



- ITINÉRAIRES PÉDESTRES WALKING LOOPS**
- Très Facile Very easy
 - Facile Easy
 - Difficile Hard
 - Très Difficile Very hard
 - Très Difficile - haute montagne Very hard - high mountain
 - Sentiers de liaisons Linking trails

- Office de Tourisme Tourist Office
- Navette Méribus
- Remontées mécaniques Mechanical lifts
- Chiens interdits Dogs not allowed
- Refuge
- Aire de pique-nique Picnic area
- Restaurant de montagne Mountain restaurant
- Panorama Panoramic view
- Balades en poussettes stroller rides

GUIDE MÉRIBEL RANDO
MÉRIBEL WALKING GUIDE

Un guide vous proposant les descriptifs d'une sélection d'itinéraires et sentiers figurant sur ce plan est en vente dans les Offices de Tourisme. Les numéros de ce plan figurent uniquement dans le guide et pas sur le terrain. Sur le terrain des panneaux jaunes vous indiquent la direction et la durée depuis les "principaux points de départ" (voir tableau ci-dessous). Discover the Méribel Valley with the walking guide available in French on sale at the Tourist Offices. It includes a description of a selection of the paths mentioned on this map. On sale at the Tourist Offices. The numbers in this plan are only in the guide and not on the ground. Yellow signposts indicate the direction and duration of walks from the main starting points* (*see table below).

GUIDES ET ACCOMPAGNEURS
MOUNTAIN GUIDES

Ils sont à votre disposition tous les jours pour vous proposer des sorties en demi-journée, journée, sur plusieurs jours. Au programme: randonnées en moyenne et haute montagne, nuits en refuge, orientation, marche nordique, escalade, etc. Guides are available each day to lead you on outings lasting from a half-day to several days. Programme includes: mountain walks or high altitude walks, overnight stay in a mountain-hut, orienteering, village visit, nordic walking, courses for children, climbing, etc.

INFORMATION ET INSCRIPTION
Bureau des guides et accompagnateurs, Maison du Tourisme
+33 (0)6 43 89 72 91 / +33(0)4 79 00 30 38
www.guides-courchevel-meribel.com
Terres d'Evasion - Moyenne montagne Méribel centre +33 (0)6 00 40 20 28
https://www.terresd evasion.com/
Alpine Randonnée - Moyenne montagne Mottaret Le Hameau +33 (0)6 23 87 83 40
http://alpinerrandonnee.e-monsite.com

TROUPEAUX ET CHIENS DE PROTECTION
Quelques réflexes à adopter

Pour protéger nos troupeaux contre les attaques de prédateurs (loups, lynx...) et chiens, les éleveurs et bergers de cette zone utilisent des chiens de protection.

Ensemble, respectons le travail des bergers et la tranquillité des animaux.

MÉRIBEL EXPLOR GAMES
RÉSERVE DE TUEDA

Guidés par une application mobile, en famille ou entre amis, partez à l'aventure, déjouez les pièges tendus sur votre chemin et relevez les défis qui vous attendent ! Vous êtes un groupe d'aventuriers en exploration à Méribel et êtes les seuls à pouvoir sauver la vallée en retrouvant le cœur de Méribel, un bijou qui aurait le pouvoir de ramener la paix et l'harmonie autour de lui... Guided by an app, you will set out on an adventure with your friends or family, avoiding traps on your path and taking on challenges! You'll become a band of adventurers exploring Méribel, the only people who can save the valley by finding the Heart of Méribel, a treasure which has the power to bring peace and harmony.



MÉRIBEL TOURISME
MÉRIBEL TOURISM

+33 (0)4 79 08 60 01
www.meribel.net

ET REJOIGNEZ-NOUS SUR / MEET US ON

meribel3vallees
meribeltourisme

1 ITINÉRAIRES RANDONNÉE DU REFUGE DU SAUT
HIKING TRAILS FROM REFUGE DU SAUT - Très Difficile - Very hard



2 LA RÉSERVE NATURELLE DE TUEDA
TUEDA NATURE RESERVE



LES ITINÉRAIRES RANDONNÉE DEPUIS
HIKING TRAILS FROM

LES ALLUES					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
1	Sentier de la poésie	160	160	4,2 km	Les Allues
2	Chemin des moulins	199	199	2,8 km	Les Allues
1	Villarnard	428	428	8,3 km	Les Allues
2	Circuit des villages - par la Gittaz ou Cruet	370	370	6,8 km	Les Allues
3	Sentier des baigneurs	668	668	7,4 km	Les Allues
4	Grand Lac par Chandon et Gremaillet	989	989	11,4 km	Les Allues

LE VILLARD					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
1	Forêt de Villarlurin	820	820	10,5 km	Le Villard
2	Col de la lune - Dos de Crêt Voland	888	888	13,3 km	Le Villard

MÉRIBEL-VILLAGE					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
3	Plantin	78	78	2,3 km	Méribel-Village
3	Descente aux Allues	/	292	2,8 km	Les Allues
4	Montée Altiport ou Morel	270	/	1,9 km	Altiport ou Méribel

MÉRIBEL					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
4	Petite Rosière	233	233	4,7 km	Méribel
5	TC Tougnète 1 / le Hameau / Méribel-Mottaret	8,5	484	4,8 km	Méribel
5	Circuit des Villages	482	482	10 km	Méribel
6	Sentier de Morel	330	330	7,7 km	Méribel
7	Pracoua - Les Granges	342	342	4,8 km	Méribel-Mottaret
8	Au fil de l'eau (montée)	251	/	2,8 km	Méribel-Mottaret
5	Sentier des Crêtes descente les Allues	399	1686	14,6 km	Les Allues
6	TC Tougnète et descente	13	984	7,4 km	Méribel
1	TC Tougnète - Lac de la Chambre	683	1410	17,2 km	Méribel-Mottaret

MÉRIBEL-MOTTARET					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
7	Réserve Tuéda (Promenade confort)	21	21	1,8 km	Méribel-Mottaret
8	Au fil de l'eau (descente)	7	251	2,8 km	Méribel
11	Sentier botanique	120	120	2,8 km	Méribel-Mottaret
12	Explore Games	110	110	4,2 km	Méribel-Mottaret
13	Chemin du Creux de l'Ours	225	225	4,5 km	Méribel-Mottaret
9	TC Pas du Lac - Col du Fruit - Bois des Ramées	215	1211	8,8 km	Méribel-Mottaret
10	Bois des Ramées - Refuge du Saut	525	525	13,9 km	Méribel-Mottaret
11	TC Pas du Lac Descente de la Saulire	5	1003	7,9 km	Méribel-Mottaret
2	Tour des Lacs	1288	1288	20,3 km	Méribel-Mottaret

L'ALTIPORT					
NOM	D+	D-	KM	ARRIVÉE	
6	Sentier des animaux	160	160	3,3 km	Altiport
9	Plaigny - Cottilles	185	185	6,6 km	Altiport (le Blanchot)
10	Forêt du Fontany	265	265	5,4 km	Altiport (le Blanchot)
7	Col de la Loze	620	620	8,6 km	Altiport
8	Creux lou descendant sur Les Allues ou Brides-les-bains	388	984	9,3 km	Les Allues ou Brides-les-Bains