



VERBIER LA TZOUZMAZ - VAL DE BAGNES

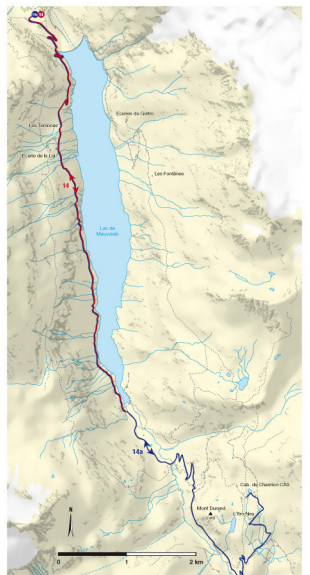
CONSIGNES DE SECURITE VTT
MOUNTAIN BIKING SAFETY MEASURES / MOUNTAINBIKE SICHERHEITSHINWEISE

1. Portez un casque et des protections adéquates.
 2. Vérifier au bon état de votre matériel.
 3. Utilisez le matériel adapté aux parcours et à la discipline.
 4. Rênez sur les pistes balisées.
 5. Soyez maître de votre vitesse.
 6. Faites attention aux randonneurs et aux promeneurs, soyez aimables et descendez du vélo si le faut. Le matériel est à vos pédales.
 7. Respectez la faune et la flore.
 8. Revenez descendre sous les barrières et les clôtures pour la protection du bétail.
 9. Ramassez vos déchets.
 10. Souriez, vous êtes en vacances !
1. Wear a helmet and adequate protection.
 2. Check that your equipment is in good repair.
 3. Use material that is suitable for the route and the sport.
 4. Stay in control of your speed.
 5. Remain in control of your speed.
 6. Wash out for hikers and walkers - be pleasant and get off your bike if necessary. Pedestrians have priority.
 7. Respect the fauna and flora.
 8. Close gates and fences behind you to protect herds of animals.
 9. Pick up your trash.
 10. Smile - you're on holiday!
1. Tragen Sie einen Helm und eine geeignete Schutzabstärkung.
 2. Achten Sie auf den guten Zustand Ihrer Ausrüstung.
 3. Verwenden Sie die Geräte und die Kleidung geeigneter Material.
 4. Bleiben Sie auf der markierten Piste.
 5. Halten Sie Ihre Tempo unter Kontrolle.
 6. Nehmen Sie Rücksicht auf Wanderer und Spaziergänger, seien Sie höflich und steigen Sie wenn nötig ab. Die Fußgänger haben Vorrang.
 7. Respektieren Sie die Tier- und Pflanzenwelt.
 8. Schließen Sie Schranken und Zäune zum Schutz des Viehs hinter sich zu.
 9. Nehmen Sie Ihre Abfälle mit.
 10. Lächeln Sie, Sie sind in den Ferien!

Carte VTT 26 parcours cross-country - gratuit dans nos bureaux d'information
Carte VTT singletrail "SpectralMap" - en vente dans nos bureaux d'information
Plan des pistes du bikepark - gratuit dans nos bureaux d'information.

Mountain bike map - 26 cross country trails - free from our information offices.
Single trail Mountain bike map "Spectral Map" - on sale in our information offices.
Bikepark trail map - free from our information offices.

MTB Karte 26 Cross Country Trails - gratis in unseren Informationsbüros
MTB Karte Singletrails "SpectralMap" - im Verkauf in unseren Informationsbüros
Plan der Bikepark Trails - gratis in unseren Informationsbüros



