



04 79 31 61 40  
Notre l'équipe de télécabine  
04 79 31 61 08  
www.les-saisies.com  
04 79 38 90 90  
LES SAISIES  
www.espacediamant.com  
www.prazsurarly.com  
www.vald'arly-mont-blanc.com  
04 50 21 90 57  
PRAZ SUR ARLY  
VAL D'ARLY MONT-BLANC

**CONTACTS - OFFICES DE TOURISME**

L'Espèce Diamant vous permet de découvrir le domaine des montagnes et jadis, différents sites, stations et villages. Une rétrospective montre les stations de remontées mécaniques. Un système de navettes offre des services via les remontées mécaniques. 11 itinéraires de randonnée sont accessibles à partir de descentes permanentes aménagées et 11 itinéraires de descentes aménagées. 12 circuits variés et mouvementés de terrain évolutif, accessibles à tous. 12 circuits zéro, circuits à bike park et 4 zones ludiques, un mini bordier d'inflation avec des accessoires adaptés à tous.  
L'Espèce Diamant, c'est plus de 375 km d'itinéraires balisés FFC avec un système de navigation et un système de balisage.



**CARTE DES ITINÉRAIRES VTT**



CARTE À L'ECHELLE 1 : 30 000 www.espacediamant.com



**SÉCURITÉ ET RÈGLES DE BONNE CONDUITE**

**La charte du Vététiste**  
• Respectez la nature et les propriétés privées  
• Roulez impérativement sur les sentiers balisés et ouverts au public  
• Respectez le travail des alpagas, n'éfrayez pas le bétail et ne coupez pas les fils des parcs  
• Attention aux piétons et cavaliers, ralentissez, avertissez et cédez le passage en vous croisant  
• Utilisez les poubelles, des conteneurs sont à votre disposition dans les villages.  
• Prévenez un proche de votre itinéraire et ne partez jamais seul(e)  
• Emportez avec vous un nécessaire de réparation, une trousse de première urgence et une carte détaillée du parcours  
• Pensez à vous hydrater souvent, et à vous protéger du soleil  
• Portez toujours un casque  
• Tout itinéraire est emprunté sous la responsabilité du vététiste, à ses risques et périls, les itinéraires n'étant pas surveillés.

**Secours**  
Sur les itinéraires de descente, si accident, pensez à signaler le numéro de balise à proximité. Numéros d'urgence : 112 ou 18

**La Réserve Naturelle Régionale "Tourières des Saisies-Beaufortain-Val d'Arly"**  
La tourbière des Saisies est un site naturel exceptionnel : s'étendant sur 290ha entre 1550 et 1718m d'altitude, c'est la plus grande tourbière du massif alpin. Elle abrite des milieux rares et de nombreuses espèces protégées de flore et de faune. Elle bénéficie depuis le 11 juillet 2013 d'un classement en réserve naturelle régionale, qui complète son statut de zone naturelle d'intérêt européen (Natura 2000). Le milieu est particulièrement sensible au dérangement et à la sur-fréquentation. Une perturbation imprévisible peut mettre en péril sa faune et sa flore. Pour cette raison, le VTT n'est pas autorisé. Merci de balisage et de la qualité des sentiers. Tarifs et horaires d'ouverture de remontées mécaniques disponibles dans les offices de tourisme.

**Règlement**  
Règlement et clauses de transport des remontées mécaniques sont affichés au départ de chaque remontée mécanique et sont propres à chaque remontée mécanique. Il appartient au détenteur d'un titre de prendre connaissance de ces clauses et de s'y soumettre. Les communes, les sociétés de remontées mécaniques ainsi que les offices du tourisme ne peuvent être tenues pour responsables de l'absence de balisage et de la qualité des sentiers. Tarifs et horaires d'ouverture de remontées mécaniques disponibles dans les offices de tourisme.

