



BALADES RAQUETTES ET PIETONS

Consignes à respecter pour une pratique sécurisée :

La raquette à neige est un sport accessible à un large public. Sur les itinéraires balisés, tout est mis en oeuvre pour assurer un maximum de sécurité mais attention, le risque 0 n'existe pas en montagne. Pour un maximum de sécurité, veillez à suivre les préconisations suivantes :

Avant le départ :

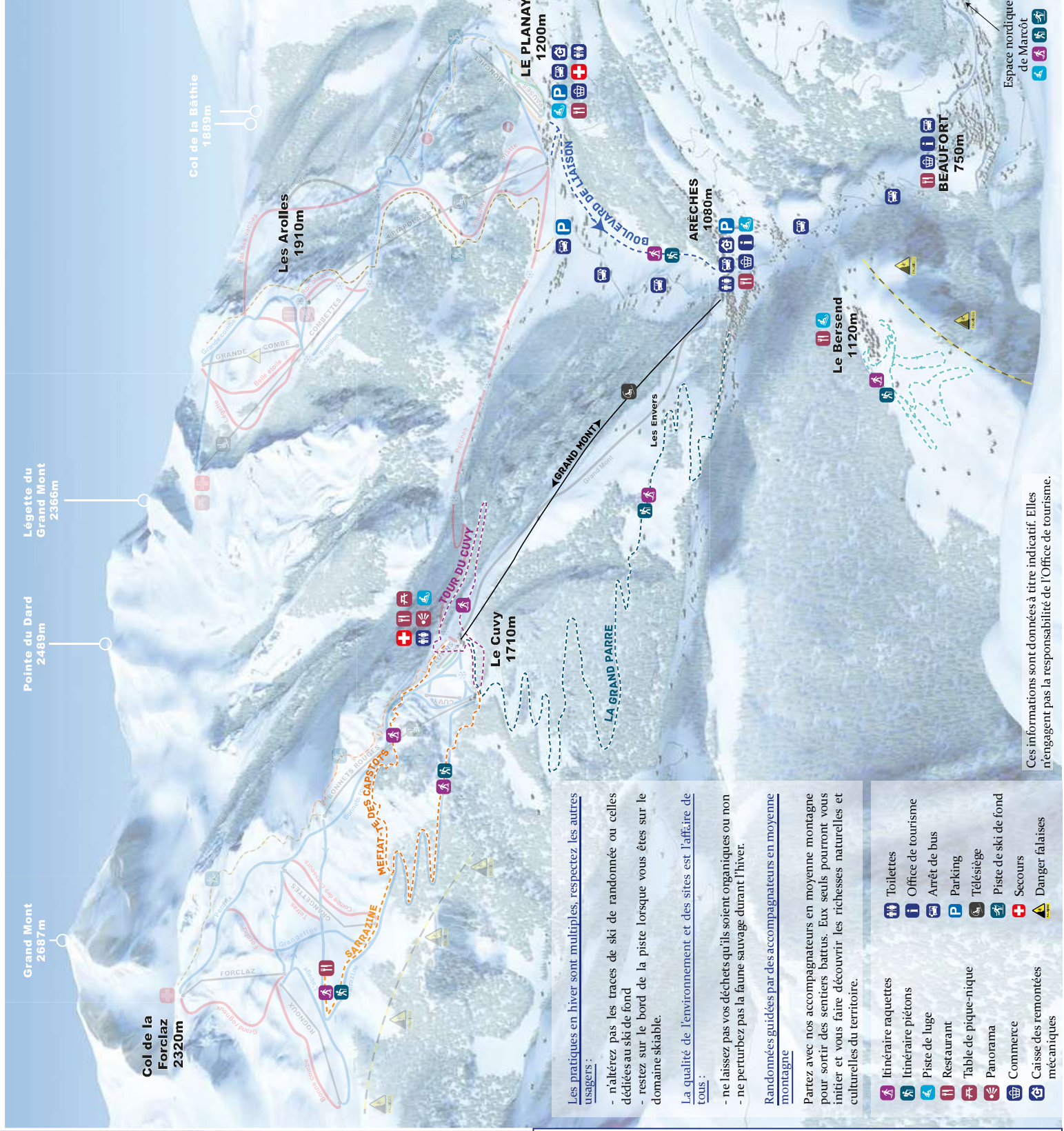
- consultez le Bulletin d'Estimation des Risques d'Avalanches (BERA), accessible gratuitement sur le site de Météo France
- renseignez-vous sur les conditions météorologiques
- ne partez jamais seul
- aviser une tierce personne de votre itinéraires et de votre heure de retour
- ne partez pas sur les itinéraires de montagne après 13h
- assurez-vous d'être couvert par votre assurance ou souscrivez à la « Carte Neige » (en vente à l'OT).

