



TIGNES – VAL D'ISÈRE

LÉGENDE KEY

- Point information / Information point
- Navettes VTT gratuites / Free MTB shuttle buses
- Aires de pique-nique / Picnic areas
- Pumptrack / Pumptrack
- Prise de recharge / Charging station
- Salle hors-sac / Indoor picnic area
- Aires de lavage - Gouffrage / Tire pumping areas
- Bike Land - Tignes / Bike Land - Tignes
- First Ride - Val d'Isère / First ride - Val d'Isère
- Priorité aux piétons / Give way to pedestrians
- Parcours E-Bike / eMTB loops

PISTES ALL MOUNTAIN ALL MOUNTAIN TRAILS

Secteur Area	Piste Trail	Difficulté Difficulty	Longueur Length	Dénivelé Elevation difference
BELLEVARDE	RR Rock'n Ride	Expert Expert	5 km	+150m / -810 m
	T Tabasco	Confirmé / Advanced	12 km	+60 m / -300 m
	VBT Very Bike Trip	Expert Expert	6,5 km	+100 m / -1050 m
TIGNES 1800	CF Conduite Forcée	Expert Expert	2,2 km	+500 m / -790 m
BRÉVIERES	FB Forest Bump	Expert Expert	21 km	+60 m / -780 m
	W Wonderboises	Initié / Improver	4 km	+75 m / -530 m
PALAFOUR	RT Rocky Trail	Confirmé / Advanced	2,5 km	+60 m / -300 m
	P Palaf	Expert Expert	2,2 km	+150 m / -880 m
	SV Salon de la Vache	Expert Expert	4,6 km	+60 m / -780 m
TOVIÈRE	WN Wild 10 Nez	Expert Expert	5 km	+100 m / -695 m

BOUCLES ALL MOUNTAIN E-BIKE EBIKE ALL MOUNTAIN LOOP

Secteur Area	Piste Trail	Difficulté Difficulty	Longueur Length	Dénivelé Elevation difference
BELLEVARDE	VP Val Pesto	Débutant / Beginner	18 km	+ / - 300 m
	PA Petit Alaska	Expert Expert	5 km	+ / - 180 m
LA DAILLE	WW Wood-E-Wood	Initié / Improver	4,4 km	+ / - 60 m
	DD Dal Dal	Confirmé / Advanced	5 km	+ / - 150 m
LE FORNET	FP Flower Power	Initié / Improver	5 km	+ / - 110 m
	RM Rogo Mongo	Confirmé / Advanced	6,6 km	+ / - 220 m
PALAFOUR	CL Cow Lanta	Initié / Improver	7 km	+ / - 320 m

PISTES DE DESCENTE DOWNHILL TRAILS

Secteur Area	Piste Trail	Difficulté Difficulty	Longueur Length	Dénivelé Elevation difference
BELLEVARDE	P Popeye	Débutant / Beginner	15 km	- 900 m
	BK Borsattack	Initié / Improver	2,7 km	- 300 m
	BL Blue Lagoon	Initié / Improver	3,5 km	- 370 m
	VB Val Bleue	Initié / Improver	9,5 km	- 780 m
PALAFOUR	FW Fast Wood	Confirmé / Advanced	6 km	- 770 m
	B Bellehard	Expert / Expert	4,8 km	- 850 m
	B Bollinette	Débutant / Beginner	2 km	- 100 m
TOVIÈRE	GP Gunpower (COMMERCIAL TRACK)	Initié / Improver	4 km	- 510 m
	TA Tarentaise Airline	Initié / Improver	4,7 km	- 440 m
	KG Kangorodie	Confirmé / Advanced	2,6 km	- 400 m
TOVIÈRE	FA Fresse Tagada	Confirmé / Advanced	1 km	- 90 m
	FT Funky Tufs	Initié / Improver	3,3 km	- 270 m
	G Gypay	Expert / Expert	1,3 km	- 240 m
BELLEVARDE	BM Black Metal	Expert / Expert	1 km	- 250 m
	K Kamasstrail	Expert / Expert	2,5 km	- 340 m
	M Moustache	Expert / Expert	1 km	- 170 m
	S Scarefresse Elite / Elite	Initié / Improver	1 km	- 150 m
PALAFOUR	S Smoothie	Débutant / Beginner	6 km	- 460 m
	JA Jump around	Initié / Improver	4,1 km	- 460 m
	TL Tarte à Lognan	Initié / Improver	2,3 km	- 300 m
PALAFOUR	RH Red Hot	Confirmé / Advanced	3,8 km	- 340 m

