



FAMILLE

Découvrez de belles randonnées à **partager en famille**, avec des **itinéraires adaptés** à l'âge de vos enfants.

Sentiers thématiques, sentiers poussettes, aire de pique-nique, etc. Retrouvez toutes les informations pratiques à l'Office de Tourisme de Saint-Gervais Mont-Blanc.



PLUS D'INFOS

**6€ LA CARTE
+ 14 FICHES**

L'Office de tourisme vous propose

14 fiches d'itinéraires randonnées pour découvrir Saint-Gervais et ses 4 bourgs : Saint-Gervais, Le Fayet, Le Bettex et Saint-Nicolas de Véroce.



AVANT DE PARTIR

- Veillez à ce que le **parcours choisi soit adapté** à vos capacités physiques et techniques.
- Ne partez jamais seul.
- Munissez-vous d'une carte ou d'un topo-guide et renseignez-vous sur votre itinéraire.
- Restez sur les sentiers balisés, ne prenez pas de raccourcis.
- Partez tôt. Toujours prévoir une marge par rapport au temps de marche indiqué pour ne pas vous faire surprendre par la nuit.
- Choisissez l'équipement adapté aux difficultés, à la durée et aux conditions climatiques.
- Portez des chaussures de marche adaptées au terrain.
- Emportez toujours des vêtements chauds et imperméables en toute saison et prévoyez lunettes de soleil, crème solaire et chapeau.
- Prévoyez votre pique-nique et de l'eau en quantité suffisante (1l/personnes voir 2l en été).
- Informez votre entourage de votre itinéraire et de l'heure approximative de votre retour.
- Consultez la **météo** avant chaque départ en randonnée.

DESIGN & IMPRESSION ●●● KALISTENE - 04 50 69 01 97 - Crédits photos : Boris Molinier, iStock - Édition 2023

PENDANT VOTRE RANDONNÉE

- Sachez faire demi-tour en cas de changement des conditions climatiques.
- Si vous rencontrez des Patous (chiens de troupeaux) :
 - contournez largement le parc des brebis et ne le traversez pas
 - ayez des réactions calmes face au chien pour le rassurer
 - tenez votre chien en laisse



UN CHEMIN DE RANDONNÉE EST UN ENDROIT OÙ LES GENS SE DISENT BONJOUR

N'hésitez pas à discuter avec les alpagistes, chasseurs, gardiens de refuges qui connaissent mieux que personne ces espaces et seront heureux de vous faire **partager leur passion** pour la montagne.



JE RESPECTE LA NATURE

- Je remporte mes détritres
- Je ne cueille pas de fleurs
- Je garde mon chien en laisse
- Je n'allume pas de feu
- Je n'effraye pas les troupeaux
- Je respecte les propriétés privées et les alpages
- Je referme les clôtures et barrières
- Je ne trouble pas la tranquillité des animaux sauvages



SENTIERS THÉMATIQUES FAMILLE



FAMILY THEMATIC TRAILS

SUR LA PISTE DE CHARLOTTE LA MARMOTTE

Départ : Bettex
100m 1h45 aller/retour

En compagnie de Charlotte la marmotte, petits et grands découvriront en s'amusant plusieurs facettes de notre montagne au travers de panneaux ludiques ou informatifs. Cet itinéraire facile au départ du Bettex est accessible en voiture ou en Télécabine.

In the company of Charlotte the Marmot, youngs and olds will have fun and discover several facets of the mountain by playful or informative boards. This easy itinerary that starts from the Bettex is accessible by car or by cable car.

SUR LES PAS DES PREMIERS GUIDES

Départ : Le Champel
300m 3h aller/retour

Dans la vallée de Bionnassay, par un chemin à flanc de montagne, rejoignez le hameau du Champel qui domine le Val Montjoie, tout en voyageant à travers l'histoire de l'alpinisme. Grâce à des panneaux explicatifs, ce sentier accessible à tous, traversant forêt, clairières et torrents, permet de découvrir la vie des premiers conquérants du Mont-Blanc.

In the Bionnassay valley, by a mountainside way, join the Champel hamlet which dominates the Val Montjoie, while travelling the mountaineering history. Thanks to informative boards, this path available to all, running through forests, clearings and torrents, allows to discover the life of the first conquerors of the Mont-Blanc.

NUMÉROS UTILES

SECOURS

En cas d'accident, appelez le 112

MÉTÉO

+33 (0)8 99 71 02 74*
*(1,35€/appel + 0,34€/min)