**LE VAL D'ARLY - RIVE GAUCHE**

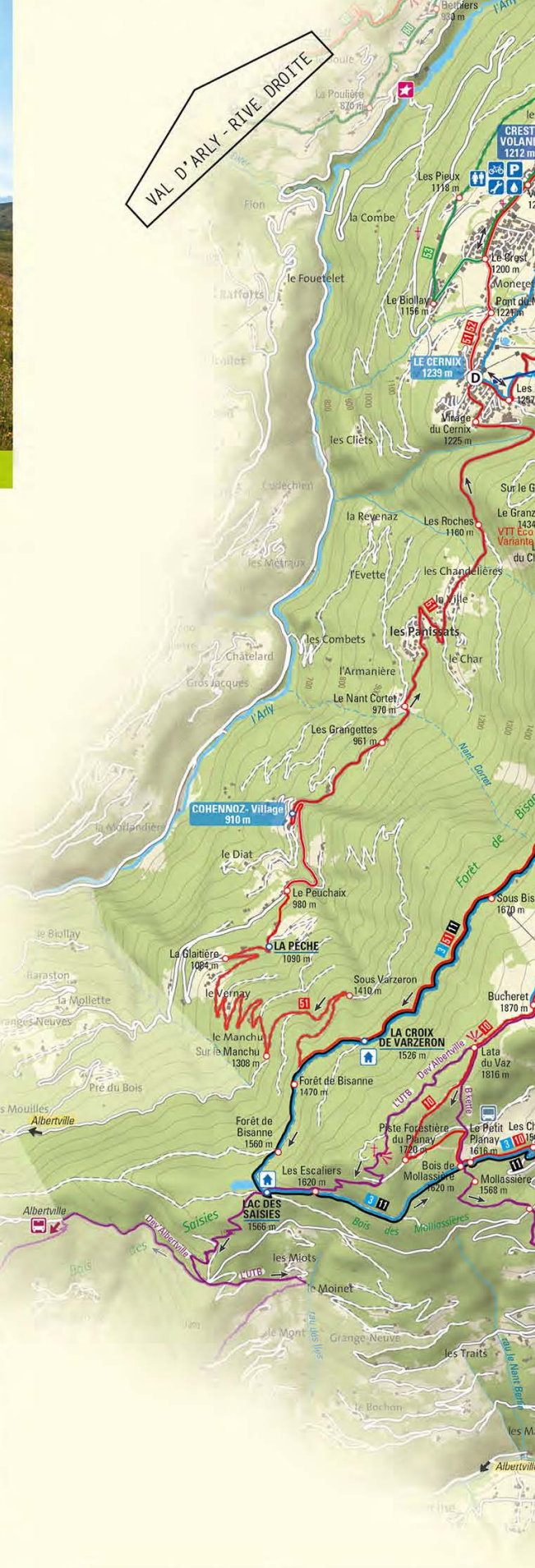
NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NOU. DIST.	DURÉE	DÉNIV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	POINT ARRIVÉE
<b>CIRCUITS</b>							
Cohennoz	51	24km	3h00	800 m	800 m	Crest-Voland	Crest-Voland
La Croix de Varoché	52	10,1 km	1h15	350 m	350 m	Crest-Voland	Crest-Voland
Les Piaux	53	4,5 km	1h10	110 m	110 m	Crest-Voland	Crest-Voland
La Mont de Vioris	54	17,4 km	2h15	750 m	750 m	Le Planay	Le Planay
La Roc des Evettes	55	8 km	1h00	350 m	350 m	Le Planay	Le Planay
Plan Désert	56	7,2 km	0h45	250 m	250 m	Le Planay	Le Planay
Ban Rouge	57	13,8 km	3h00	900 m	900 m	Le Planay	Le Planay
Tour du Lachat	63	4,3 km	0h30	190 m	190 m	TSD de la Lagère	TSD de la Lagère
Le Mont Rond	64	6,6 km	0h45	46 m	46 m	TSD Mont Rond	TSD Mont Rond

ITINÉRAIRES DESCENDANTS - ENDURO	N°	DURÉE	DÉNIV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	POINT ARRIVÉE
Plan Désert	59	5,9 km	0h35	120 m	538 m	TSD Mont Rond
VTT Eco	60	7,0 km	0h30	80 m	350 m	TSD de la Lagère
La Croix de Varoché	61	6,5 km	0h10	80 m	80 m	TSD de la Lagère
La Tour du Lachat	62	3,0 km	0h20	70 m	50 m	TS Les Evettes
Les Saigniers	65	5,8 km	0h30	70 m	50 m	TSD de la Lagère
VTT Eco Variante	66	1 km	0h10	0 m	100 m	TSD de la Lagère
Les Auges	67	4,7 km	0h15	25 m	391 m	TSD de la Lagère
Les Chardons	68	2,5 km	0h10	0 m	361 m	TSD de la Lagère

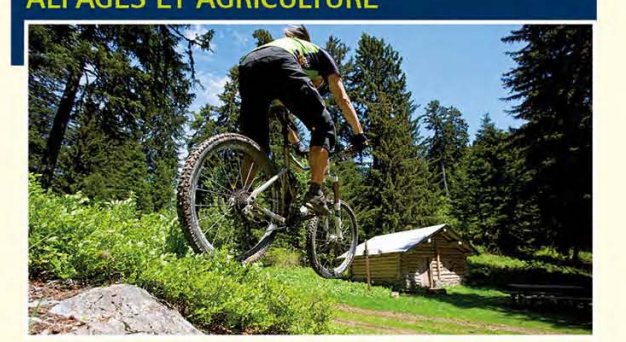
**LE TOUR DU VAL D'ARLY MONT-BLANC**  
98 km  
Dénivelé + 4343 m sans remontée mécanique  
En 3 jours ou à la journée pour certaine portion  
En vélo électrique de randonnée, VTT XC ou Enduro  
Seul ou accompagné  
Séjour tout compris

