UN TERRAIN DE JEU **NOUS INTÉRESSE**

POUR TOUS AVEC 230 KM DE PISTES!

A TRAIL FOR EVERYONE MADE OF 230 KM OF SLOPES!



ITINÉRAIRE FTTe (FAUTEUIL TOUT TERRAIN ÉLECTRIQUE)

ITINÉRAIRE FTT

Le parcours Val Pesto dans son intégralité est adapté aux Fauteuils Tout Terrain électriques. Ce parcours est classé en difficulté « 2 » par la FFH. Quelques petits passages étroits. Suivre les balises « FTT » en

est classé en difficulté « 2 » par la Fédération

Française Handisport. Suivre les balises « FTT » sous

Jumper, this trail was rated "difficulty level 2"

by the Fédération Française Handisport (French

Federation for Disability Sport). Follow the "FTT"

signs underneath the relevant MTB trail signs.

les panneaux des pistes VTT concernées.

ALL-TERRAIN WHEELCHAIR TRAIL

Pour améliorer l'expérience client, nous souhaiterions

avoir votre avis sur nos parcours Bike Park. Tentez

de gagner 5 forfaits journée Bike Park tirés au sort

ALL-TERRAIN ELECTRIC WHEELCHAIR TRAIL The whole Val Pesto trail is suitable for all-terrain

This trail is rated "difficulty level 2" by the French federation for disability sport. It features some narrow sections. Follow the "FFT" signs along the "Val Pesto" trail.

LA NOUVELLE BOUCLE « VAL PESTO »

d'Isère et ces 3 hameaux de la Daille, du Fornet et du Manchet. Très facile, il déroule ses 18km pour VTT comme pour VTTAE sur des portions de chemins, sentiers, routes goudronnées, c'est un parcours en boucle, avec 3 « entrées » Daille, devant le Téléphérique Olympique, Fornet). vous trouverez sur le site « First Ride », tout ce qu'il faut Puis suivre le sens des flèches pour boucler la boucle ! pour s'imprégner de la Culture VTT et ce que nous vous À noter : Plusieurs points d'intérêts sous forme de balises proposons à Val d'Isère. C'est là que tout doit commencer ! informatives ont été ajoutées tout le long du parcours : Culture, environnement, vie locale sont au programme.

DE NOMBREUSES NOUVEAUTÉS SUR NOS PISTES EXISTANTES!

◆ Flowy Jumper > Ancienne Val Bleue, cette piste mythique a encore fait l'objet d'amélioration, de nouvelles sections

Fée Magique > Une nouvelle signalétique façon « Col Routier » vous indique votre progression le long de la montée. ◆ Popeye ◆ Blue Lagoon ◆ Fast Wood ◆ Bellev'hard > Elles sont constamment améliorées (notamment à l'automne 2023) : Comme le bon vin, nos pistes se bonifient avec le • Le partage de l'espace en montagne : la liberté de rouler, mais

e sens de son nom... la vue est incroyable !

→ Rogo Mongo > Avec 4km supplémentaires de plaisir, ce • La présentation de notre partenaire COMMENCAL parcours eBike s'étend maintenant au-delà du Fornet, usqu'au Pont Saint Charles.

CRÉÉ EN 2023, L'ESPACE « FIRST RIDE » Val Pesto est un itinéraire familial fabuleux reliant Val S'AGRANDIT ET S'ÉMANCIPE ENCORE:

First Ride devient l'endroit de découverte par excellence ! Mêlant à la fois des parcours pour apprendre à rouler en VTT et VTTAE à des ateliers thématiques et informatifs, Située au pied de la face de Bellevarde, devant le Centre Aquasportif, cette nouvelle zone « First Ride » offre plusieurs ateliers thématiques accessibles à pied, rassemblés le long

• La classification des parcours VTT/VTTAE de Val d'Isère, et le type de vélo adapté pour les rouler

• Les protections corporelles à avoir pour chaque pratique (DH, VTTAE, Enduro...)

· Les positions à adopter sur son VTT pour plus de confort et

· L'histoire du vélo à travers les compétitions à Val d'Isère • Les grands RDV « VTT » de la scène internationale

le respect des autres pratiques sur les sentiers

◆ Lucky Lac > Les pilotes confirmés en eBike comprendront • Des informations sur la conception et la construction de nos parcours VTT à Val d'Isère

· Un mini parcours draisienne a été créé pour que les toutpetits s'amusent!

◆ D'autres pôles essentiels à proximité direct : vente de forfaits, chalet d'initiation avec moniteur COMMENCAL, zone de lavage vélo...