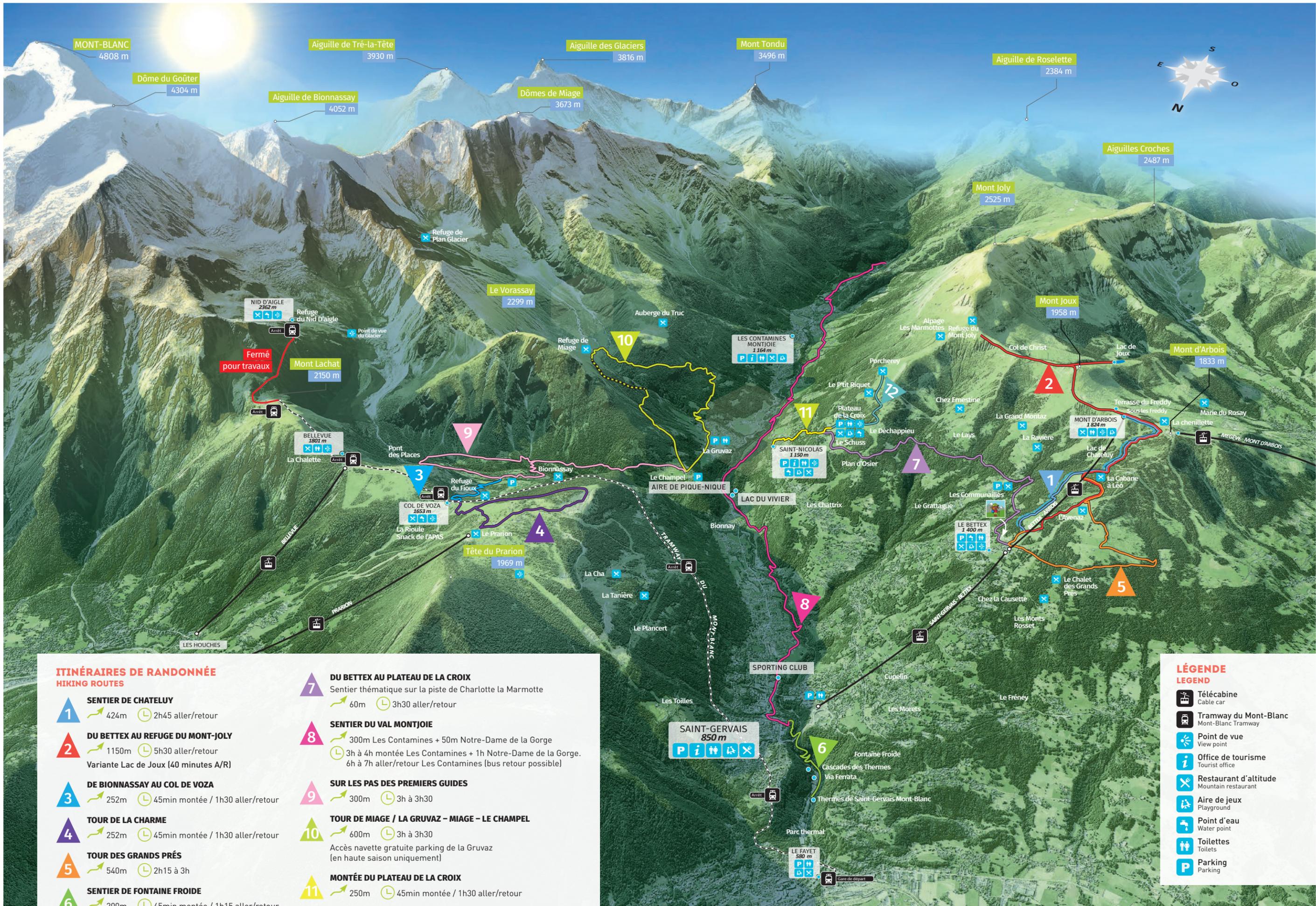
REMONTÉES MÉCANIQUES

+33 (0)4 50 93 23 23
www.ski-saintgervais.com

TRAMWAY DU MONT-BLANC

+33 (0)4 50 53 22 75
www.compagniedumontblanc.fr





ITINÉRAIRES DE RANDONNÉE
HIKING ROUTES

- | | |
|---|--|
| <p>1 SENTIER DE CHATELUY
424m ⌚ 2h45 aller/retour</p> <p>2 DU BETTEX AU REFUGE DU MONT-JOLY
1150m ⌚ 5h30 aller/retour
Variante Lac de Joux (40 minutes A/R)</p> <p>3 DE BIONNASSAY AU COL DE VOZA
252m ⌚ 45min montée / 1h30 aller/retour</p> <p>4 TOUR DE LA CHARME
252m ⌚ 45min montée / 1h30 aller/retour</p> <p>5 TOUR DES GRANDS PRÉS
540m ⌚ 2h15 à 3h</p> <p>6 SENTIER DE FONTAINE FROIDE
200m ⌚ 45min montée / 1h15 aller/retour</p> | <p>7 DU BETTEX AU PLATEAU DE LA CROIX
Sentier thématique sur la piste de Charlotte la Marmotte
60m ⌚ 3h30 aller/retour</p> <p>8 SENTIER DU VAL MONTJOIE
300m Les Contamines + 50m Notre-Dame de la Gorge
⌚ 3h à 4h montée Les Contamines + 1h Notre-Dame de la Gorge.
6h à 7h aller/retour Les Contamines (bus retour possible)</p> <p>9 SUR LES PAS DES PREMIERS GUIDES
300m ⌚ 3h à 3h30</p> <p>10 TOUR DE MIAGE / LA GRUVAZ – MIAGE – LE CHAMPEL
600m ⌚ 3h à 3h30
Accès navette gratuite parking de la Gruvaz (en haute saison uniquement)</p> <p>11 MONTÉE DU PLATEAU DE LA CROIX
250m ⌚ 45min montée / 1h30 aller/retour</p> <p>12 PLATEAU DE LA CROIX – PORCHEREY
250m ⌚ 1h30</p> |
|---|--|

LÉGENDE
LEGEND

- Télécabine
Cable car
- Tramway du Mont-Blanc
Mont-Blanc Tramway
- Point de vue
View point
- Office de tourisme
Tourist office
- Restaurant d'altitude
Mountain restaurant
- Aire de jeux
Playground
- Point d'eau
Water point
- Toilettes
Toilets
- Parking
Parking