Matériel à avoir :

- chaussures adaptées, raquettes et bâtons
- boissons et alimentation énergétique
- vêtements chauds et de rechange, gants et bonnet
- crème solaire et lunette de protection (indice 3 minimum).

Durant l'activité :

- ne vous engagez pas sur les itinéraires lorsque le panneau indique que la piste est fermée
- suivez le balisage orange
- ne vous engagez pas en dehors des itinéraires balisés.



Les pratiques en hiver sont multiples, respectez les autres usagers :

- n'altérez pas les traces de ski de randonnée ou celles dédiées au ski de fond
- restez sur le bord de la piste lorsque vous êtes sur le domaine skiable.

La qualité de l'environnement et des sites est l'affaire de tous :

- ne laissez pas vos déchets qu'ils soient organiques ou non
- ne perturbez pas la faune sauvage durant l'hiver.

Randonnées guidées par des accompagnateurs en moyenne montagne

Partez avec nos accompagnateurs en moyenne montagne pour sortir des sentiers battus. Eux seuls pourront vous initier et vous faire découvrir les richesses naturelles et culturelles du territoire.

	Itinéraire raquettes		Toilettes
	Itinéraire piétons		Office de tourisme
	Piste de luge		Arrêt de bus
	Restaurant		Parking
	Table de pique-nique		Télésiège
	Panorama		Piste de ski de fond
	Commerce		Secours
	Caisse des remontées mécaniques		Danger falaises

Ces informations sont données à titre indicatif. Elles n'engagent pas la responsabilité de l'Office de tourisme.

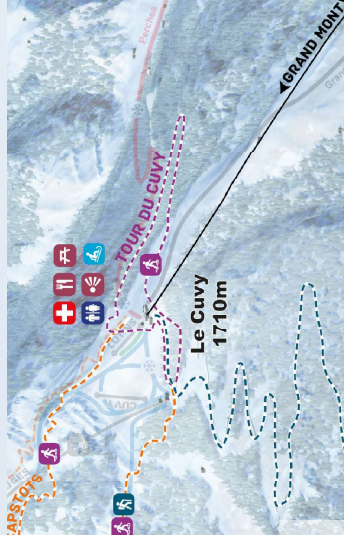
LE TOUR DU CUVY

DEPART : plateau du Cuvy, au sommet du télésiège du Grand Mont et à droite du téléski des Lutins

DISTANCE : 3 km **DENIVELE** : 50 m

EXTENSION : continuez sur la Méfia-tête des Capstôts ou redescendez à Arêches par la Grand Parre

PRECAUTIONS : suivre le balisage violet ; attention aux traversées de pistes, les skieurs sont prioritaires ; rester sur le bord des pistes de ski ; ne pas sortir de l'itinéraire balisé.



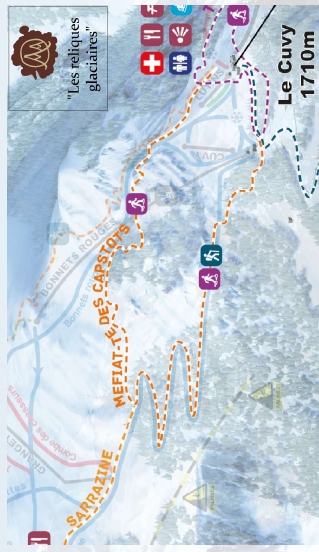
MÉFIA-TÊTE DES CAPSTÔTS

DEPART : plateau du Cuvy, au sommet du télésiège du Grand Mont et à droite du téléski des Lutins

DISTANCE : 4 km **DENIVELE** : 300 m

EXTENSION : en suivant la piste de la Sarrazine, allez boire un verre, déjeuner ou éventuellement dormir à l'Alpage ou redescendez à Arêches par la Grand Parre

PRECAUTIONS : suivre le balisage orange ; attention aux traversées de pistes, les skieurs sont prioritaires ; rester sur le bord des pistes de ski ; ne pas sortir de l'itinéraire balisé (falaises).



LE BOULEVARD DE LIAISON

DEPART : du Planay (possibilité de monter au Planay en utilisant les skibus gratuits)

DISTANCE : 2,2 km **DENIVELE** : -200 m

EXTENSION : utilisez un ski bus pour rallier un des deux villages après ou avant la randonnée

PRECAUTIONS : l'itinéraire est autorisé uniquement dans le sens de la descente, il emprunte une piste de ski ; les skieurs sont prioritaires ; bien rester sur le bord de la piste de ski.



