

VTT FACILE

LEICHTE MTB-ROUTEN

05



VALRANDO



Schweizer Wanderwege
Suisse Rando
Sentieri Svizzeri
Sendas Swissas

notre partenaire | unser Partner



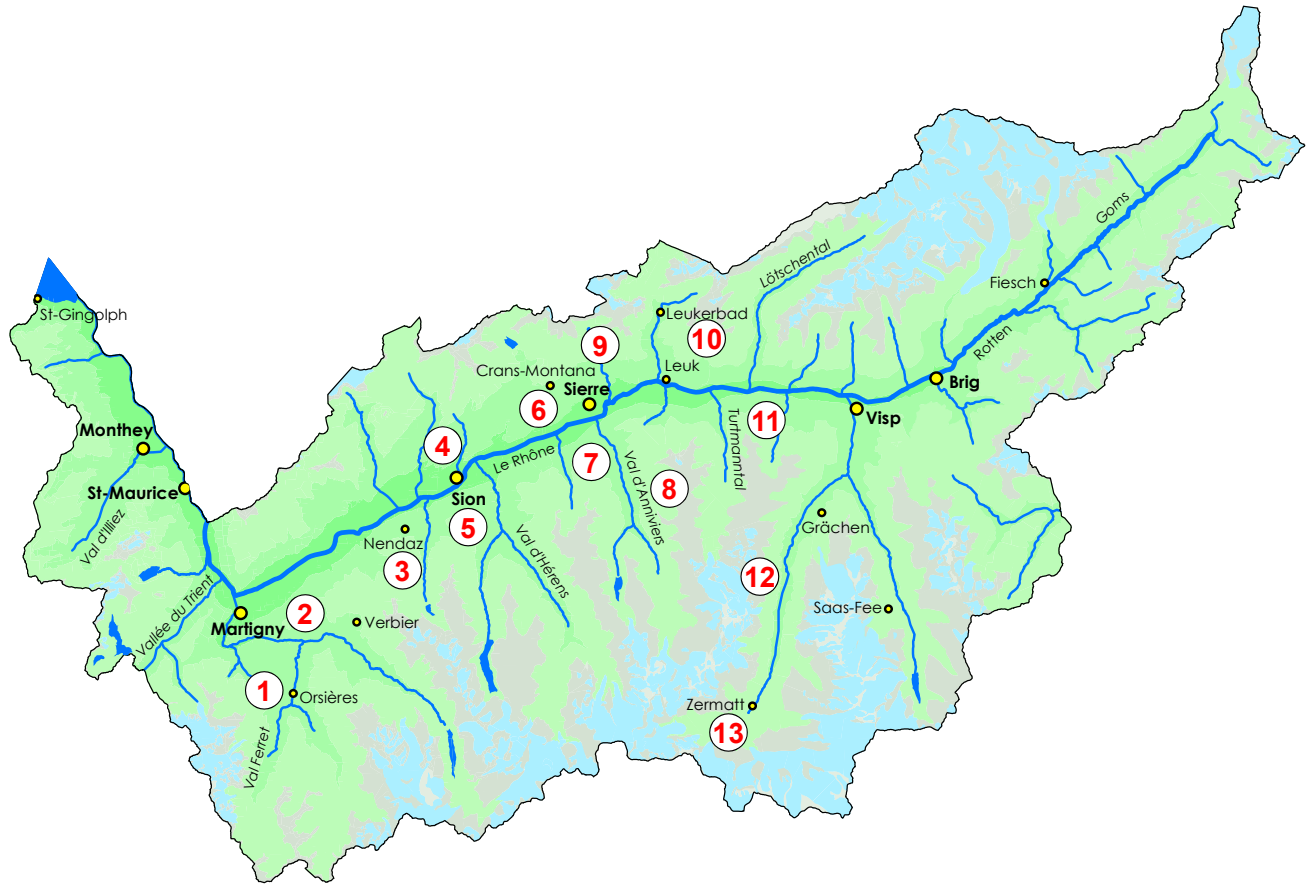
« La vie, c'est comme une bicyclette, il faut avancer
pour ne pas perdre l'équilibre. »

Albert Einstein (1879-1955)

**«Das Leben ist wie Fahrrad fahren, um die Balance zu halten,
musst du in Bewegung bleiben.»**

Albert Einstein (1879-1955)

Situation géographique | Übersichtskarte



Explication des pictogrammes | Zeichenerklärung



Déconseillé aux personnes
sujettes au vertige
Nur für Schwindelfreie



Bus
Bus



Remontée mécanique
Seilbahn



Restauration possible
Verpflegung unterwegs möglich



Train
Zug



Funiculaire
Standseilbahn



Carte nationale
Landeskarte



Longueur
Länge



Temps de parcours effectif*
Effektive Fahrzeiten*



Descente
Abstieg



Montée
Aufstieg

* Donné à titre indicatif, ce temps se base sur une vitesse moyenne de 14 km/h (famille, grands enfants)



