

Bike Park 2016 Tignes - Val d'Isère

Cet été, dévalisez les pistes du Bike Park Tignes - Val d'Isère sans modération : l'accès aux remontées mécaniques VTT est GRATUIT ! Forfaits VTT disponibles gratuitement dans les Maisons de Tignes le Lac et Val Claret.

À CHACUN SA PISTE

Descente (DH) : pistes vertes, bleues, rouges ou noires
Tout comme les pistes de ski en hiver, les pistes de descente sont signalées selon leur niveau de difficulté. **Jamais fait de DH ?** Les 3 pistes vertes sont idéales pour les débutants. **Déjà initié ?** Pensez aux 9 pistes bleues pour progresser. **Fou du guidon ?** Faites-vous plaisir sur les 4 pistes rouges. **Expert ?** Le plein de sensations vous attend sur les 4 pistes noires et 1 double noire !



All mountain (AM) / enduro :

Les pistes all mountain, 12 parcours de difficulté bleue à noire, ont un profil majoritairement descendant, mais peuvent comporter des portions en montée et sont plutôt techniques. **Réservées à un public averti !**

Cross-country (XC) :

Les quatre circuits comportent des portions aussi bien en montée qu'en descente ou à plat. **Pour les sportifs endurants !**

BIKE LAND de Tignes : pour bien commencer !

- **Evaluez votre niveau** grâce aux trois lignes de modules verts, bleus et rouges à votre disposition avant de vous élaner sur le « grand » Bike Park.
- **Amusez-vous sur la zone ludique** avec le dual slalom.
- Envoyez vos plus beaux tricks en toute sécurité sur l'airbag VTT.

EN AVANT LA FAMILLE à Val d'Isère :

En plus de la piste verte familiale Popeye sur Bellevarde, Val d'Isère propose des parcours accessibles pour les débutants, même sans utiliser les remontées mécaniques : l'E-Park, la petite boucle ludique de 400 m sur la Plaine de La Daille, invite enfants et débutants à évoluer sans effort et à leur rythme.

NOUVEAU ! Cet été le trial s'invite à l'E-Park ! Testez les nouveaux modules ludiques adaptés aux enfants...

LES IMMANQUABLES DU DOMAINE !

Côté Tignes :

- Smoothie : une piste verte pour découvrir la descente... en pente douce !
- Gunpowder : cette piste bleue a été revue pour 2016, avec ajouts de nombreux sauts et gros virages relevés !
- Wonderboisses : un parcours dans les arbres pour découvrir l'enduro...
- Kamasutrail : une noire avec des options doubles noires pour les plus expérimentés.

Côté Val d'Isère :

- Val Bleue : la plus ancienne des pistes de Val d'Isère a connu une sérieuse lifting pour 2016, venez la découvrir !
- Popeye : cette longue piste verte avec 3 aires de repos permet de découvrir la descente en famille et en pente douce !
- Very Bike Trip : le parcours enduro le plus difficile du domaine, à réserver aux très bons pilotes !

This summer, enjoy unlimited trails and MTB lifts in Tignes and Val d'Isère: access to the Bike Park is FREE.

MTB lift passes are available for free "in the Maisons de Tignes" in Lac and Val Claret.

A TRAIL FOR EVERYONE

Downhill (DH): green, blue, red and black trails

*Just like the ski runs in winter, downhill trails have different levels of difficulty. **Never tried downhill? The 3 green trails are perfect for beginners. **Already had a go at DH? Think about the 9 blue trails to improve your skills. **Mad about MTB? Have fun on the 4 red trails.*******

Expert? Get your fill of adrenaline on the 4 black and 1 double black trails!



All mountain (AM) / enduro:

*All mountain, 12 trails from blue to black level, trails go mainly downhill but can feature some uphill sections and are quite technical. **For experienced riders!***

Cross-country (XC):

*4 cross-country tracks featuring ascents and descents as well as flat sections. **For tough riders!***

Tignes BIKE LAND: a good place to start!

- **Assess your level** using the three green, blue and red runs before heading to the "big" Bike Park.
- **Have fun** on the dual slalom.
- **Show off your best tricks** in safety on the MTB airbag.