VERBIER		VAL DE BAGNES	
1	LE GRAND TOUR © 3H30 VERBIER - LES BÉAS - SARREYER - LES SCHÉRONDES - LA CHAUX D'OR DE COEUR - VERBIER	3	PARCOURS DU 700ÈME © 2H30 SEMBRANCHER - VERBIER - PRARREYER - BRUSON - CHÂBLE
6	LES HAUTS DE VERBIER © 2H VERBIER - CARREFOUR - CROIX DE COEUR - LES ROULETTES - CLAMBIN - VERBIER	8	LE VAL DE BAGNES © 3H CROIX DE COEUR - SARREYER - COURTIER - PÉRAMOUZ - CHAMUILLE - VERBIER
6	LE CHÂTEAU © 1H VERBIER - LÉVINE - LES PRÉTIÈRES - VERBIER	8B	LA CABANE BRUNET © 1H15 PÉRAMOUZ - CABANE BRUNET - PÉRAMOUZ
1	FAMILLES - VERBIER/LA TZOUZMAZ © 4H VERBIER - LES ROULETTES - CROIX DE COEUR - LA TZOUZMAZ - SAVOYÈRES - VERBIER	9	LES MAYENS DE BRUSON © 2H15 LE CHÂBLE - LA COU - CHAMUILLE - SEMBRANCHER - LE CHÂBLE
1B	FAMILLES - VERBIER/VAL DE BAGNES © 4H VERBIER - LES ROULETTES - LES ROULETTES - LA CHAUX - LES SCHÉRONDES - LE CHÂBLE - VERBIER	10	LE BARRAGE DE MAUDOUIS © 2H15 LE VIRGO-HOTEL - LE LANCEY - LA BAUME - CABANE CHAMUILLE - LE VIRGO-HOTEL
16	LES SCHÉRONDES © 2H40 VERBIER - LES ROULETTES - LES SCHÉRONDES - ROUTE DU SOLÉIL - VERBIER	10B	LA CABANE CHANNION © 1H45 LE VIRGO-HOTEL - LE LANCEY - LA BAUME - CABANE CHANNION - LE VIRGO-HOTEL
17	CLAMBIN ET LE VAL DE BAGNES © 2H30 VERBIER - CARREFOUR - CLAMBIN - LES CHARRIÈRES - LES CROIX - SARREYER - COURTIER - LE CHÂBLE - VERBIER	10C	LA CROIX DU SIX BLANC © 4H LE CHÂBLE - LA COU - LA VERRÈRE - MOÛRE - LA COU DU SIX BLANC - LE FAYRE - MOMIN - CHAMUILLE - LE CHÂBLE
20	VALAIS ALPINE BIKE © 1H50 VERBIER - LES CROIX - CARREFOUR - CROIX DE COEUR - LA TZOUZMAZ	10D	LA TZOUZMAZ BIKE © 5H30 LA TZOUZMAZ - CROIX DE COEUR - PLANARDES - MARELÈRE - SAVOYÈRES - LES FAYÈRES - LA TZOUZMAZ - CHAMUILLE - LA COU - LA TZOUZMAZ
21	TOUR DU MT-FORT - EASY RIDER © 3H30 VERBIER - SAVOYÈRES - LA TZOUZMAZ - HAUTE NENDAZ - TRACOURT - SIVÈZ - COL DES GENTIANES - LA CHAUX - VERBIER	10E	SEMBRANCHER/VOLLÈGES
21	TOUR DU MT-FORT - PRO RIDER © 5H VERBIER - SAVOYÈRES - LA TZOUZMAZ - HAUTE NENDAZ - TRACOURT - SIVÈZ - COL DES GENTIANES - LA CHAUX - VERBIER	1	LE COL DU LÉIN © 2H45 VERBIÈRES - COL DU TRONC - COL DU LÉIN - LÉVINE - VOLLÈGES
		10	LES CHARBONNIÈRES © 1H30 SEMBRANCHER - CHAMUILLE - SEMBRANCHER - LES CHARRIÈRES - SEMBRANCHER
			LA TZOUZMAZ
			LA TZOUZMAZ BIKE © 5H30 LA TZOUZMAZ - CROIX DE COEUR - PLANARDES - MARELÈRE - SAVOYÈRES - LES FAYÈRES - LA TZOUZMAZ - CHAMUILLE - LA COU - LA TZOUZMAZ