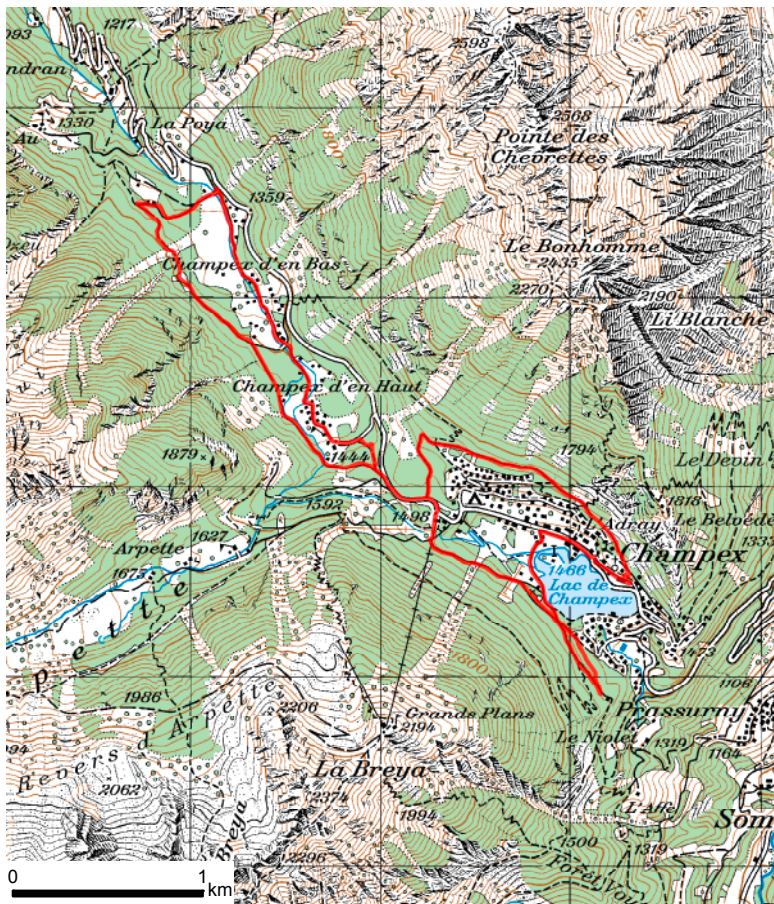
| | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|----|----|----|----|-------------------------|----|----|----|------------------|----|----|
| 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 | 08 | 09 | 10 | 11 | 12 |
| pas envisageable nicht machbar | | | | | envisageable machbar | | | | idéal optimal | | |

* **Richtwert, die Zeit basiert auf einer Geschwindigkeit von 14 km/h (Familie, ältere Kinder)**

Qu'entend-t-on par parcours VTT « faciles »? Tous les parcours VTT proposés dans cette brochure sont « faciles » au sens du Manuel Degrés de difficulté en mobilité douce (MD), SuisseMobile & Suisse Rando, 2012

Wann spricht man von «leichten» MTB-Routen? Alle Routen der vorliegenden Broschüre werden nach dem «Manual Schwierigkeitsgrade Langsamverkehr LV», SchweizMobil & Schweizer Wanderwege, 2012, als «leicht» eingestuft.

01 Champex



Champex-Lac – Champex télésiège – Champex d'en Bas –
Champex d'en Haut – Champex-Lac **Parcours local 193 - Champex**



1h 30



10.1 km



297 m



297 m



1325 Sembrancher / 1345 Orsières

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Champex-Lac



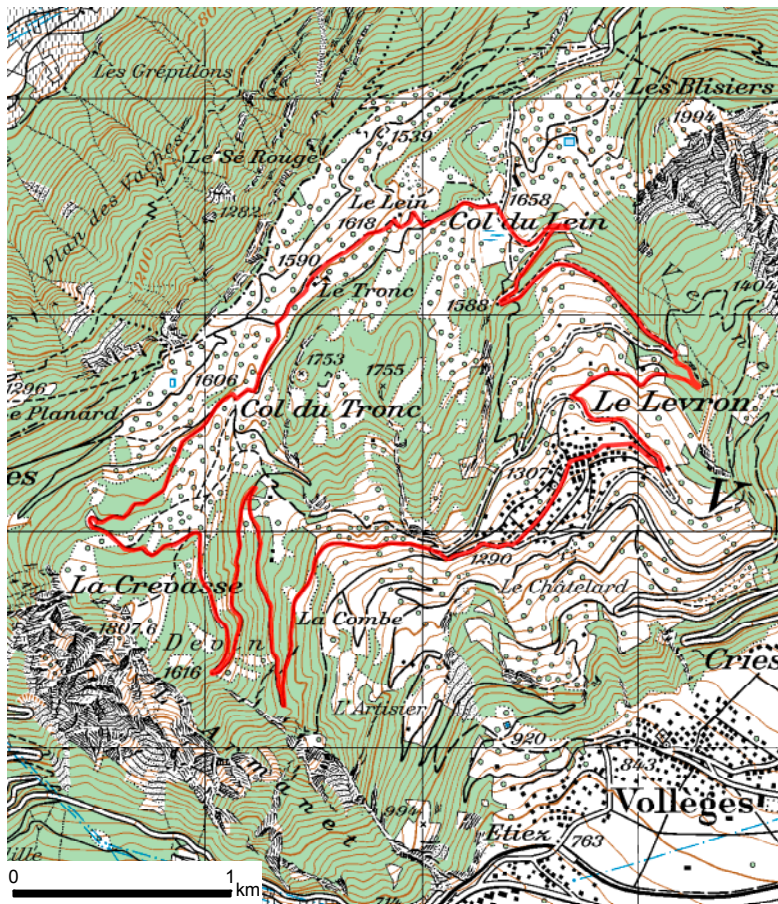
Champex d'en Haut



Champex télésiège



02 Vollèges



Le Levron – Col du Tronc – Le Tronc – Col du Lein – Le Levron
Parcours local 779 - Levron Bike



