

LES ALPES GÉNÉREUSES

VALFRÉJUS | LA NORMA | AUSSOIS
VAL CENIS | BESSANS | BONNEVAL SUR ARC



HAUTE MAURIENNE VANOISE

HAUTE MAURIENNE VANOISE, À CHAQUE JOUR SES DÉCOUVERTES

- HAUTE MAURIENNE VANOISE, A NEW DISCOVERY EVERY DAY! -

VOTRE BROCHURE CONÇUE
COMME UN CARNET DE ROUTE,
VOUS ACCOMPAGNE TOUT AU LONG
DE VOTRE SÉJOUR.

POUR CHAQUE JOUR NOUS VOUS PROPOSONS,
PAR THÈME, LES SITES À NE PAS MANQUER.

- YOUR LOGBOOK-STYLE BROCHURE WILL GUIDE YOU DURING
YOUR HOLIDAY. EACH DAY WE RECOMMEND THE
TOP PLACES TO VISIT, CLASSED BY THEME -

POUR VOUS GUIDER DANS VOS ACTIVITÉS ET ORGANISER AU MIEUX VOTRE SÉJOUR,
N'HÉSITEZ PAS À TÉLÉCHARGER, SUR NOS SITES INTERNET, NOS DOCUMENTS PRATIQUES :
LE GUIDE ACTIVITÉS ÉTÉ : TOUTES LES ACTIVITÉS POSSIBLES EN HAUTE MAURIENNE VANOISE,
LE BULLETIN : LE PROGRAMME D'ANIMATIONS DE HAUTE MAURIENNE VANOISE.

- PLEASE ASK FOR THE FOLLOWING GUIDES IN YOUR RESORT'S TOURIST OFFICE OR LOCAL SHOPS:
THE SUMMER ACTIVITY GUIDE: THE COMPLETE GUIDE TO ACTIVITIES IN HAUTE MAURIENNE VANOISE
THE BULLETIN: THE HAUTE MAURIENNE VANOISE ACTIVITIES AND EVENTS PROGRAMME -

DIMANCHE NATURE 4-5
LUNDI OUTDOOR 6-7
MARDI DÉTENTE 8-9
MERCREDI VÉLO 10-11
JEUDI ITALIE 12-13
VENDREDI GASTRONOMIE 14-15
SAMEDI PATRIMOINE 16-17
LE JOUR EN + ENFANTS 18-19
BON PLAN PASS ACTIVITÉS 20-21
PANORAMA 22-23

POUR EN DÉCOUVRIR ENCORE PLUS,
PROFITER DES BALADES INFINIES,
DE L'ÉMERVEILLEMENT AU DÉTOUR DE CHAQUE CHEMIN,
OU DES INNOMBRABLES TRÉSORS DU PATRIMOINE,
IL FAUDRA REVENIR !

DIMANCHE
C'EST

TOUR DES LACS DE BELLECOMBE
LES PORTES DU PARC NATIONAL DE LA VANOISE : UN CONCENTRÉ DE BEAUTÉ ET D'ÉMOTIONS, UNE DIVERSITÉ D'AMBIANCE ET DE PAYSAGES DANS UN PANORAMA À 360 °, LE TOUT EN HAUTE ALTITUDE ET ACCESSIBLE À TOUS

*- THE BELLECOMBE LAKE: WITH EASY ACCESS FOR ALL,
ENJOY THESE FABULOUS PANORAMIC VIEWS IN THE VANOISE NATIONAL PARK -*

NATURE

POUR COMMENCER LA SEMAINE, À VOUS LES GRANDS ESPACES !