Val d'Isère puts FAMILIES FIRST

Apart from the family Popeye trail on Bellevarde, Val d'Isère has some easily accessible beginner routes and you don't even need a lift to reach them: the E-Park, a 400m circuit on the flat of La Daille allows beginners and children to develop basic skills with ease.

***New!** Come to the E-Park this summer and try out the latest runs that have been specially adapted for kids.*

THE TRAILS NOT TO BE MISSED!

Tignes area:

- Smoothie: a green trail to enjoy downhill smoothly!
- Gunpowder: this blue trail has been improved for 2016 with loads of extra jumps and berms!
- Wonderboisses: experience enduro on a forest trail...
- Kamasutrail: a black with double black options for more experienced riders.

Val d'Isère area:

- Val Bleue: the oldest trail in Val d'Isère has had a serious makeover for 2016. Come and try it out!
- Popeye: this long gentle green trail with 3 rest areas is perfect for a family bike ride!
- Very Bike Trip: the hardest enduro trail in the area. For very good riders only!

Remontées VTT gratuites / Free MTB lifts

ACCÈS GRATUIT

Du 25 juin au 31 août 2016 :

- Télésiège Palafour : 10h-13h / 13h30-17h

Du 2 juillet au 28 août 2016 :

- Télésiège des Tufs : 10h-13h / 13h30-17h (accès pistes VTT Val d'Isère)
- Télécabine de Tovièrre : 10h-12h30 / 13h-17h (accès pistes VTT Val d'Isère)
- Téléphérique de l'Olympique : 9h45-12h / 12h30-16h45
- Télésiège Borsat : 10h15-12h30 / 13h-16h25 (accès pistes VTT Tignes)

ATTENTION : dernier retour sur Tignes via le télésiège de Borsat à 16h25.

FREE ACCESS

From June 25th to August 31st 2016:

- Palafour chairlift: 10am - 1pm / 1.30pm - 5pm

From July 2nd to August 28th 2016:

- Tufs chairlift: 10am - 1pm / 1.30pm - 5pm (access to Val d'Isère MTB trails)
- Tovièrre gondola: 10am - 12.30pm / 1pm - 5pm (access to Val d'Isère MTB trails)
- Olympique cable car: 9.45am - noon / 12.30pm - 4.45pm
- Borsat chairlift: 10.15am - 12.30pm / 1pm - 4.25pm (access to Tignes MTB trails)

WARNING: last lift from Val d'Isère to Tignes via the Borsat chairlift at 4:25pm.

Navettes VTT gratuites / Free MTB shuttle

Du 25 juin au 31 août 2016, empruntez les navettes gratuites avec remorque pour remonter des Brévières et de Tignes 1800 avec votre VTT !

• **Circuit Brévières - Camping - Tignes 1800 - Tignes le Lac Du lundi au samedi : 2 navettes**

Départ du Lac : 9h30-10h00-10h30-11h00-11h30 / 13h30-14h-14h30-15h-15h30-16h-16h30-17h00

Départ des Brévières : 9h30-10h-10h30-11h00-11h30-12h / 13h30-14h-14h30-15h-15h30-16h-16h30-17h-17h30

Le dimanche : 1 navette

Départ des Brévières : 9h-10h-11h-12h / 13h30-14h30-15h30-16h30-17h30

ATTENTION : 8 personnes max. par navette. VTT autorisés à la montée et à la descente.

Des navettes classiques circulent également entre Tignes 1800 / Les Boisses et Tignes 2100. Horaires affichés aux arrêts navette. Attention : Les VTT sont autorisés uniquement sur ce trajet.

From June 25th to August 31st 2016, use the free shuttle bus service with a trailer from Les Brévières and Tignes 1800 up to Tignes le Lac with your MTB!

• **Brévières - Campsite - Tignes 1800 - Tignes le Lac circuit**

From Monday to Saturday: 2 buses

Departure from Tignes le Lac: 9.30am-10am-10.30am-11am-11.30am / 1.30pm-2pm-2.30pm-3pm-3.30pm-4pm-4.30pm-5pm

Departure from Les Brévières: 9.30am-10am-10.30am-11am-11.30am-noon / 1.30pm-2pm-2.30pm-3pm-3.30pm-4pm-4.30pm-5pm-5.30pm

On Sundays: 1 bus

Departure from Les Brévières: 9am-10am-11am-noon / 1.30pm-2.30pm-3.30pm-4.30pm-5.30pm

WARNING: 8 people max. per shuttle. MTB are allowed on the way up and down.