2h 15



12.1 km



495 m



495 m



1325 Sembrancher

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

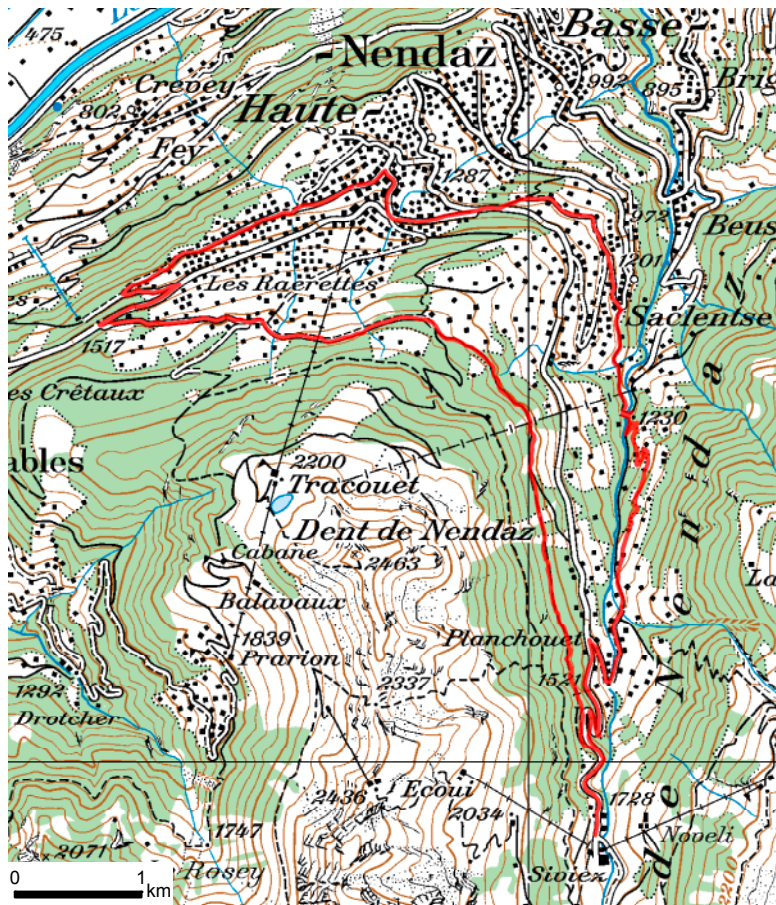
Le Levron 

Col du Tronc 

Col du Lein 



03 Nendaz



Haute-Nendaz – La Péroua – Les Giètes – Pracondu – Sofleu – Siviez – Lavantier – Planchouet – Saclentse – Haute-Nendaz

Parcours local 129



3h 30



20.2 km



650 m



650 m



1306 Sion / 1326 Rosablanca

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Haute-Nendaz



Siviez



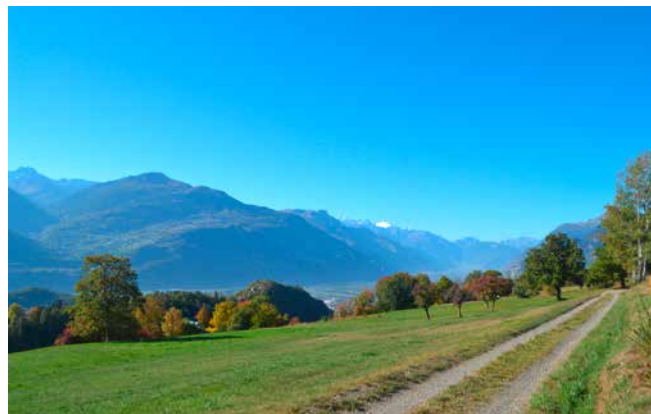
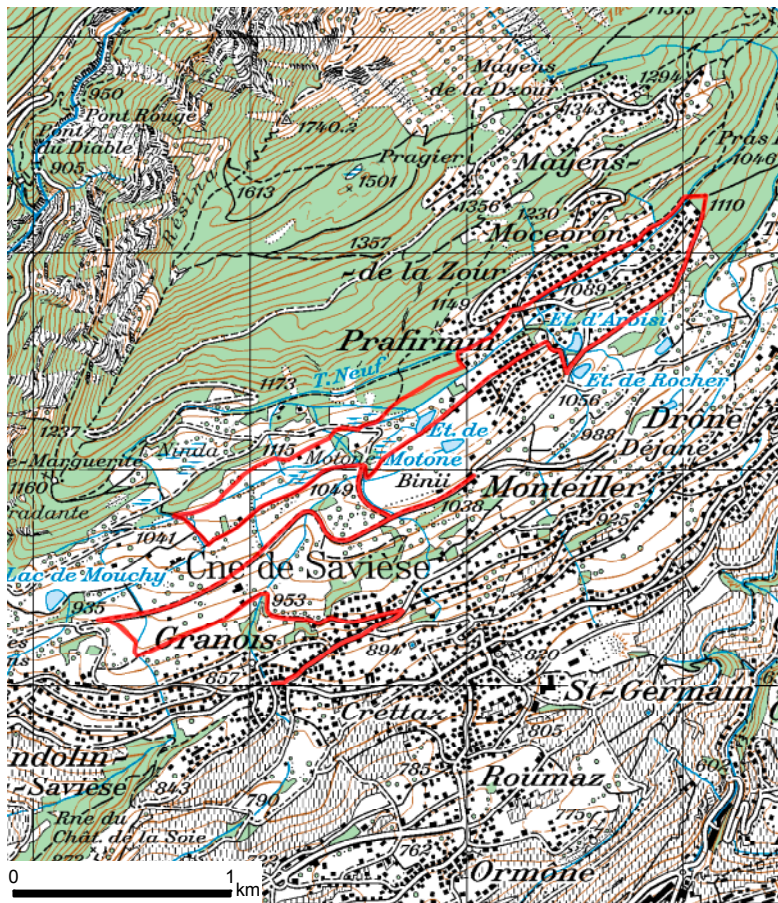
Lavantier