LE REFUGE DU THABOR À VALFRÉJUS,
LA CASCADE SAINT BENOÎT À AVRIEUX,
LA VALLÉE D'AVÉROLE À BESSANS.
L'ÉMERVEILLEMENT EST PARTOUT EN
HAUTE MAURIENNE VANOISE

*- THE THABOR MOUNTAIN REFUGE IN VALFRÉJUS, THE
SAINT BENOÎT WATERFALL IN AVRIEUX, THE AVÉROLE
VALLEY IN BESSANS...UNCOVER ALPINE SECRETS
IN HAUTE MAURIENNE VANOISE -*

LE FOND D'AUSOIS
PANORAMAS À COUPER LE SOUFFLE OÙ
MARMOTTES, BOUQUETINS ET GYPAÈTES VOUS
TIENNENT COMPAGNIE

*- THE FOND D'AUSOIS
TAKE IN THE BEAUTIFUL MOUNTAIN LAKES AND SPOT
MARMOTS, IBEX, AND BEARDED VULTURES -*

- SUNDAY IS NATURE DAY: DISCOVER THE BREATHTAKING MOUNTAINS AND GET YOUR HOLIDAY OFF TO A GREAT START! -

LUNDI
C'EST

OUTDOOR

**MONTAGNE D'ACTIVITÉS, À VOUS LE TERRAIN DE JEU
LUDIQUE POUR TOUTE LA FAMILLE**

**PRENDRE DE LA HAUTEUR
POUR SURVOLER LES ALPES
EN PARAPENTE**

**SOUVENIR À VIE GARANTI !
À AUSSOIS, VAL CENIS,
BONNEVAL SUR ARC**

*- IN AUSSOIS, VAL CENIS OR BONNEVAL SUR ARC, BOOK
AN UNFORGETTABLE PARAGLIDING FLIGHT OVER THE
SPECTACULAR MOUNTAIN PEAKS -*

**FAITES LE PLEIN
D'ACTIVITÉS À SENSATIONS :
TYROLIENNES GÉANTES,
ET PLUS GRANDES
VIA-FERRATA D'EUROPE,
A LA BARRIÈRE DE L'ESSEILLON,**

ACCROBRANCHES

**À LA REDOUTE MARIE THÉRÈSE,
À VAL CENIS TERMIGNON
OU À VALFRÉJUS.**

*- AT THE MARIE-THÉRÈSE FORT, IN VAL CENIS TERMIGNON
OR VALFRÉJUS, EXPLORE THE FUN-FILLED TREETOP
ASSAULT COURSES -*

**POUR LE GRAND
FRISSON, RDV DU CÔTÉ DE
L'ECOT (BONNEVAL SUR ARC)
TESTER LE CANYONING AU VILLAGE DE
BELLE ET SÉBASTIEN... ACCOMPAGNÉ
D'UN GUIDE BIEN SÛR.**

*- THE ECOT CANYON (AT BONNEVAL SUR ARC):
THE FAMOUS BELLE AND SÉBASTIEN VILLAGE -*

*- MONDAY IS ALFRESCO DAY: WITH A MOUNTAIN OF ACTIVITIES TO CHOOSE FROM
FOR ALL THE FAMILY, HAVE GREAT FUN IN OUR MAGNIFICENT ALPINE PLAYGROUND!*

MARDI
C'EST

DÉTENTE

ZEN, BIEN-ÊTRE ET BAIGNADE. FAITES UNE PAUSE !

**MARMOTTES, CASCADES, CHALETS D'ALPAGES,
REFUGES... CONTEMPLATION AU
VALLON DE L'ORGÈRE**

*- MARMOTS, WATERFALLS, ALPINE PASTURE CHALETS,
AND MOUNTAIN REFUGES AT THE VALLON DE L'ORGÈRE -*



PLAN D'EAU DES AVENIÈRES À LA NORMA
NAGER, S'AMUSER ET BRONZER AVEC UNE VUE
IMPRENABLE SUR LES MONTAGNES.

*- THE AVENIÈRES LEISURE LAKE IN LA NORMA.
SWIM, HAVE FUN AND ENJOY A SPOT OF SUNBATHING WITH A
STUNNING VIEW OVER THE ALPS -*

LUDI'LACS À BESSANS
ACCÈS LIBRE ET BAIGNADE SURVEILLÉE.
PADDLE, ESPACES DE JEUX ET ZONE
LUDIQUE VTT DE CHANTELOUVE À
PROXIMITÉ POUR EN PROFITER
ENCORE PLUS.

