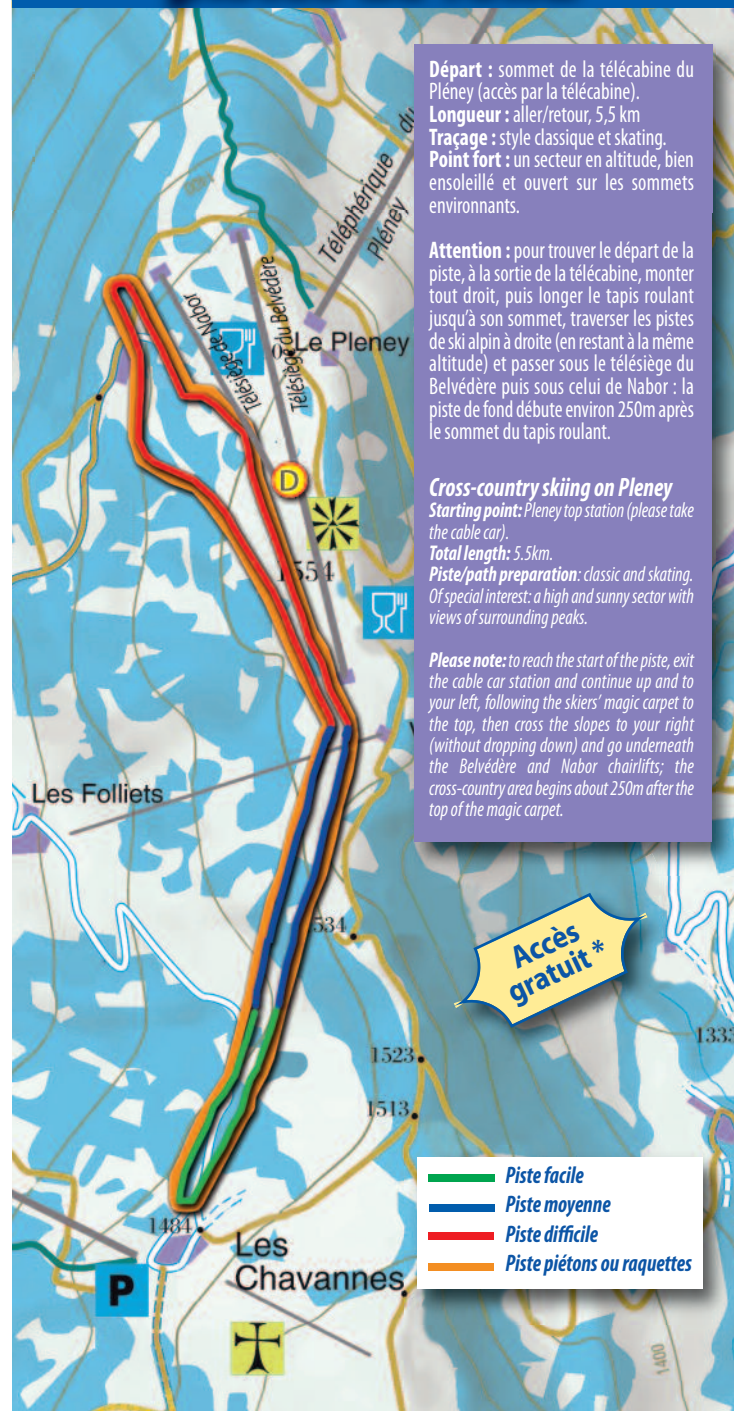


# Sentier des Dérêches piétons - raquettes



# Le Pléney pistes de fond



# PLAN

## Pistes de fond, piétons et raquettes





# Piste de fond de la Vallée de la Manche



-  Piste moyenne
-  Piste difficile
-  Piste piétons ou raquettes

## Piste de fond

**Départ :** parking de Nyon, au pied du téléphérique (accès en voiture ou grâce à la navette gratuite).

**Longueur :** aller/retour, environ 20 km

**Traçage :** style classique, skating possible où la piste est assez large.

**Point fort :** un cadre sauvage loin des remontées mécaniques

**Attention :** skieurs alpins ou de randonnée en provenance du Col du Fornet ou du Col de Cou.

## Piste piétons ou raquettes

**Départ :** sentier devant la caserne des pompiers (puis identique à la piste de fond)

**Longueur :** aller/retour, environ 26 km

## Cross-country skiing in the Vallée de la Manche

**Starting point:** Nyon car park, below the cable car (take your car or the free shuttle to reach it).

**Total length:** 20km.

**Piste/path preparation:** classic or skating where the piste is wide enough.

**Of special interest:** an unspoilt setting far from ski lifts.

**Please note:** watch out for skiers (downhill or touring) coming down from the Col du Fornet or Col de Cou.

## Suitable for walkers or snowshoes.

**Starting point:** the track by the fire station (then the cross-country ski track)

**Total length:** approx. 26km.

## Pour votre sécurité

En montagne, le risque est toujours présent, surtout l'hiver avec la neige, le froid, la nuit qui tombe vite et le mauvais temps. Vous randonnez sous votre entière responsabilité :

- Choisissez un itinéraire à votre portée et respectez la nature : ramenez vos déchets et restez sur les sentiers balisés,
- Avant de partir, tenez compte de la météo et prévenez famille ou hébergeur de votre itinéraire et de votre horaire de retour,
- Équipez-vous de bonnes chaussures de marche, bâtons, vêtements chauds, gants, bonnets, écharpes et lunettes de soleil, à boire et à manger.

Toutes les pistes sont régulièrement damées et entretenues. Certains secteurs peuvent être fermés en cas de manque de neige ou de danger d'avalanches. Merci de votre compréhension et respectez la signalisation.