Planchouet



04 Savièse



Granois – Binii – La Dzorette – Prafirmin – Tramillau – Etang de Rocher – Etang de Binii – Binii – Granois

Parcours locaux Villages et Etangs



2h 15



16.7 km



377 m



377 m



1286 St-Léonard

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Granois



Binii



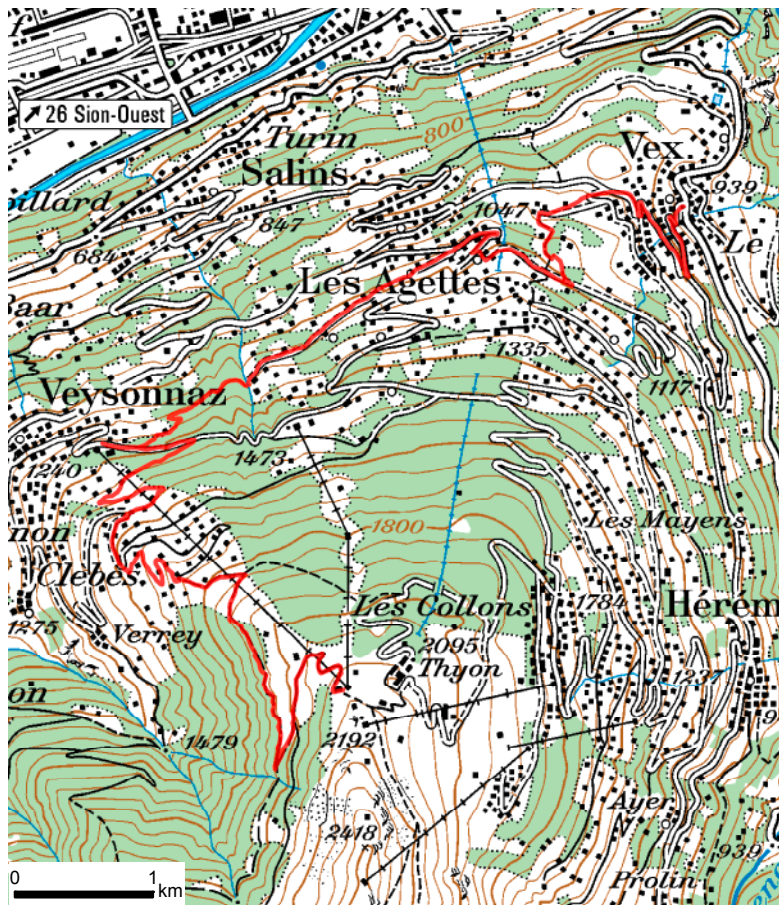
Prafirmin



Etang de Rocher



05 Thyon – Veysonnaz



Thyon – Les Râches – Veysonnaz – Mayens de Salins –
 Les Agettes – Ypresse – Vex
 Parcours locaux 137 et 138