♦ Des espaces de pratiques pour apprendre et

Une boucle à plat, composée de petits modules en bois très faciles à franchir, c'est le parcours parfait pour les débutants

 Une mini section de notre piste de descente « Popeye » : en recréant une courte section sur 250m de cette piste, nous vous offrons la possibilité de découvrir cette piste, vos premiers virages relevés ! Si vous êtes à l'aise sur cette mini Popeye, alors la vraie ne sera pas plus difficile techniquement, juste plus longue avec ses 15km.

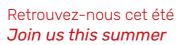
• Une mini section de notre piste de descente bleue « Flowy Jumper » : en recréant une courte section sur 250m de la piste emblématique de Bellevarde, vous pourrez goûter à son flow, et apprécier le niveau technique nécessaire.

• Une petite montée VTTAE de niveau vert : monter avec un VTTAE ça s'apprend et c'est encore plus facile lorsque le parcours grimpe en pente toute douce ! Ce parcours débouche sur la mini Poneve, de quoi décou boucle facile pour apprendre et recommencer..

• Une petite montée VTTAE de niveau bleu : après le niveau vert pour les débutants, vient le niveau bleu pour les initiés!

L'INCONTOURNABLE

e Bellevarde ! Un long chemin d'1,50m de large, agréable et accessible, parfait pour débuter la descente VTT. es parcours VTTAE. C'est une descente en pente douce our tous les types de pratiquants : débutants, famille, TT, VTTAE. Tout le monde y trouve son compte !



Informations: valdisere.cc/valpass

QUESTIONS/RÉPONSES

LE DOMAINE VTT. LE BIKE PARK

« Le Bike Park, ça me fait peur, je ne veux pas faire des grosses bosses et me mettre en danger »:

Souvent, certains font l'analogie entre l'espace « Snowpark » et le nom « Bike Park » : un snowpark est un espace clos au sein d'un domaine skiable, réservé à l'évolution de skieurs et snowboarders sur des grosses bosses en neige. Mais le Bike Park, ça n'est pas ça : c'est le domaine VTT, le domaine cyclable, l'ensemble des parcours, toutes pratiques confondues (VTTAE, descente, enduro, rando...) et tous niveaux confondus (vert/bleu/rouge/noir). Alors n'ayez pas peur des mots!

« Pas besoin de plan des pistes VTT, je connais les pistes de ski par cœur » :

« Les 2 domaines hiver et été n'ont rien à voir : seule la signalétique VTT vous guidera sur les bonnes pistes de VTT. Par exemple, notre piste de DH noire « Bellev'hard » est implantée sur la piste de ski bleue « Diebold » !

« Si je trouve une piste de VTT trop difficile pour moi, je descends par une piste 4x4 ou une piste de ski » :

Surtout pas! Les pistes de ski sont beaucoup plus raides et comportent des obstacles invisibles (rigoles, rochers). Pour les pistes 4x4, c'est pareil : elles sont ouvertes à la circulation d'engins d'exploitation (4x4, camions de chantier) et peuvent paraître faciles à tel endroit, et devenir très raides, rocheuses, boueuses ou poussiéreuses un peu plus loin...

Pour toutes ces raisons, nous vous recommandons de rester uniquement sur les pistes VTT balisées du Bike Park, qui sont les seuls itinéraires conçus pour votre pratique, sécurisés, entretenus et patrouillés par l'équipe des Bike Patrols.

E-BIKE:

« Je ne sais pas combien de temps ma batterie va tenir pendant ma sortie VTTAE » :

En moyenne, les batteries ont une capacité de stockage d'énergie entre 500 et 750Wh. Pour un adulte d'un poids compris entre 75kg et 85kg, vous allez pouvoir grimper par la Fée Magique ou Into The Wild, avec une batterie chargée à 100% au départ tant que vous n'utilisez pas le mode « Turbo » tout le long du parcours. Par contre pour aller et revenir de Tignes sans utiliser aucune remontée mécanique, il va falloir utiliser des modes d'assistance plus économiques, appuyer plus fort sur les pédales, ou prévoir de partir avec un chargeur pour faire une petite pause au milieu de la balade...

On peut se faire plaisir avec toutes sortes de VTT/VTTAE sur les pistes du Bike Park de Val d'Isère, tant que le matériel est en très bon état de fonctionnement et prévu pour une utilisation « Montagne ».

ET MOI, LE PRATIQUANT:

« Je ne sais pas si le bike park est fait pour moi ? » : le bike park s'adresse à tout le monde dès lors qu'on a une petite condition physique et qu'on s'oriente vers un parcours adapté à son niveau de compétence.