*- LUDI'LACS IN BESSANS: FREE ENTRY WITH
LIFEGUARD SUPERVISED SWIMMING -*

- TUESDAY IS RELAXATION DAY: IT'S ALL ABOUT ZEN, WELLBEING AND BATHING - TAKE A BREAK! -





MERCREDI
C'EST

VÉLO

**CYCLO, ÉLECTRIQUE, VTT...
EN SELLE POUR UNE JOURNÉE GRANDS ESPACES !**

L'ESPACE VTT R-BIKES HAUTE MAURIENNE VANOISE

UNE CINQUANTAINES DE PARCOURS
CROSS-COUNTRY, ENDURO, PUMPTRACK
ET DÉCOUVERTE POUR TOUS LES NIVEAUX.
**UNIQUE EN FRANCE : L'ESPACE LUDIQUE
DE CHANTELOUVE À BESSANS**

*- THE HAUTE MAURIENNE VANOISE R-BIKES
MOUNTAIN BIKING AREA: CROSS-COUNTRY PATHS,
ENDURANCE ROUTES AND PUMP TRACKS.
UNIQUE IN FRANCE: THE EXCITING
CHANTELOUVE BIKE TRACK IN BESSANS -*

**MONTÉE DE VALFRÉJUS
1550M**

**COL DU MONT CENIS
2083M**

**COL DE L'ISERAN
2770M**

**TÉLÉCHARGEZ LA NOUVELLE
APPLICATION R-BIKES
ET LAISSEZ VOUS GUIDER :
DU PARCOURS DÉCOUVERTE FACILE EN VTTAE
AUX ITINÉRAIRES ENGAGÉS.**

*- DOWNLOAD THE NEW R-BIKES APP AND CHECK
OUT ALL THE CYCLE ITINERARIES ON YOUR
SMARTPHONE -*

L'ATOUT VAE
**TESTEZ LE VTT À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE
ET OFFREZ VOUS COLS ET SENTIERS SANS FORCER !**

*- GO FOR AN ELECTRIC BIKE! PEDAL TO THE TOP OF OUR BEAUTIFUL MOUNTAIN PASSES
AND HIGHEST ALPINE PATHS WITH MINIMAL EFFORT!*

*- WEDNESDAY IS BIKE DAY: ELECTRIC BIKES, MOUNTAIN BIKES...
HOP ON YOUR SADDLE FOR A WONDERFUL RIDE IN THE GREAT ALPINE OUTDOORS! -*

LES INCONTOURNABLES
**LE REFUGE DE LA FEMMA : UN DES
SEULS REFUGES DU PARC NATIONAL
DE LA VANOISE ACCESSIBLE EN VÉLO.**
**LE COL DU MONT CENIS ET
LE COL DE L'ISERAN :
PLUS HAUT COL ROUTIER D'EUROPE**

*- TOP SPOTS TO VISIT
THE FEMMA MOUNTAIN REFUGE: A MUST-SEE
VANOISE NATIONAL PARK MOUNTAIN REFUGE ACCESSIBLE BY
BIKE VIA THE MONT CENIS OR ISERAN MOUNTAIN PASSES -*

JEUDI
C'EST

L'ITINÉRAIRE PAR LA ROUTE
HISTORIQUE DU COL DU MONT CENIS,
JUSQU'À **SUSA, SES ARCADES,**
ÉGLISES ET VESTIGES ROMAINS

- SUSA WITH ITS PICTURESQUE ARCHWAYS,
CHURCHES AND ROMAN REMAINS -

ITALIE

GELATO, PIZZA, MONUMENTS... L'ITALIE EST
JUSTE LÀ, PROFITEZ-EN !

LA VILLE DE TURIN
ET SON ARCHITECTURE,
SA GASTRONOMIE, SES MUSÉES
(CINÉMA, ÉGYPTIEN).
ACCÈS PAR LE COL
DU MONT CENIS
OU PAR MODANE
(TUNNELS
AUTOROUTIER ET
FERROVIAIRE).