0h 45



15.2 km



89 m



1273 m



1306 Sion

- 01
- 02
- 03
- 04
- 05
- 06
- 07
- 08
- 09
- 10
- 11
- 12

Thyon

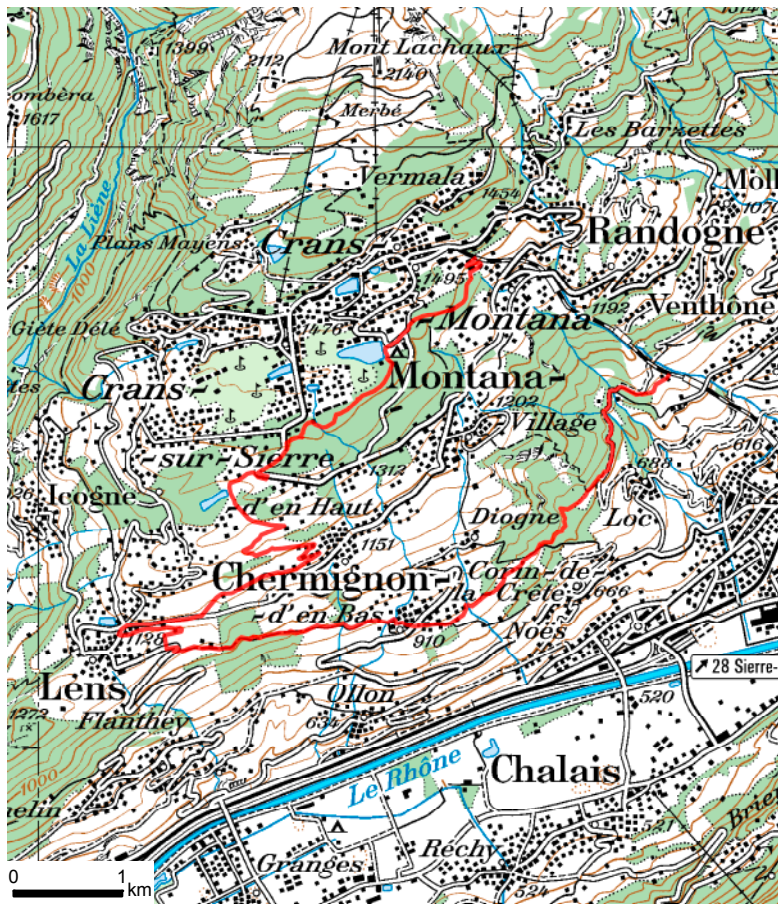
Veysonnaz

Les Agettes

Vex



06 Crans-Montana – Lens



Darnona d'en Haut – Chermignon d'en Bas – Lens –
 Chermignon d'en Haut – Crèhavouetta – Lac de la Moubra –
 Crans-Montana Marigny Parcours local 180 - Villages Bike



3h 15



15.7 km



713 m




191 m



1286 St-Léonard / 1287 Sierre



01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Darnona d'en Haut 

Lac de la Moubra 

Chermignon d'en Bas  

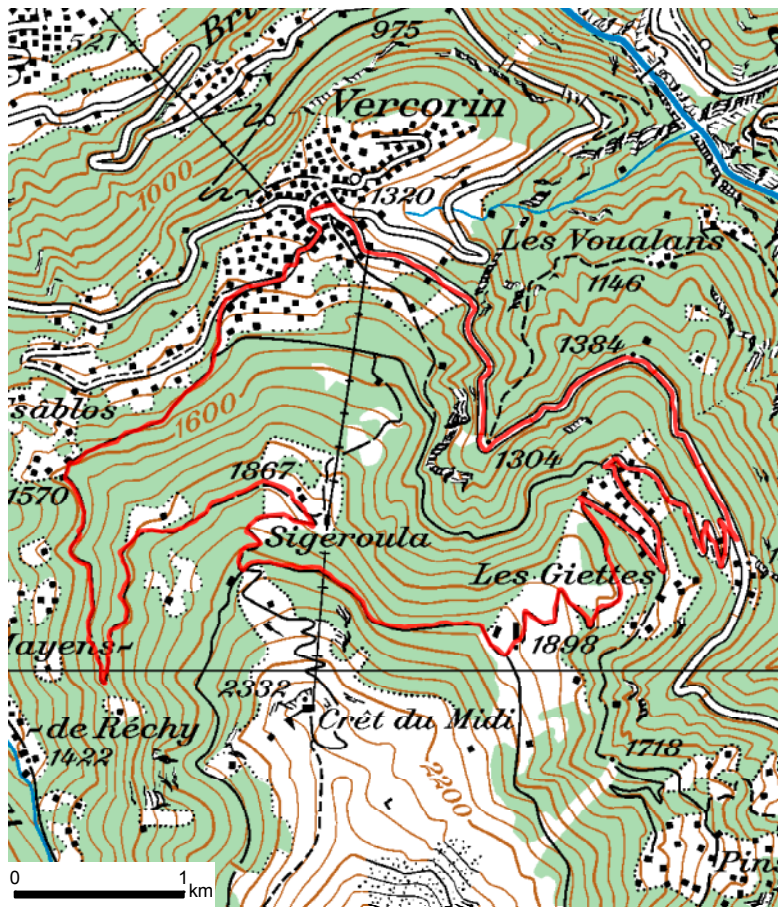
Lens  

Chermignon d'en Haut  

Crans-Montana Marigny 



07 Vercorin



Vercorin – Les Giettes – Tracui d'en Bas – Sigeroula – L'A de Bran – Refuge du Bisse – Vercorin
Parcours local 164



