

«Les Esserts»

- Altitude de départ: 1459 m
- Altitude d'arrivée: 1600m
- Dénivelé: 140m
- Longueur: 2200 m
- Temps de parcours estimé (montée): 45min
- Descente par le chemin emprunté à la montée

«Les Bauches»

- Altitude de départ: 1593 m
- Altitude d'arrivée: 1774 m
- Dénivelé: 180 m
- Longueur: 2400 m
- Temps de parcours estimé (montée): 1h
- Descente par le chemin emprunté à la montée

BUTS DES TOURING TRACKS - TOURING TRACKS GOALS - TOURING TRACKS ZIELE

- Permettre la pratique de la randonnée à skis.
- Offrir un terrain d'entraînement à tous les skieurs, du débutant à l'alpiniste chevronné
- Proposer une expérience sportive dans le respect de l'environnement.
- Faciliter la cohabitation entre le ski alpin et le ski rando

INFORMATIONS IMPORTANTES

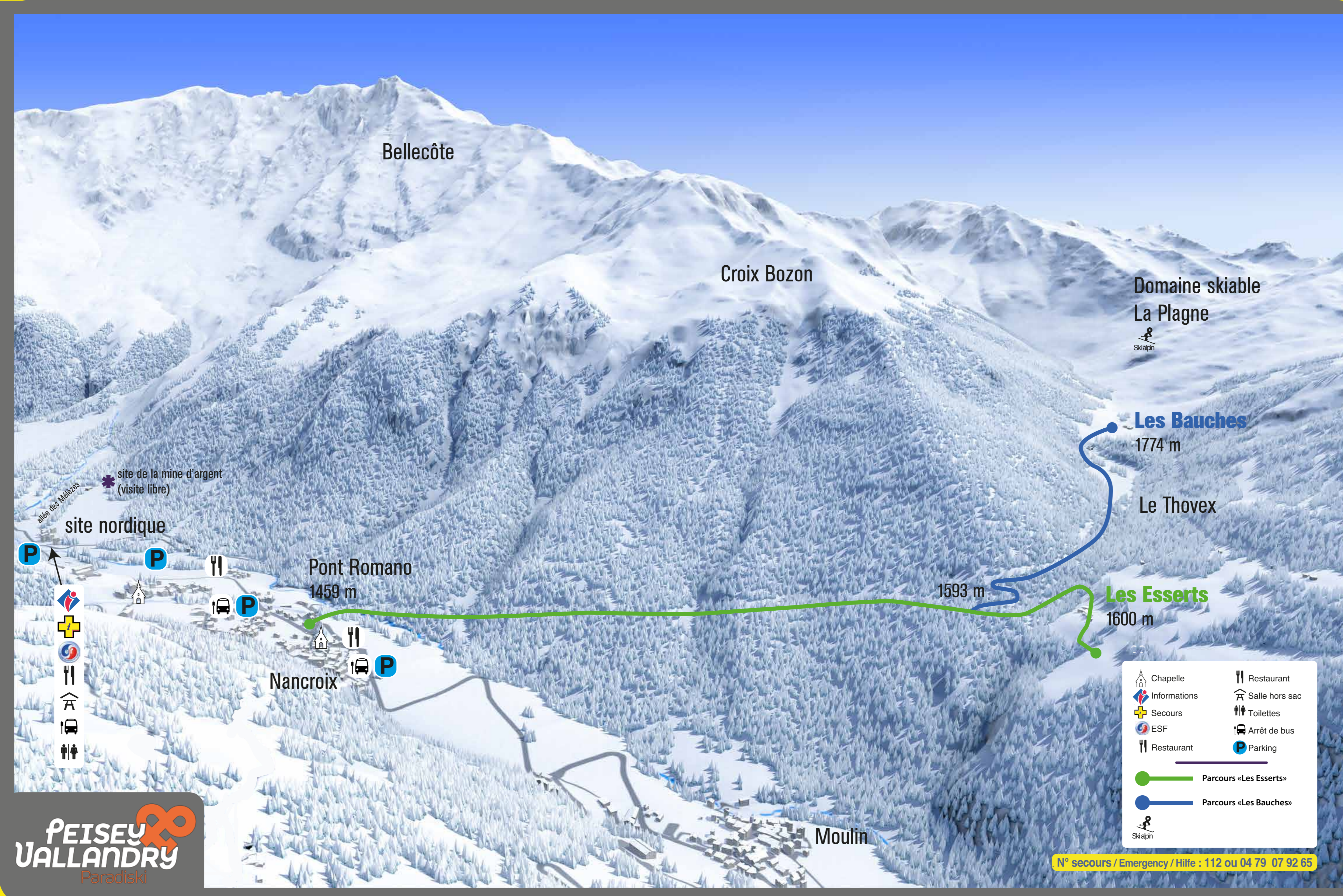
- Les **TOURING TRACKS** – Parcours Ski de Rando – sont ouverts pendant les heures d'exploitation des remontées mécaniques.
- Interdit en dehors des heures d'ouverture du domaine skiable. Danger de mort: déclenchement d'avalanches et dommage au treuil.