MONTÉES E-BIKE EBIKE CLIMBS TRAILS

Secteur Area	Piste Trail	Difficulté Difficulty	Longueur Length	Dénivelé Elevation difference
PALAFOUR	E-E Zrydie	Débutant / Beginner	1,4 km	+116 m
	E-E Zrydie	Initié / Improver	3 km	+200 m
PALAFOUR	CJ ChardonUp	Confirmé / Advanced	10 km	+/-730 m
	DJ Dark Jador	Expert / Expert	5 km	+255m /265m
TOVIÈRE	GTF Garatfresse	Initié / Improver	4,6 km	+450 m
	BS Borsalino	Initié / Improver	0,5 km	+40 m
TOVIÈRE	FY Freesty	Expert / Expert	2 km	+240 m
	IW Into the wild	Confirmé / Advanced	11 km	+880 m / -20 m
TOVIÈRE	SS Sheepy Steppe	Initié / Improver	2,7 km	+130 m / -30m
	WI Wild Isère	Confirmé / Advanced	2,4 km	+200 m / -20m
LA DAILLE	FM Fée Magique	Initié / Improver	9,5 km	+780 m



LEXIQUE GLOSSARY

DH
Bords blanc = piste de descente. Bande centrale = niveau de difficulté: Vert/Bleu/Rouge/Noir/Double N
White edges = downhill trail. Middle stripe = level of difficulty: green/blue/red/black/double black

- Vert = débutant / Green = beginner
- Bleu = initié / Blue = novice
- Rouge = confirmé / Red = intermediate
- Noir = expert / Black = expert
- Double noir = élite / Double black = elite

ENDURO
Bords de couleurs = couleur de la balise sur le terrain. Bande centrale = niveau de difficulté (B/R/N)
Coloured edges = colour of the marker. Middle stripe = level of difficulty (blue/red/black)

- Bleu = initié / Blue = novice
- Rouge = confirmé / Red = intermediate
- Noir = expert / Black = expert

VTTAE / EBIKE
Bords jaunes = parcours «électrique» (VTTAE). Bande centrale = niveau de difficulté (V/B/R/N)
Yellow edges = electric bike (eMTB) trail. Middle stripe = level of difficulty (green/blue/red/black)

- Vert = débutant / Green = beginner
- Bleu = initié / Blue = novice
- Rouge = confirmé / Red = intermediate
- Noir = Expert / Black = expert

REMONTÉES VTT MTB LIFTS

TARIFS / PRICE

1 JOUR 1 day	adulte / adult 18€	enfant / child 6€
6 JOURS 6 days	adulte / adult 18€	enfant / child 53€

Les forfaits VTT sont disponibles à l'Office de Tourisme de Val d'Isère, au Centre Aquasportif, au Parc des Sports du Manchet ou au départ de la Télécabine de l'Olympique, mais aussi dans les maisons de Tignes Le Lac et Tignes Val Claret.

DERNIER RETOUR SUR TIGNES VIA LE TÉLÉSIÈGE DE BORSAT À 16H25

Last lift from Val d'Isère to Tignes via the Borsat chairlift at 4.25pm
L'accès au Bike Park est dépendant des conditions d'enneigement au moment de l'ouverture de la saison estivale.
Certain areas of the Bike Park may not be accessible at the beginning of the summer season if all the snow has not yet melted.