There is also a complementary shuttle (bus) between Tignes 1800 / Les Boisses and Tignes le Lac. Timetable: displayed at each bus stop.

WARNING: MTB are allowed on the way up only in these buses.



LOCAL VTT : VOTRE VÉLO EN SÉCURITÉ !

Après une journée sur les pistes, rendez-vous dans les bagageries des Maisons de Tignes ainsi que chez tous les hébergeurs et commerçants affichant ce logo «VTT, BIENVENUE». Liste complète sur Tignes.net.

After a day on the MTB trails, head to the "Maisons de Tignes" left-luggage areas, as well as to all accommodation and shops showing the "MTB: WELCOME" sticker. Full list on Tignes.net.

Sécurité / Safety



CASQUE OBLIGATOIRE ! Les pistes VTT présentent des difficultés techniques et exigent un vélo adapté. Le casque est obligatoire et les protections très vivement recommandées.

VTT INTERDIT DANS LE PARC NATIONAL DE LA VANOISE ! La pratique du VTT est interdite dans le Parc national de la Vanoise sous peine d'amende.

PRIORITÉ AUX PIÉTONS ! Sur les parcours all mountain et cross-country, les piétons sont prioritaires. Arrêtez-vous pour les laisser passer. Soyez très prudents lorsque vous circulez dans la station.

ATTENTION AUX TROUPEAUX ! Roulez au pas lorsque vous croisez des troupeaux.

SECOURS : 18 ou 112

HELMETS ARE COMPULSORY! MTB trails can be challenging and require specialist bikes. Helmets are compulsory and body protection is highly recommended.

MOUNTAIN BIKING IS FORBIDDEN WITHIN THE VANOISE NATIONAL PARK! Anyone founding cycling within the Park boundaries will be fined.

WATCH OUT FOR PEDESTRIANS! Pedestrians have priority on all the MTB and cross-country trails. Please stop to let them pass. Be very careful when cycling in the resort.

MIND THE ANIMALS! Please ride very slowly in the presence of herds of animals.

EMERGENCY SERVICES: 18 or 112

NEW NOUVEAU
100% service, 100% pratique
100% useful, 100% practical

Application GRATUITE / FREE ONLINE & OFFLINE

TÉLÉCHARGER / DOWNLOAD

L'application Tignes, mon Guide Pratique numérique et tellement plus encore !
Tignes App, my digital Practical Guide and so much more!

#tignaddict
www.tignes.net



2016 Plan des pistes VTT / MTB trail map



Val d'Isère

Maison de Tignes / Tignes reception desks: 04 79 40 04 40
Office du Tourisme de Val d'Isère / Val d'Isère reception desk: 04 79 06 06 60
Météo / Weather: 08 99 71 02 73
Secours / Emergency services: 18 ou 112





À chacun sa piste ! / A trail for everyone!

Descente / Downhill
Piste aménagée en descente, de difficulté variable, exclusivement réservée à la pratique du VTT.
Downhill trail, of varying difficulty, exclusively dedicated to MTB.

All mountain / Enduro
Parcours fléché majoritairement descendant, plutôt technique, et pouvant comporter des portions en montée.
Rappel : les piétons sont prioritaires.
Signposted trail, going mainly downhill, quite technical, and featuring some uphill sections.
Pedestrians have priority.

Cross-country
Circuit comportant des portions aussi bien en montée qu'en descente ou à plat.
Rappel : les piétons sont prioritaires.
Track featuring ascents and descents as well as flat sections.
Pedestrians have priority.