3h 30



18.4 km



772 m



772 m



1287 Sierre / 1307 Vissoie

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

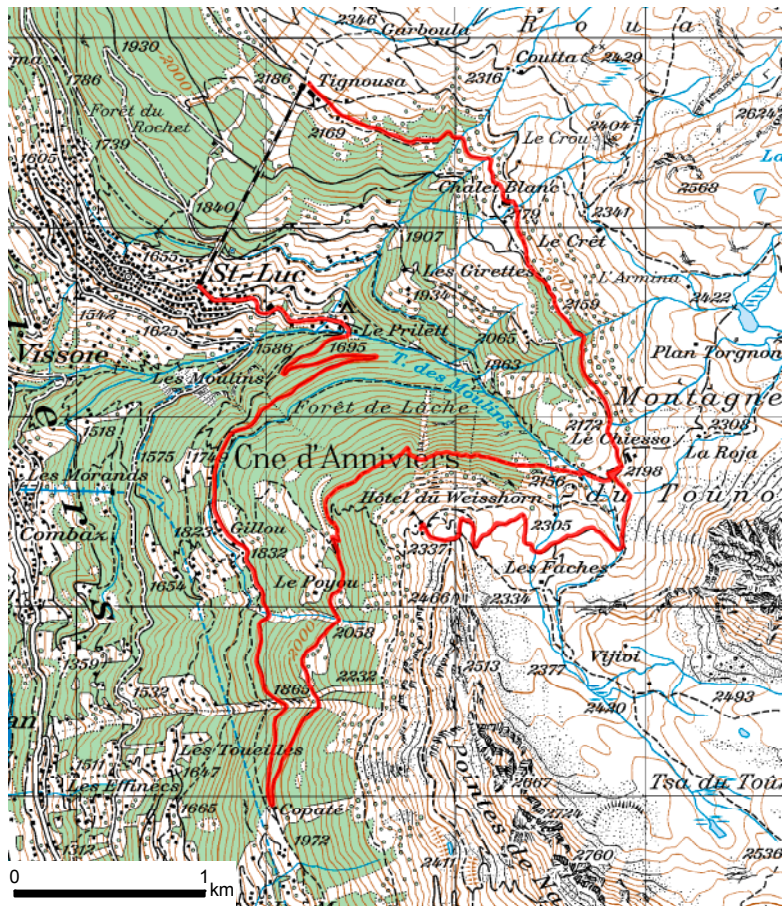
Vercorin



Sigeroula



08 St-Luc



Tignousa – Chalet Blanc – Le Chieso – Hôtel Weissshorn – Le Chieso – Copaté – St-Luc
 Parcours local 173



1h 30



16.0 km



287 m



791 m



1307 Vissoie

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

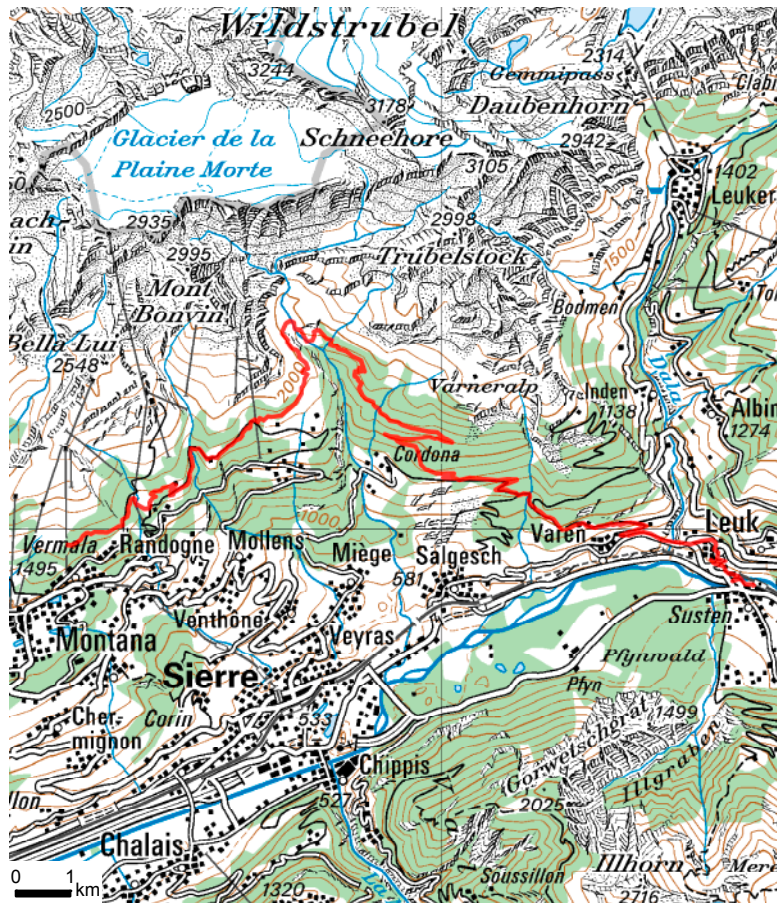
Tignousa  

Hôtel Weissshorn 

St-Luc   



09 Crans-Montana – Leuk



Crans-Montana Station Signal/Arnouva – Les Marolires – Courtavey – Plumachit – Cave de Merdechon – Tièche – Flottwald – Brand – Taschonieren – Varen – Leuk-Stadt – Leuk

Parcours régional 88 - Regionale Route 88 - Valais/Wallis Panorama Bike



3h 00



26.8 km



607 m




1708 m



1287 Sierre

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Crans-Montana Station Signal/Arnouva  

Les Marolires 

Plumachit 

Leuk-Stadt 

Leuk  



10 Leukerbad – Leuker Sonnenberge



Rinderhütte – Oberu – Bachalp – Nivenalp – Underi Fäsilalpu –
Jeizinen Lokale Route 14



1h 30



17.5 km



259 m



1054 m



1267 Gemmi / 1287 Siere / 1288 Raron

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Rinderhütte  

Jeizinen  



11 Bürchen – Unterems



Bürchen Egga – Brand – Undri Eischollalp – Ergisch – Unterems
 Station Regionale Route 88 – Wallis Panorama Bike



