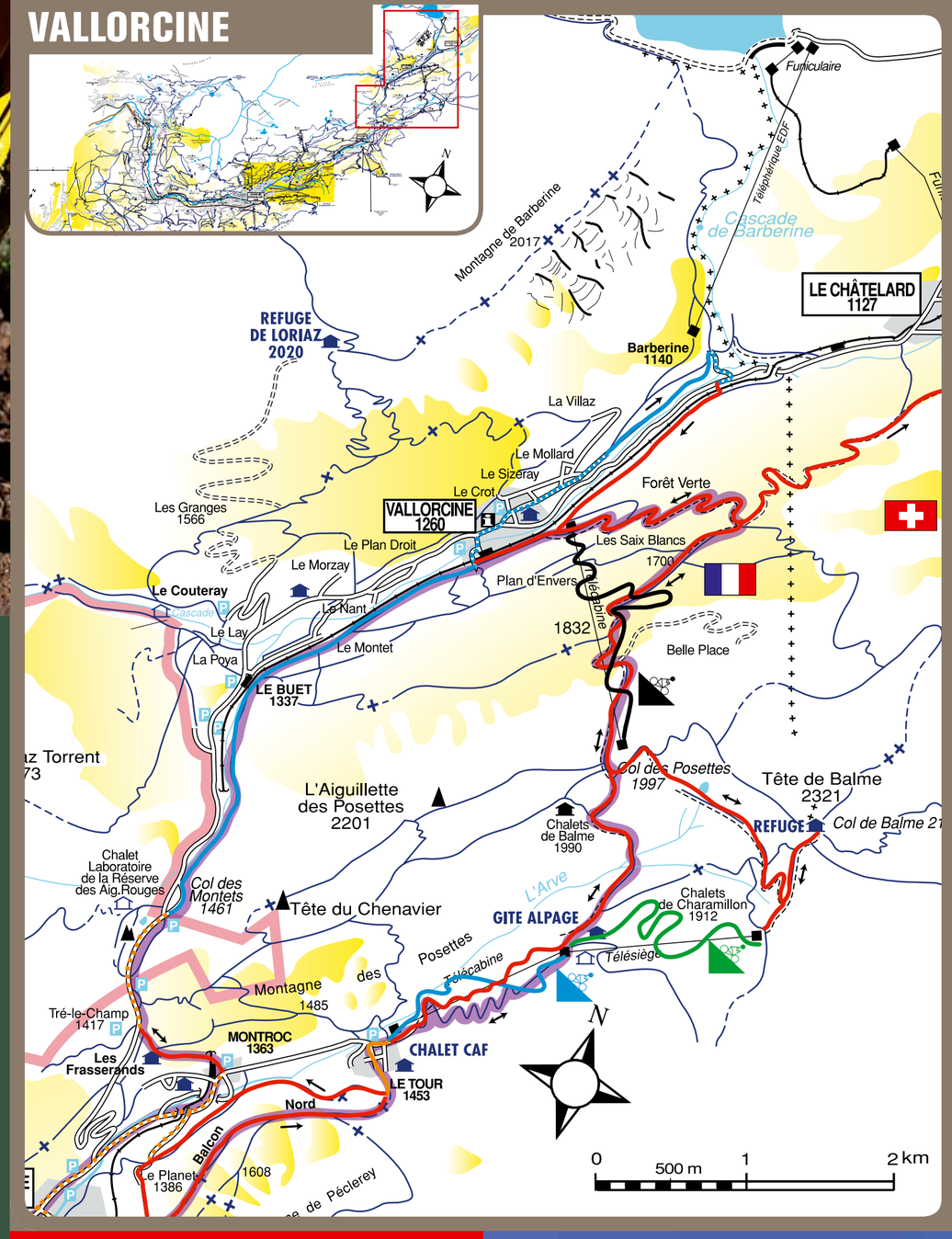
CHAMONIX-MONT-BLANC



Conception et Réalisation :
Cybergraph Chamonix 04 50 53 **4810**

Imprimé sur papier FSC avec encres végétale
Document non contractuel édité en juin 2014.
© Crédits Photo : OT Chamonix, Monica Dalmasso





DU VTT POUR TOUS DANS LA VALLÉE DE CHAMONIX

Avec ses sites d'exception et ses panoramas uniques, la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc propose de nombreux itinéraires VTT. Selon votre niveau, vous trouverez dans ce plan les itinéraires de randonnée ou de descente qui vous conviendront le mieux.

Une vingtaine de circuits balisés pour tous niveaux permettent de traverser les hameaux et villages de Servoz, Les Houches, Chamonix-Mont-Blanc et Vallorcine.

La Vallée de Chamonix-Mont-Blanc est fragile, aidez-nous à préserver cet environnement exceptionnel, grâce notamment aux transports en commun en libre circulation*. L'été, deux lignes de bus sont équipées pour transporter les vélos de toute la famille. Et pour que la montagne demeure un espace de liberté, respectez la faune et la flore. Sur les chemins, pensez à laisser la priorité aux marcheurs.

Bonnes balades !

* Sous réserve d'être porteur de la carte d'hôte, demandez-la à votre hébergeur.

En juin et septembre, accès interdit aux vélos dans les bus SNCF entre Argentière et Le Châtelard-Frontière (accès autorisé uniquement aux vélos transportés dans une housse).

Entre Saint-Gervais Le Fayet et Argentière : accès limité à 5 vélos par train (sous réserve de places disponibles).

LE SECOURS

SIGNES DE DEMANDE DE SECOURS :

BESOIN DE SECOURS : OUI-YES-YA-SI

- Levez les 2 bras pour former un Y avec le corps.
- Fusée rouge

PAS BESOIN DE SECOURS : NON-NO-NEIN-NADA

Les 2 bras forment une diagonale avec le corps.

- Recueil d'alerte 24H/24 au PGHM : +33 0(4) 50 53 16 89
- Alerte possible dans tous les refuges gardés ou possédant une balise-radio ainsi que dans les remontées mécaniques
- En cas d'accident :
  - Porter secours, puis alerter (indiquer le lieu précis de l'accident et les types de blessures de la victime).
  - Lors de l'arrivée de l'hélicoptère, faire les signes de demande de secours. Ranger tout ce qui peut s'envoler (casquette, sac, vêtements...).
  - De nuit ou en forêt : crier, siffler, faire des signaux lumineux.
  - Dans tous les cas, rester calme et donner une alerte précise qui conditionnera un secours efficace et rapide.

Numéro International de Secours : 112