**MOGOMA** © 2016  
CONCEPTION : Cnosso  
COORDINATION : Espace Diamant  
CARTOGRAPHIE / TEXTES : Mogoma  
PHOTOS : J.L. Armand, Emmanuel Mollé - Les Saisies

Cette carte a été réalisée avec la plus grande rigueur afin de représenter fidèlement les données de terrain liées aux réseaux d'itinéraires et à la signalétique directionnelle. Les informations géographiques et touristiques, bien qu'émanant de données certifiées et actualisées, n'ont qu'un caractère indicatif et n'impliquent pas la responsabilité des auteurs et éditeurs. Vous évoluez en milieu naturel, restez vigilants et responsables.



**ALPAGES ET AGRICULTURE**



Au cours de vos promenades, vous allez longer ou traverser des espaces agricoles et des propriétés privées. Pour une bonne cohabitation avec les agriculteurs et riverains :  
- Restez sur les itinéraires balisés  
- Ne roulez pas à travers les prés et alpages, n'éfrayez pas les troupeaux  
- Respectez les clôtures et pensez à refermer les enclos pour les troupeaux.



**PRAZ SUR ARLY**

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NOU. DIST.	DURÉE	DÉNIV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	POINT ARRIVÉE
<b>CIRCUITS</b>							
La Balade de Cassioz	35	3,5 km	0h30	60 m	60 m	Parking des Varins	Parking des Varins
Ban Rouge	36	7,5 km	2h00	420 m	420 m	TSD du Crêt du Midi	TSD du Crêt du Midi
Les Lanciers	37	13 km	2h45	800 m	800 m	Parking des Varins	Parking des Varins
Les Evettes	45	9,5 km	2h15	430 m	430 m	Parking des Varins	Parking des Varins

ITINÉRAIRES DESCENDANTS	N°	DURÉE	DÉNIV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	POINT ARRIVÉE
Le Louzas	21	9,3 km	0h45	60 m	770 m	TSD du Crêt du Midi
Les Grabilles	23	8,4 km	1h00	130 m	850 m	TSD du Crêt du Midi
Combe Noire	24	4,1 km	0h15	20 m	880 m	TSD du Crêt du Midi

**REMONTÉES MÉCANIQUES ET NAVETTES**

**Les remontées mécaniques**  
Les télésièges sont accessibles aux piétons et VTT. Pour connaître les tarifs, jours et horaires d'ouverture, se renseigner aux caisses des remontées mécaniques ou aux Offices de Tourisme. Attention, les télésièges ne fonctionnent pas en cas de mauvais temps ou risques d'orages.

**Les navettes**  
Des navettes sont à votre disposition pour faciliter vos déplacements sur les stations et les villages. Des itinéraires sont proposés avec un retour navettes : les jours et horaires sont disponibles aux Offices de Tourisme. Sur le secteur des Saisies, Hauteluce et Bisanne 1500, les navettes sont gratuites.



**ACCOMPAGNEMENT | MATÉRIEL**



**Moniteurs Cyclistes Français / MCF**  
Des professionnels, « brevet d'Etat » en VTT accompagnent chaque jour des sorties. Grâce à eux, vous irez plus loin dans la connaissance du territoire, de ses traditions et du terroir. Ils vous dévoileront les secrets de la flore et du patrimoine. Leurs conseils vous permettront de découvrir une nature préservée en toute sécurité.

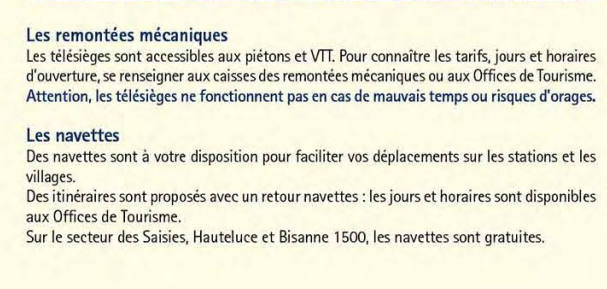
**Location du matériel**  
Les différents magasins de sport de la station louent du matériel (VTT, casques...) Pour plus de renseignements, contactez les Offices de Tourisme.