VAL D'ISÈRE

TÉLÉPHÉRIQUE DE L'OLYMPIQUE :

Du 1^{er} juillet au 9 juillet: 9h45 à 12h et de 12h30 à 16h50 (dernière descente: 16h50).
From 1st to 9th July: 9.45am to 12pm / 12.30pm to 4.50pm (last ride down: 4.50pm).
Du 10 juillet au 20 août: 9h45 à 16h50 sans interruption (dernière descente: 16h50).
From 10th July to 20th August: 9.45am - 4.50pm non-stop (last downhill last ride down: 4.50pm).
Du 21 août au 3 septembre: 9h45 - 12h et de 12h30 - 16h50 (dernière descente 16h50).
From 21st August to 3rd September: 9.45am - 12 / 12.30 - 4.50pm (last downhill).

TÉLÉSIÈGE DE BORSAT (VTT & PIÉTONS EN MONTÉE UNIQUEMENT)

Liaison entre Tignes et Val d'Isère, de 10h15 à 12h30 et de 13h à 16h25.
Borsat chairlift (MTB and pedestrians ascent only). Connections between Tignes and Val d'Isère, from 10.15 am-12.30 pm / 1pm-4.25 pm.

TIGNES

TÉLÉCABINE DE TOVIÈRE
Du 24/06 au 03/09:
9h45 - 12h30 / 13h - 16h45 (accès Val d' Isère).
Tovièr cable car (open until September 3rd):
9.45am - 12.30pm / 1pm - 4.45pm (access to Val d'Isère).

TÉLÉSIÈGE DES TUFES

Du 24/06 au 27/08
9h45 - 13h / 13h30 - 16h45 (accès Val d'Isère).
Tufs chairlift: 9.45am - 1pm / 1.30pm - 4.45pm (access to Val d'Isère).

TÉLÉSIÈGE DE PALAFOUR

Du 24/06 au 27/08
9h45 - 13h / 13h30 - 16h45
Alpes chairlift: 9.45am - 1pm / 1.30pm - 4.45pm

TÉLÉSIÈGE DE BOLLIN

Du 24/06 au 27/08
9h45 - 12h45 / 13h15 - 16h45
Alpes chairlift: 9.45am - 12.45pm / 1.15pm - 4.45pm

TIGNES > NAVETTES VTT GRATUITES FREE MTB SHUTTLE BUSES

Du 24 juin au 27 août empruntez les navettes gratuites avec remorque pour remonter à Tignes le Lac avec votre VTT depuis les Brévières, les Boisses et Tignes 1800. Les horaires sont affichés aux arrêts navettes ou dans les Offices de Tourisme. Des navettes gratuites sont aussi à disposition dans Val d'Isère.

From 24th June to 27th August take the free shuttle buses, with trailers for your mountain bike, to go back up to Tignes le Lac from the Brévières, Les Boisses and Tignes 1800. The timetable is displayed at the shuttle bus stops or in the Tourist Offices. Free shuttles are also available in Val d'Isère.

CIRCUIT : BRÉVIERES - CAMPING - TIGNES 1800 - TIGNES LE LAC

Du lundi au dimanche : 2 navettes / From Monday to Sunday: 2 buses
Départ du Lac / Leaves from Tignes le Lac:

9:30	10	10:30	11	11:30	12:30	14	14:30	15	15:30	16	16:30	17
------	----	-------	----	-------	-------	----	-------	----	-------	----	-------	----

Départ des Brévières / Leaves the Brévières:

9:30	10	10:30	11	11:30	12:30	14	14:30	15	15:30	16	16:30	17	17:30
------	----	-------	----	-------	-------	----	-------	----	-------	----	-------	----	-------

8 personnes max. par navette. VTT autorisés à la montée et à la descente. Priorité aux vététistes. Il existe également une navette supplémentaire entre Tignes 1800 / Les Boisses et Tignes le Lac. Horaires: affichés à chaque arrêt de bus.

PLEASE NOTE: 8 people max. per shuttle. MTB are allowed on the way up and down. Mountain bikers have priority. There is also a complementary shuttle (bus) between Tignes 1800 / Les Boisses and Tignes le Lac. Timetable: displayed at each bus stop.