3h 00



23.3 km



568 m



1236 m



1288 Raron

- 01
- 02
- 03
- 04
- 05
- 06
- 07
- 08
- 09
- 10
- 11
- 12

Bürchen Egga

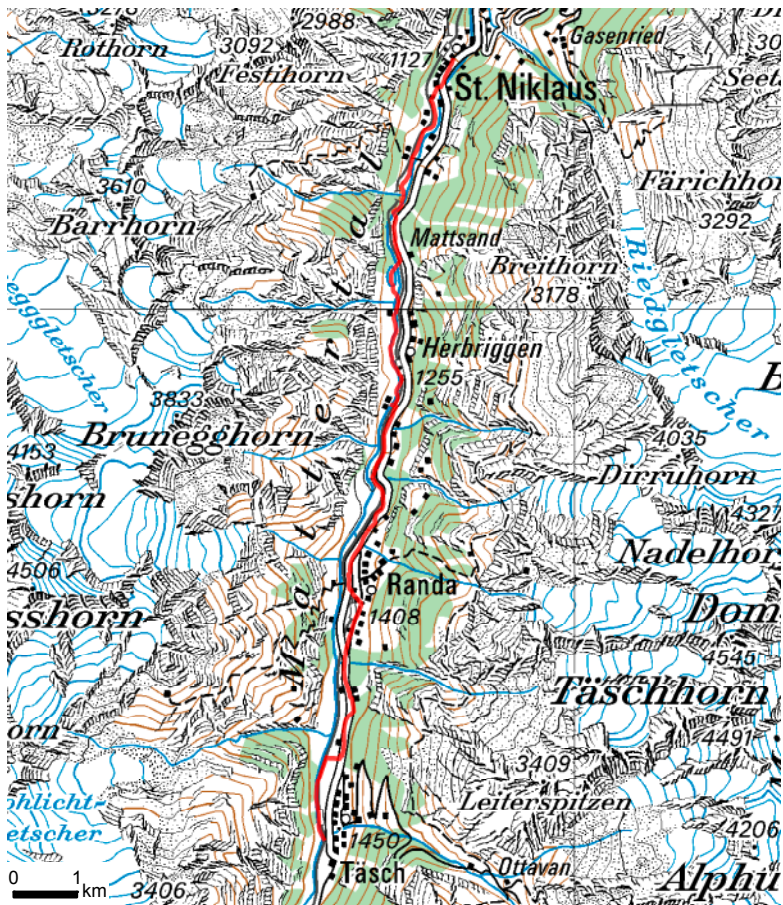
Brand

Ergisch

Unterems Station



12 St. Niklaus – Täsch



St. Niklaus – Schwiedernen – Randa – Attermänze – Täsch

Lokale Route 150 – Visp-Zermatt Bike



2h 15



13.8 km



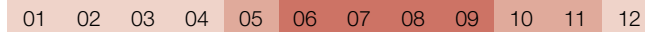
359 m



33 m



1308 St. Niklaus / 1328 Randa



St. Niklaus   

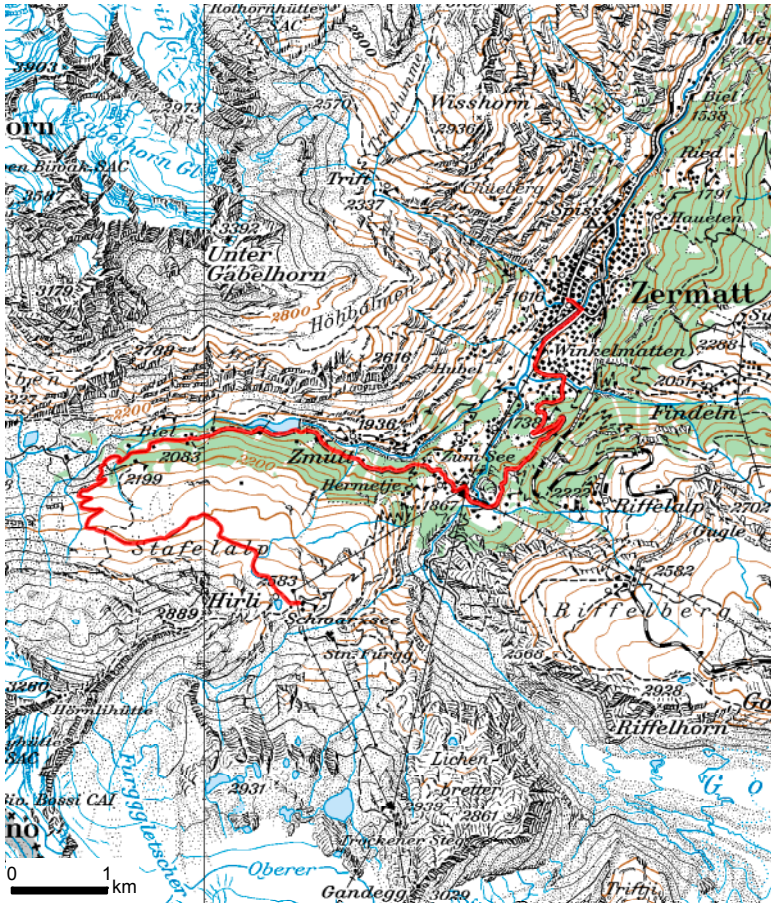
Randa  

Attermänze 

Täsch  



13 Zermatt



Schwarzsee – Stafel – Furi – Tufferen – Zermatt Lokale Route 156



0h 45



13.2 km



49 m



1008 m




1347 Matterhorn / 1348 Zermatt

01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12

Schwarzsee  

Furi  

Zermatt 



Charte du Cycliste | Charta Radfahrer

Privilégiez les parcours VTT homologués et balisés.
Ne circulez pas sur les chemins pédestres fréquentés ni le long des bisses. En forêt, seulement sur les routes forestières et les chemins carrossables. Ne quittez en aucun cas les chemins existants.