- TURIN WITH ITS
REMARKABLE
ARCHITECTURE,
GASTRONOMY AND
MUSEUMS -



- THURSDAY IS ITALIA DAY: GELATO, PIZZA, AND IMPRESSIVE MONUMENTS... ITALY IS A SHORT TRIP OVER THE MOUNTAIN. DON'T MISS OUT! -

VENDREDI
C'EST

GASTRONOMIE

EN FIN DE SEMAINE, N'OUBLIEZ PAS DE REMPLIR VOTRE PANIER !

FROMAGES,
SPÉCIALITÉS,
PRODUITS LOCAUX,
ARTISANS PASSIONNÉS...
À VOUS LE PLAISIR DE DÉGUSTER

LE BEAUFORT

LE FROMAGE STAR DE HAUTE
MAURIENNE VANOISE. VISITE CHEZ
LES PRODUCTEURS À VALFRÉJUS,
VAL CENIS, BESSANS

LE FARCI DE BESSANS

RECETTE PAYSANNE TYPIQUE, AUTREFOIS
UN PLAT DE FÊTE, RAVIVE LES
AMATEURS DE PRODUITS RÉGIONAUX

LE PAIN DE MODANE

ENTRE LA BRIOCHE ET LE PANETTONE,
FOURRÉE AVEC DU MELON CONFIT,
UN RÉGAL POUR LES GOURMANDS

LE BLEU DE BONNEVAL

FROMAGE À LA PÂTE IVOIRE PERSILLÉE
DE BLEU GRIS NÉ À BONNEVAL SUR ARC,
AU GOÛT CRÉMEUX

**BIÈRES ARTISANALES DES
SOURCES DE LA VANOISE OU D'OË**
À VILLARODIN-BOURGET ET
À AUSSOIS

- LOCAL CHEESES,
SPECIALITY DISHES,
AND LOCAL PRODUCE MADE BY
PASSIONATE ARTISANS... THERE ARE SO
MANY CULINARY DELIGHTS TO ENJOY! -

- FRIDAY IS FOODIE DAY. AT THE END OF THE WEEK, DON'T FORGET TO STOCK UP ON LOCAL SPECIALITIES TO TAKE HOME! -

SAMEDI
C'EST

PATRIMOINE

MUSÉES, FORTS, CHAPELLES... À VOUS LES HISTOIRES ET LÉGENDES !

LA BARRIÈRE DE L'ESSEILLON
ET SES 5 FORTS, ANCIEN SITE MILITAIRE DEVENU LIEU DE
CULTURE, DE GASTRONOMIE ET DE LOISIRS POUR TOUTE
LA FAMILLE

*- THE ESSEILLON BARRIER:
A TOP LOCATION FEATURING CULTURE, GASTRONOMY AND
LEISURE ACTIVITIES FOR ALL THE FAMILY -*

LA CHAPELLE MÉDIÉVALE DU CHARMAIX
À VALFRÉJUS, SUR LA FALAISE,
CE SANCTUAIRE ABRITE UNE VIERGE NOIRE
QU'ON DIT "MIRACULEUSE",
SILLONNEZ LES CHEMINS DU BAROQUE POUR
DÉCOUVRIR ÉGLISES ET CHAPELLES DE LA VALLÉE

*- THE CHARMAIX MEDIEVAL CHAPEL IN VALFRÉJUS
HOME TO A REPUTEDLY MIRACULOUS STATUE OF A BLACK WIDOW -*

LES FORTS DU MONT CENIS
MONUMENTS HISTORIQUES
INCONTOURNABLES
À LA FRONTIÈRE ITALIENNE

*- THE MONT CENIS FORTS :
UNMISSABLE HISTORICAL
MONUMENTS
ON THE ITALIAN BORDER -*

SATURDAY IS HERITAGE DAY: REMARKABLE MUSEUMS, FORTS, AND CHAPELS... IMMERSE YOURSELF IN LOCAL TALES AND LEGENDS!