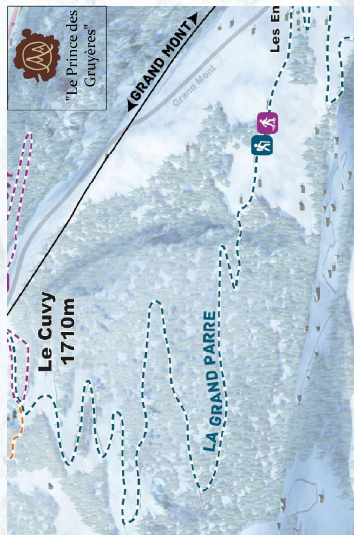
LA GRAND PARRE

DEPART : plateau du Cuvy ou accès par la route des Envers

DISTANCE : 6 km **DENIVELE** : 700 m

EXTENSION : à pied ou en raquettes, prenez votre forfait piéton et montez sans forcer pour profiter de la magnifique descente ! N'oubliez pas de télécharger l'application mobile "L'Empreinte des Grandes Alpes"

PRECAUTIONS : ne pas sortir de l'itinéraire balisé (présence de barres rocheuses) ; sur les pistes de ski, bien rester sur le bord... Vous renseignez (caisses des remontées mécaniques, service des pistes, OT...) sur la praticabilité (risque d'avalanches, damage, vent violent...).



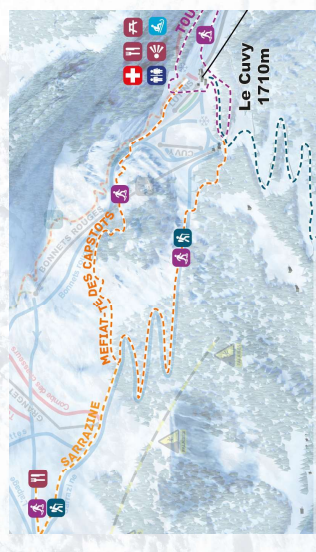
LA SARRAZINE

DEPART : plateau du Cuvy, en sortant du télésiège du Grand Mont, prendre à droite par le chemin piéton du Tour du Cuvy, passer sous le télésiège et rejoindre la Sarrazine au départ des Bonnets Rouges

DISTANCE : 4 km **DENIVELE** : 300 m

EXTENSION : poursuivre jusqu'à l'Alpage pour vous désaltérer et manger

PRECAUTIONS : l'ouverture de cet itinéraire dépend de l'ouverture de la piste de ski de la "Sarrazine" (se renseigner aux caisses des remontées mécaniques, service des pistes, OT...) ; ne pas sortir de l'itinéraire balisé (présence de barres rocheuses) ; attention aux traversées de pistes, les skieurs sont prioritaires ; sur les pistes de ski, bien rester sur le bord.

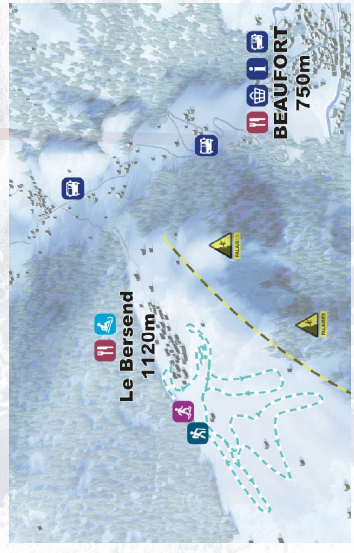


LE BERSEND

DEPART : chapelle du Bersend

DISTANCE : 3 km **DENIVELE** : 100 m

PRECAUTIONS : l'itinéraire emprunte parfois une piste de ski de fond ; les skieurs sont prioritaires ; bien rester sur le bord de la piste de ski ; l'itinéraire passe à proximité d'une ferme avec des chiens de protection : contournez les parcs, adoptez un comportement calme et passif, tenez votre chien en laisse et vos bâtons avec la pointe vers le bas, ne courez pas et ne regardez pas les chiens dans les yeux.



L'Empreinte des Grandes Alpes
suivre les traces des Hommes
qui ont façonné la montagne



Les nouvelles technologies
au service du patrimoine

Avec l'application mobile "L'Empreinte des Grandes Alpes", découvrez l'invisible.

Profitez de votre randonnée pour voir Arêches-Beaufort autrement.

Partez sur les traces des personnages de cette application et suivez leur histoire qui se confond avec celle du territoire.

Vivez une expérience immersive au cœur de notre massif !

Téléchargez gratuitement l'application
en flashant le QR code

SIGNALÉTIQUE

Panneaux
exclusifs raquettes



RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES

Beaufortain randonnées : 06 70 91 29 11 (Thierry)
06 73 56 49 53 (Stéphane)
06 14 59 69 63 (Cyril)

SECOURS

En cas de problème sur les pistes balisées sur le domaine skiable, contactez le numéro suivant :

04 79 38 12 70

Pour le Bersend, appel d'urgence européen :