Respectez la signalisation (restrictions de circulation, pousser le vélo, déviations). Roulez prudemment (anticipez les dangers, adaptez votre vitesse).

Respectez les autres usagers.

Accordez toujours la priorité aux piétons (au besoin, descendez du vélo). Signalez-leur votre présence à temps sans les effrayer. Soyez courtois lors du dépassement ou du croisement.

N'endommagez pas les chemins (freinez sans bloquer les roues, évitez les chemins non-revêtus après une pluie).

Respectez les zones protégées, la faune, la flore.

N'abandonnez aucun déchet dans la nature.

Refermez les clôtures derrière vous.

Planifiez votre tour, évaluez correctement vos capacités.

Equipez-vous de façon adéquate (vélo fonctionnel, vêtements adaptés, casque). Avant de partir, assurez-vous de la praticabilité du parcours et des bonnes conditions météorologiques. N'oubliez pas que vous êtes placé sous votre propre responsabilité.

**En cas d'urgence,
composez le 144.**

Benutzen Sie vorwiegend homologierte und beschilderte MTB-Routen. Fahren Sie nicht auf häufig benutzten Wanderwegen und entlang von Suonen. Nutzen Sie im Wald nur Forststrassen und befahrbare Wege. Verlassen Sie auf keinen Fall den Weg.

Respektieren Sie Fahrverbote, Aufforderungen das Fahrrad zu schieben sowie Umleitungen und passen Sie Ihre Geschwindigkeit an.

Respektieren Sie die anderen Verkehrsteilnehmer.

Geben Sie den Fußgängern stets den Vortritt (wenn nötig, steigen Sie vom Fahrrad ab). Machen Sie sich frühzeitig bemerkbar, ohne sie zu erschrecken und gehen Sie mit ihnen beim Kreuzen und beim Überholen respektvoll um.

Beschädigen Sie den Weg nicht (bremsen ohne die Räder zu blockieren, meiden Sie nach Regen Naturwege).

Respektieren Sie Naturschutzzonen, Fauna und Flora.

Lassen Sie keine Abfälle in der Natur zurück.

Schliessen Sie die Zäune hinter sich.

Planen Sie ihre Tour und schätzen Sie dabei ihre Fähigkeiten realistisch ein. Rüsten Sie sich entsprechend aus (Fahrrad in einwandfreiem Zustand, angepasste Kleidung, Helm). Bevor Sie starten, vergewissern Sie sich, dass die Route offen ist und erkundigen Sie sich über das Wetter. Vergessen Sie nicht, dass Sie in eigener Verantwortung handeln.

**Im Notfall:
144 wählen.**

Impressum

Éditeur | Herausgeber: © Valrando, Sion
Série 05/2018

Tirage | Auflage: 10 000 Ex.

Reproduit avec l'autorisation de
Reproduziert mit der Bewilligung von swisstopo (BA18096)

Copyright photos | Fotos:

Page de titre /

Titelseite Chalet Blanc © Val d'Anniviers

01 Champex d'en Bas © Pays du St-Bernard,
Gaëtan Tornay

02 Col du Lein © Alain Müri

03 Sofleu © Florian Bouvet-Fournier

04 au-dessus de Granois © Valrando
05 Les Râches © Valrando
06 Lens © CMTC, Sedrik Nemeth
07 Tracui d'en Bas © Alban Mathieu
08 Chalet Blanc © Val d'Anniviers
09 La Tièche © CMTC & ESS, François Panchard / arolle
production
10 Torrentgebiet © Leukerbad Tourismus
11 Bürchen Zenhäusern © Bürchen Tourismus,
Melanie Z.
12 Randa © Michael Portmann
13 Schwarzsee © Remo Thommen / supertrail.guide

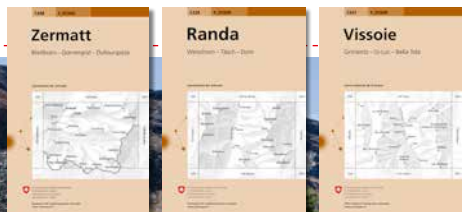
Impression et graphisme | Druck und Grafik:

Mengis Gruppe, Visp



Karten von swisstopo Cartes de swisstopo

Zu den schönsten Gipfeln der Schweiz Aux plus beaux sommets de la Suisse



wissen wohin
savoir où

swisstopo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Landestopografie swisstopo
Office fédéral de topographie swisstopo
www.swisstopo.ch



Schweizer Wanderwege
Suisse Rando
Sentieri Svizzeri
Sendas Svizras