LE JOUR
EN +

LES ENFANTS

EN PLEINE NATURE, AVEC LE SOURIRE, COCOONÉS, LE VERSANT
FAMILLE DE LA MONTAGNE

AVEC LES ANIMAUX

BALADES AVEC DES ÂNES, CANI-RANDO AVEC
DES HUSKY, PROMENADES À CHEVAL, PONEY
LE CHOIX D'UN COMPAGNON POUR DÉCOUVRIR
EN S'AMUSANT LES SENTIERS DE HAUTE
MAURIENNE VANOISE.

- WITH ANIMALS :
HORSE & PONEY RIDES, OR HIKE WITH DOGS..
CHOOSE YOUR COMPANION ON YOUR JOURNEY -

PARCOURS JEUX

LES HISTOIRES ET LES LÉGENDES SE VIVENT EN FAMILLE
ET LE PATRIMOINE SE DÉCOUVRE EN JOUANT. PARCOURS
JEUX À AUSSOIS, VAL CENIS BRAMANS, SARDIÈRES ET
LANSLEVILLARD ET À BESSANS.

- TREASURE HUNTS :
LEGENDS & STORIES TO DISCOVER WITH YOUR
FAMILY OUT IN NATURE -

MUSÉE ARCHÉOLOGIQUE

IL Y A 5600 ANS, PROFITANT DU RECUIL
DES GLACIERS, LES PREMIERS HOMMES
S'INSTALLAIENT EN HAUTE MAURIENNE. UNE
HISTOIRE MISE EN SCÈNE POUR PETITS ET
GRANDS, ET DES ATELIERS AU MUSÉE
ARCHÉOLOGIQUE DE VAL CENIS SOLLIÈRES.

- ARCHAEOLOGICAL MUSEUM:
DISCOVER 5000 YEARS
OF HISTORY -

BON PLAN

PASS ACTIVITÉS

POUR EN PROFITER EN ILLIMITÉ OU À PRIX RÉDUIT

ENEZ DÉCOUVRIR
NOS DIFFÉRENTS
PASS ACTIVITÉS
EN VENTE DANS LES
OFFICES DE TOURISME
INFOS SUR
HAUTE-MAURIENNE-VANOISE.COM
04 79 05 99 06

PASS ACTIVITÉS LIBERTÉ

CHARGEZ LA SOMME QUE VOUS SOUHAITEZ
SUR VOTRE BRACELET
«PORTE-MONNAIE ÉLECTRONIQUE» ET
PRATIQUEZ LES ACTIVITÉS PARTENAIRES DU
PASS ACTIVITÉS HMV SUR LE TERRITOIRE
À PRIX RÉDUIT.

PASS ACTIVITÉS ALTITUDE

27 € / PERSONNE

- > ACCÈS AUX REMONTÉES MÉCANIQUES DE
AUSSOIS, VAL CENIS, VALFRÉJUS ET LA NORMA
EN ILLIMITÉ, 7 JOURS CONSÉCUTIFS
- > CARNET DE 10 TICKETS DE BUS NON NOMINATIF
NON LIMITÉ DANS LE TEMPS



↑
PORTE MONNAIE
ÉLECTRONIQUE !

PANORAMA

HAUTE MAURIENNE VANOISE



ÉTÉ SUMMER 2020

Réseau de transport en Haute Maurienne Vanoise



• Modane - Val Cenis :	23 km
• Val Cenis - Bonneval sur Arc :	19 km
• Modane - Chambéry :	125 km
• Val Cenis - Susa :	40 km (par le Col du Mont-Cenis)
• Val Cenis - Turin :	97 km (par le Col du Mont-Cenis)

À CET HIVER



Valfréjus
l'esprit pionnier



La Norma
la station cosy



Aussois
le village station des familles



Val Cenis
l'exception alpine



Bessans
l'âme nordique



Bonneval sur Arc
la station-village pépîte



**Haute Maurienne
Vanoise**

haute-maurienne-vanoise.com
+33 (0)4 79 05 99 06