Sur un week-end fin Août, venez découvrir Le Diamant VTT - Rando d'Or FFC de l'Espèce Diamant entre le Val d'Arly et le Beaufortain, avec des circuits de randonnées VTT cross-country de 2, 15, 35, 55 et 75 km créés pour l'occasion. Pour tout renseignement et inscription : www.sports-les-saisies.com

NOMS DES ITINÉRAIRES	N°	NOU. DIST.	DURÉE	DÉNIV.	DÉNIV.	POINT DÉPART	POINT ARRIVÉE
<b>CIRCUITS</b>							
La Bourquette	1	1,8 km	0h15	80 m	80 m	Le Signal	Les Saisies
L'Enduro	2	3,7 km	0h30	145 m	145 m	Col de la Lizette (1)	TS de La Lizette
La Forêt de Bisanne	3	9 km	1h15	215 m	520 m	Route de Bisanne (2)	Bisanne 1500 (3)
Les Alpages de Bisanne	4	6,1 km	0h45	68 m	215 m	Route de Bisanne (2)	Les Saisies
La Croix de l'Aïlé	5	6,4 km	0h30	20 m	540 m	Le Signal	Les Saisies
La Combe de Douce	6	11,2 km	1h30	265 m	265 m	Le Signal	Les Saisies
Le Plan Mermin	7	29,7 km	1h45	1040 m	1040 m	Le Signal	Les Saisies
Tour du Bois de Covatan	8	14,3 km	1h45	490 m	690 m	Col de la Lizette (1)	TS de La Lizette
Plan des Loups	9	8,8 km	1h15	145 m	655 m	Le Signal	Hauteluce (3)
Bisanne - Les Cotes	10	17,1 km	1h45	440 m	1105 m	Route de Bisanne (2)	Hauteluce (3)
La Tour des Bois	11	28 km	3h30	825 m	1345 m	Le Signal	Les Saisies
La Col de Véry	12	29,6 km	4h30	1025 m	1025 m	Le Signal	Les Saisies
La Croix des Ayes	13	9,7 km	1h30	65 m	430 m	Mont Bisanne	Croix des Ayes (4)

**DESCENTES PERMANENTES**

Pikachu	1	2,4 km	0h10	0 m	225 m	TSD Chard du Beurre	Espace E. Eckl
Droit dans les bois	2	2,1 km	0h10	0 m	283 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
La Monchu	3	2,6 km	0h10	0 m	289 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
La Cornille	4	2 km	0h10	0 m	280 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
Dré-dans l'entu	5	1,7 km	0h10	0 m	284 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
La Saissasotte	6	1,7 km	0h10	0 m	280 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
La Cuhérète	7	1,3 km	0h10	0 m	281 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
Lovely Woods	8	2 km	0h10	0 m	225 m	TSD Chard du Beurre	Espace E. Eckl
Tabasco	9	0,5 km	0h05	0 m	140 m	TSD Chard du Beurre	Espace E. Eckl
Shrek	10	1,6 km	0h10	0 m	120 m	TSD Chard du Beurre	Espace E. Eckl
La Bougnette	11	0,5 km	0h10	0 m	100 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette
La Borat (5)	12	0,8 km	0h10	0 m	225 m	TS de La Lizette	TS de La Lizette



**SIGNALÉTIQUE ESPACE VTT**

**Itinéraires VTT**  
Une signalétique spécifique est mise en place sur les circuits balisés par la Fédération Française de Cyclisme.

**Descentes permanentes et Enduro**

**Itinéraires**  
1 - 3 - 8 : N° des circuits concernés et leurs niveaux

- 1 - 3 : Très facile
- 8 : Facile
- 7 : Difficile
- 6 : Très difficile

**Autres symboles**  
Cercle avec 10, 9, 8, 7 : Niveau de difficulté  
Triangle rouge avec 10, 9, 8, 7 : Balise spécifique Tour du Val d'Arly  
Triangle noir avec X, D, S, G : Double bosse, descente, saut, gouffre

**SUR LES TRACES DE LA DIAMANT**

Sur un week-end fin Août, venez découvrir Le Diamant VTT - Rando d'Or FFC de l'Espèce Diamant entre le Val d'Arly et le Beaufortain, avec des circuits de randonnées VTT cross-country de 2, 15, 35, 55 et 75 km créés pour l'occasion. Pour tout renseignement et inscription : www.sports-les-saisies.com

- 75 km
- D+ 3040 m
- D- 3040 m
- Alt max 2039 m
- Alt min 1004 m
- Durée moyenne : 6 h 30

(1) Buisson maillé (2) Buisson maillé (3) Buisson maillé (4) Buisson maillé (5) Buisson maillé