« Est-ce que je suis un pur débutant au vélo ? Un débutant au VTT de descente ou au VTTAE mais qui sait déià faire du vélo ? » : dans ces 2 cas, privilégier les parcours verts et les conseils d'un moniteur.

« J'ai déjà une petite expérience en VTT, j'en ai déjà fait un peu en montagne et en pente » : vous êtes peut-être de niveau « initié », donc les pistes bleues seraient faites pour vous. Mais en cas de doute, commencer par le niveau **vert** vous permettra de découvrir ce que Val d'Isère propose en matière de parcours VTT « les plus faciles » pour

« Je veux essayer, mais je ne sais pas si je vais y arriver » : pas d'inquiétude ! Nous offrons toute une gamme de parcours classés par niveau de difficulté. Nous vous conseillons de commencer par les parcours **verts** les plus faciles (**Val Pesto**, ou l'espace « First Ride » par exemple).

« Combien de temps pour faire la Popeye en famille ? » : on grimpe au sommet de Bellevarde par le téléphérique de l'Olympique en moins de 10min, et ensuite on estime qu'une famille mettra en moyenne 1h30 pour descendre tranquillement les 15km en pente douce de la **Popeye**, tout dépend de la durée des pauses sur les 3 aires de pique-nique le long du parcours!

« Combien de temps pour aller découvrir les pistes du côté de Tignes et quel est le niveau nécessaire ? » : pour y aller, suivez les pistes de DH bleues ou la montée Fée Magique VTTAE bleue elle aussi. Il faut compter environ 1h pour rejoindre Tignes depuis le centre de Val d'Isère et autant pour revenir sur Val. Sans tenir compte du temps passé à

Ne vous surestimez pas, choisissez des pistes inférieures à votre niveau pour appréhender le domaine et la difficulté des pistes de notre Bike Park. En groupe, choisissez le niveau du plus faible ou du moins expérimenté, c'est l'assurance que chacun passe un moment agréable. Il sera toujours possible de faire une nouvelle descente plus

Pour savoir si votre VTT de tous les jours est adapté aux pistes de Val d'Isère, renseignez-vous auprès de votre revendeur et vous pourrez toujours louer un VTT/VTTAE moderne et de qualité en arrivant sur la station, ou prendre

Attention au risque d'orage ou d'intempéries qui pourraient vous piéger et vous bloquer dans l'autre station, sans qu'il soit possible de rentrer dans votre station d'origine! Le mieux c'est d'observer les prévisions météo et de poser la question au personnel des remontées mécaniques.

	Philosophie	Niveau	Noms des parcours
DIFFICULTÉ FLOW	FLOW TRAILS Pistes essentiellement réalisées à la machine, avec bande de roulement large et lisse	Double Noir / Noir	Bellev'hard
		Rouge	Fast Wood Wild Isère
		Bleu	Flowy Jumper, Blue Lagoon, Flower Power, Fée Magique, Wood-e-Wood, Borsalino
		Vert	Popeye, Val Pesto
DIFFICULTÉ TECH	TECH TRAILS Pistes essentiellement réalisées à la main, avec bande de roulement étroite et naturelle	Vert	-
		Bleu	Sheepy Steppe
		Rouge	Tabasco, Daï Daï, Rogo Mongo, Into The Wild, Lucky Lac
		Noir / Double Noir	Rock'n Ride, Very Bike Trip, Freezy, Petit Alaska

PÉDALEZ ET SAVOUREZ

RIDE AND RELISH!

Ce sont les maîtres mots de notre randonnée gourmande en vélo. En famille ou entre amis, pédalez à votre rythme sur notre parcours « Val Pesto » tout en faisant halte aux différentes étapes gourmandes!

Embark on a gourmet bike ride « Val Pesto » around Val d'Isère, stopping off to sample some delicious local produce as you explore the mountain trails



OCUS SUR LA MONTÉE VTTAE







For your own safety, please comply with all safety signs:



 VTT INTERDIT DANS LE PARC NATIONAL DE LA VANOISE sous peine d'amende. PRIORITÉ AUX PIÉTONS ! Sur les parcours Endur

ATTENTION AUX TROUPEAUX, roulez au pas

AN SUITABLE MOUNTAIN BIKE IS ESSENTIAL.

· HELMETS ARE COMPULSORY and protective

 equipment is very strongly recommended. MOUNTAIN BIKING IS NOT PERMITTED IN THE VANOISE

NATIONAL PARK and is punishable by fine PEDESTRIANS HAVE PRIORITY! On the Enduro and

eBike tracks. • BEWARE OF LIVESTOCK, please ride slowly.

SECOURS / EMERGENCY

112

gratuit / free