Légende / Key

- Point information / Information point
- Navettes VTT gratuites / Free MTB shuttle
- Aires de pique-nique / Picnic areas
- Liaisons / Links
- Travaux en cours, prudence ! / Work in progress, be cautious!
- Salle hors-sac / Indoor picnic area
- Aire de lavage - Gonflage / Cleaning and inflation area
- Bike Land et airbag VTT / Bike Land and MTB airbag
- E-park
- Danger

Pistes de descente / Downhill trails

Secteur / Area	Piste / Trail	Difficulté / Difficulty	Longueur / Length	Dénivelé / Difference in height
BELLEVARDE	P Popeye	Débutant / Beginner	12,8 km	- 850 m
	BK Borsattack	Initié / Improver	2,7 km	- 300 m
	BL Blue Lagoon	Initié / Improver	3,5 km	- 400 m
	VB Val Bleue	Initié / Improver	7 km	- 680 m
PALAFOUR	B Bellev'hard	Expert / Expert	4,8 km	- 850 m
	E Easyride	Débutant / Beginner	4,6 km	- 460 m
	S Smoothie	Débutant / Beginner	3 km	- 460 m
	JA Jump Around	Initié / Improver	4,1 km	- 460 m
	TL Tarte à Lognan	Initié / Improver	2,3 km	- 300 m
	RH Red Hot	Confirmé / Advanced	3,8 km	- 365 m

Pistes all mountain / All mountain trails

Secteur / Area	Piste / Trail	Difficulté / Difficulty	Longueur / Length	Dénivelé / Difference in height
TOVIÈRE	GP Gunpowder	Initié / Improver	4,5 km	- 595 m
	KG Kangooride	Initié / Improver	3,4 km	- 450 m
	SW Sweet Sweet	Initié / Improver	2,5 km	- 500 m
	TA Tarentaise Airline	Initié / Improver	1,5 km	- 500 m
	FA Fresse Tagada	Confirmé / Advanced	1 km	- 150 m
	FT Funky tufs	Confirmé / Advanced	3,3 km	- 390 m
	G Gypsy	Confirmé / Advanced	2,7 km	- 450 m
	BM Black Metal	Expert / Expert	1 km	- 250 m
	K Kamasutrail by GoPro	Expert / Expert	2,5 km	- 340 m
	M Moustache	Expert / Expert	1 km	- 250 m
S Scarefresse	Elite / Elite	1 km	- 150 m	

Secteur / Area	Piste / Trail	Difficulté / Difficulty	Longueur / Length	Dénivelé / Difference in height
BELLEVARDE	FP Flower Power	Initié / Improver	1,5 km	- 160 m
	IW Into the Wild	Confirmé / Advanced	8 km	- 840 m
	RR Rock'n Ride	Expert / Expert	5 km	+ 150 m / - 610 m
	VBT Very Bike Trip	Expert / Expert	6,5 km	+ 100 m / - 1050 m
PALAFOUR TIGNES 1800 BREVIERES	W Wonderboisses	Initié / Improver	4 km	+ 75 m / - 530 m
	P Palaf	Confirmé / Advanced	2,2 km	+ 150 m / - 880 m
	RT Rocky Trail	Confirmé / Advanced	2,5 km	+ 60 m / - 300 m
	CF Conduite forcée	Expert / Expert	2,2 km	+ 500 m / - 790 m
	FB Forest Bump	Expert / Expert	2,1 km	+ 60 m / - 780 m
	SV Salon de la Vache	Expert / Expert	4,6 km	+ 60 m / - 780 m

Secteur / Area	Piste / Trail	Difficulté / Difficulty	Longueur / Length	Dénivelé / Difference in height
TOVIÈRE	IT Ice Tignes	Confirmé / Advanced	2 km	+ 150 m / - 730 m
	WN Wild 10 Nez	Expert / Expert	5 km	+ 100 m / - 695 m

Pistes cross-country / Cross-country trails

Secteur / Area	Piste / Trail	Difficulté / Difficulty	Longueur / Length	Dénivelé / Difference in height
PALAFOUR	CL Cow Lanta	Initié / Improver	6 km	+ 350 m / - 350 m
	TP Trailspotting	Initié / Improver	7,5 km	+ 350 m / - 350 m
MANCHET	O Olive	Initié / Improver	7 km	+ 150 m / - 150 m
LA DAILLE	MI Mimosa	Initié / Improver	4 km	+ 80 m / - 80 m