Prohibited outside the opening hours: risk of death because of snow preparing equipments & prevention avalanches outbreaks.
Verboten ausserhalb der öffnungszeiten.
Todesgefahr: Auslösung von lawinen Schneevorbereitung.

- Quiconque parcourt les **TOURING TRACKS** - Parcours Ski de Rando - le fait exclusivement sous sa propre responsabilité. Peisey-Vallandry et Movement Skis déclinent toute responsabilité en cas d'accident. Merci de respecter les consignes de sécurité.

● Informations :
Office du tourisme de Peisey-Vallandry:
☎ 04 79 07 94 28 ou sur
www.peisey-vallandry.com

● Plus d'informations sur les skis et chaussures MOVEMENT:
www.movementskis.com



MATÉRIEL CONSEILLÉ RECOMMENDED EQUIPMENT - EMPFOHLENES MATERIAL

- ✓ DVA en mode «émission»
- ✓ Téléphone portable
- ✓ Casque
- ✓ Pelle
- ✓ Sonde
- ✓ Lampe frontale

INITIATION AU SKI DE RANDONNEE / SKI TOURING INITIATION / TOUREN SKI INITIATION

Le ski de randonnée se pratique en montagne en zone naturelle, en dehors des pistes balisées. Nous vous conseillons de vous rapprocher d'un professionnel de la montagne (guide de haute montagne ou moniteur de ski) pour découvrir cette activité en toute sécurité.

Ecole du Ski Français Peisey-Vallandry :
+33 (0)4 79 07 93 77
www.esf-peiseyvallandry.com/

EN CAS D'URGENCE / IN CASE OF EMERGENCY / VERHALTEN BEI UNFÄLLEN

- ▶ Sécuriser la zone et se protéger
- ▶ Donner l'alerte au **112**
- ▶ Porter les premiers secours

DEGRÉ DE DANGER D'AVALANCHES - AVALANCHE RISKS DEGREE - GRAD DES LAWINENRISIKOS



1 FAIBLE / LOW
Conditions généralement favorables.



2 LIMITE / MODERATE
Conditions favorables dans la plupart des cas. Tenir compte des zones à risques indiquées dans le bulletin et suspectées sur le terrain.



3 MARQUE / CONSIDERABLE
Conditions partiellement défavorables/ Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes. L'appréciation du danger requiert de l'expérience.



4 FORT / HIGH
Conditions partiellement défavorables/ Instabilité marquée, parfois sur de nombreuses pentes. L'appréciation du danger requiert de l'expérience.



5 TRES FORT / VERY HIGH
Conditions très défavorables. Toute sortie en dehors des pistes ouvertes et sécurisées fortement déconseillée.

Pour connaître le bulletin d'avalanches:

Bulletin info-avalanches Savoie, prévisions à 9 jours, appel payant: Tél. 08 99 71 02 73
Service des pistes Peisey-Vallandry-les Arcs: Tél. 04 79 07 85 66
www.meteofrance.com/previsions-meteo-montagne/bulletin-avalanches

Service des pistes de 8h à 18h

Secteur Les Esserts / Les Bauches: Service des pistes espace nordique:
Tél. 04 79 07 92 65

FR : Vous évoluez dans un espace naturel partagé: vous pouvez rencontrer des skieurs, des gens à raquettes ou à pied. Ne quittez pas le parcours balisé (falaises). Vous devez pouvoir redescendre par où vous êtes monté.

EN : You are in a shared natural space. You can meet skiers, snowshoeing or walking people. Do not leave the marked course (cliffs). You must be able to ski down through where you went up.

DE : Sie sind in einem geteilten Naturraum : Sie können Skifahrer, Fussgänger und Schneeschuhwanderer treffen. Verlassen Sie nicht den markierten Kurs (Klippen). Sie müssen in der Lage sein, da hinunter fahren können, wo Sie Hinaufgegangen sind.