



### Légende / Key

- Promenades piétons/winter walking
- Espace luge/Sledding area
- Bancs/Benches
- Parking handicapés/Parking for handicapped person
- Promenade en chenillette/Excursions by tracked vehicle
- Restaurant d'altitude/Mountain restaurant
- Info neige/Information snows
- Caisse/Desk
- Danger falaise/Danger cliff
- Poste de secours/First aid service
- Toilettes publiques/Public conveniences
- Piste luge éclairée/Night sledging pist
- Alpe d'Huez Tourisme/Alpe d'Huez Tourism
- Panorama/Panorama



# 35 km de promenades piétons pour découvrir la montagne mythique

## 35 km of paths to discover the mythical mountain



**SOS +33 (0)4 76 80 37 38**

### Matériel nécessaire/Necessary equipment

- Bâtons/Walking sticks
- Raquettes en fonction de l'état de la neige/Snowshoes according to snow conditions
- Lunettes/Glasses
- Gants/Gloves
- Coupe vent/Windstopper
- Protection solaire/Sun protection
- Boisson/Water
- Chaussures adaptées/Special shoes



### Conseils pratiques/Practical advice

- Attention aux horaires de fermeture des remontées mécaniques pour votre retour/Check the lift times for your return journey
- Toujours donner votre itinéraire à quelqu'un/Always tell somebody where you plan to go
- Ne pas partir seul/Do not walk alone
- Suivre le jalonnement des pistes/Follow marked paths
- Ne pas partir après la fermeture du domaine (quand travaillent les chenillettes)/Do not walk when ski area is closed (when piste bashers work)
- Ne pas prendre le tracé des pistes de fond/Do not walk on cross country slopes
- Tenir les chiens en laisse/Keep pets on a leash
- Avant de partir, s'informer sur la météo/Before walk, check weather forecast

Dans le tableau ci-contre, la difficulté et la durée des promenades sont des valeurs moyennes données à titre indicatif. Ne surestimez pas vos forces, renseignez-vous.

Difficulties and durations of the walk on the following table are medium values for informations: careful on your health conditions and strength and ask more informations to our services.

	Altitude/Altitude	Accès/Access	Durée/Duration	Difficulté/Difficulty	Vue/Sight	Observations/Observations
Lac Besson	2100 - 2050	Départ Alpe d'Huez: DMK 1 <sup>er</sup> tronçon ou promenade n° 3 ou 4 - Départ Oz: TC Poutan ou Alpette/ From Alpe d'Huez: DMK 1 <sup>er</sup> tronçon gondola ou path n° 3 or 4 - From Oz: Poutan or Alpette gondola lifts	40 min	Facile/Easy	Massif de Belledonne et des Grandes Rousses	Parallèle à la piste de fond/Parallel to cross-country slope
Alpette	2050 - 2050	Départ Alpe d'Huez: DMK 1 <sup>er</sup> tronçon - Départ Valjany: TPI Valjany/Alpette - Départ Oz: TC Poutan ou Alpette/ From Alpe d'Huez: DMK 1 <sup>er</sup> tronçon - From Valjany: TPI Valjany/Alpette - From Oz: Poutan or Alpette gondola lifts	1h 45	Moyenne/Medium	Belledonne et les Rousses, Plateau des Lacs	Parallèle à la piste de fond, tracé aller-retour/Go and return path - Careful of scooters
Premier Tronçon	1800 - 2100	Départ sous DMK 1 <sup>er</sup> tronçon/Departure under DMK lift 1 <sup>st</sup> tronçon	40 min	Moyenne/Medium	Station, Le Tallier	Tracé aller-retour - Passage des scooters/Go and return path - Careful of scooters
Poutan	1850 - 2100	A proximité du DMK 1 <sup>er</sup> tronçon - Rassemblement ESF 1800, sous pontique départ piste fond/ Near DMK lift 1 <sup>st</sup> tronçon, meeting point of french ski school, closed to departure of cross-country	1h	Moyenne/Medium	Le Tallier/Alpe d'Huez	Tracé aller-retour/Go and return path
Gorges de Sarenne	1450 - 1950	Par Huez village/By Huez village	1h	Facile/Easy	Promenade en sous-bois le long de la Sarenne	Tracé aller-retour, commun avec le ski de fond/Go and return path, common with cross-country slope
Altport	1800 - 1800	Parking altport ou camping car/Altport or motor home parkings	20 min	Facile/Easy	Tracé aïen, Le Tallier	Tracé aller-retour/Go and return path
Crête du Signal	2100 - 1970	Départ Alpe d'Huez: télécabine de la Grande Sure - Départ Villard Reculas par le TSD du Villard/ From Alpe d'Huez: Grands Sauts tvaire lift - From Villard Reculas: Villard TSD tvaire lift	1h	Moyenne/Medium	Vallées de la Romanche et de l'Eau d'Olle, Massif de Belledonne et du Tallier	Tracé aller-retour/Go and return path
Rif-Nel	1800 - 1800	Liaison haut et bas de la station - Des Berges ou du Rond Point des Pâtes/ Link between high and down resort areas - From Berges area or Rond Point des Pâtes	20 min	Moyenne/Medium	Station, Domaine skiable	Le long de l'avenue du Rif-Nel, tracé aller-retour/Liaison haut et bas de la station - Attention passage des scooters/Along Rif-Nel avenue - Go and return path - Careful of scooters
La Bergerie	1800 - 2000	Départ sous la télécabine des Marmottes/Departure under Marmottes Gondola lift	40 min	Moyenne/Medium	Le Tallier	Tracé aller-retour/Go and return path
Pierre Ronde	1800 - 1800	Départ de l'altport/Departure from Altport	1h 30	Facile/Easy	Signal de l'Homme, Col de Clay, trafic aïen	Parallèle à la piste de fond - Danger d'avalanches après Pierre Ronde/ Parallel to cross-country slope - Careful of avalanches after Pierre Ronde/Point
Col de Maronne	1500 - 1700	Départ les Orgères (Auris)/From Orgères (Auris)	1h	Facile/Easy	Les Forcs, Les 2 Alpes	Tracé aller-retour, commun avec le ski de fond/Go and return path, common with cross-country slope
Marmottes	2335 - 2500	Par le télésiège des Marmottes 1/By Marmottes 1 Chairlift	30 min	Facile/Easy	Station de l'Alpe d'Huez, Massif de Belledonne et du Tallier	fermée les des déplacements d'avalanches, ne pas s'approcher des retenues d'eau/ Closed when blasting avalanches/Keep away of water reservoirs
Montrais	1690 - 1740	Départ Valjany, TC Valjany-Villette et Villette-Montrais/From Valjany, TC Valjany-Villette and Villette-Montrais	40 min	Facile/Easy	Vallee de l'Eau d'Olle, Massif de Belledonne	Ne pas s'approcher de la retenue d'eau/Keep away of water reservoirs
Langaret	1480 - 1480	Départ Villard Reculas/From Villard Reculas	40 min	Facile/Easy	Vallee de l'Eau d'Olle, Massif de Belledonne	Tracé aller-retour/Go and return path
Pré Reynaud	1350 - 1350	Départ Oz-en-Oisans/From Oz-en-Oisans	40 min	Facile/Easy	Sous les sapins Vallée de l'Eau d'Olle/Under fir	Tracé Aller-retour / Go and return path

Freemove et Tieme hotel