## For your safety

The mountains can be dangerous, especially in winter with the snow, the cold, night falling quickly and if there is bad weather. You are responsible for your own safety when you go walking, so please:

- Choose a route within your capabilities and respect the environment: bring back all your rubbish and stick to the marked paths.
- Before setting off, check the weather forecast and tell a family member or your host of the route you plan to take - and the time you expect to return.
- Make sure you have good walking boots, poles, warm clothes, gloves, hats, scarves and sunglasses, plus something to eat and drink.

All slopes are regularly prepared by snowploughs. Some sectors may be closed because of insufficient snow or avalanche risk. Please follow the route markers. Thank you for your understanding.

Accès gratuit \*

**\*Accès gratuit et forfaits Morzine-Les Gets.** L'accès aux pistes de fond et raquettes est gratuit. Seul l'accès aux remontées mécaniques est payant. Morzine-Les Gets propose un forfait piétons-fondeurs 6 jours qui permet d'emprunter (aller et retour) les téléphériques de Nyon et Pléney ainsi que la télécabine du Pléney (Morzine) et des Chavannes et du Mont-Chéry Les Gets). Possibilité de tickets pour chaque remontée mécanique ou carte à points. En vente aux caisses de Morzine, Tél : 04 50 79 00 38

**\*Access to the cross-country routes is free throughout Morzine-Les Gets.** Morzine-there is nothing to pay – unless the ski lifts to reach the Nordic sectors up the mountain. The ski lift company offers a 6-day walkers/cross-country skiing liftpass which provides access to the following cable cars: Nyon, Pléney Morzine (and the bubble lift), Chavannes and Mont-Chéry in Les Gets (up and down). Otherwise, you can purchase a ticket for each lift or use a points card. On sale in Morzine's ticket offices - Tel: 04 50 79 00 38

## Numéros utiles

- Météo Chamonix : 0892 68 02 74 Les bulletins de prévisions météo sont affichés dans les Offices de Tourisme.
- Numéro international des secours : composez le 112 à partir d'un portable.

## Useful phone numbers

- Chamonix weather forecast: 0892 68 02 74. The weather forecast is on display in tourist offices.
- International rescue services: dial 112 from a mobile.