



Pays de

# Maurienne

[www.maurienne-tourisme.com](http://www.maurienne-tourisme.com)

## promenades à thème



24 sentiers thématiques à découvrir

# En Maurienne,

plus de 2000 km de sentiers sillonnent la plus longue vallée des Alpes ! Alors pour vous emmener à coup sûr débusquer l'authentique, taquiner l'insolite, apprivoiser le merveilleux, les Mauriennais ont inventé la randonnée à thème : archéologie, contes, botanique, pierres fortes, arts, patrimoine et traditions...

Par l'intimité magique du marcheur avec le pays, **c'est le pied qui vous rapproche le mieux de chacun de nos trésors.** Depuis la vie chaleureuse des bourgs jusqu'aux plus hauts sommets, c'est le pas qui **guide l'œil !**

Mais le regard à son tour pousse à musarder au gré de vos "itinérances". Au détour du sentier, la curiosité est la plus forte et **l'œil guide le pied !**

## Le balisage

Pour tout savoir sur les panneaux et les balises

La meilleure façon de marcher  
bons conseils et bons réflexes

## 24 sentiers



Sentier de la Mine .....	p. 7
Sentier «Les boucles de Saint-Alban» .....	p. 8
Chemin des Droux : à la découverte des arbres .....	p. 9
Sentier des Pâquiers et des Demoiselles .....	p. 10
La vie tumultueuse du Bugeon .....	p. 11
Sentier du Talc .....	p. 12
Circuit des chapelles et des tours de guet .....	p. 13
Circuit des chapelles et des hameaux .....	p. 14
Sentier des Légendes .....	p. 15
Sentier botanique du balcon des Plagnes .....	p. 16
Circuit des Moulins .....	p. 17
Circuit des Ardoisiers .....	p. 18
Sentier écosylve de Poingt-Ravier .....	p. 19
Sentier archéologique du Thyl .....	p. 20
Le Perron des Encombres .....	p. 21
Sentier de la Mémoire .....	p. 22
Autour de l'Esseillon .....	p. 23
Circuit du Patrimoine .....	p. 24
Sentier nature de l'Orgère .....	p. 25
Les boucles «Fleurs et forêt» .....	p. 26
Circuit des forts autour du Mont Cenis .....	p. 27
Les chemins de l'Histoire .....	p. 28
Chemin des quatre hameaux .....	p. 29
Sentiers interprétation et observation du paysage .....	p. 30



Coupon réponse

Où trouver quoi ?

Liste des  
Offices de Tourisme  
Bibliographie

Sur la carte

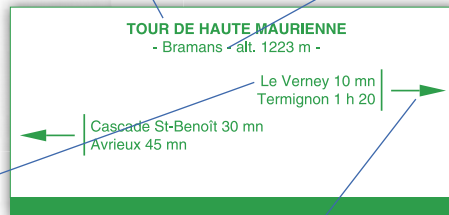


La plupart des itinéraires de ce guide sont balisés selon la charte départementale «*Randonnée en Savoie*», à vous de suivre leurs indications.

## Les panneaux

*Le nom de l'itinéraire emprunté*

*Le lieu et l'altitude où vous vous trouvez*







*La première destination indiquée est toujours la plus proche*

*Le type de pratique sportive de chaque chemin (une simple flèche pour la randonnée)*

## Les balises

Disposées entre les panneaux pour vous guider, leur couleur vous renseigne sur la nature du chemin.

-  **Marque jaune :**  
promenade et petite randonnée
-  **Marque bleue :**  
randonnée alpine en haute montagne
-  **Marque blanche et rouge :**  
sentier de grande randonnée (GR)
-  **Marque rouge et jaune :**  
sentier «tour de pays», itinéraire de découverte d'un massif

## bons conseils...



Avec des **semelles crantées** et un bon maintien de la cheville, vous voilà chaussé pour la montagne. N'oubliez pas coupe-vent imperméable, pantalon et laine polaire, car la météo est capricieuse en altitude. Lunettes solaires anti-UV, crème à fort indice de protection et chapeau sont indispensables à tout âge !



Un **sac bien adapté** au portage (sangles rembourrées et ceinture ventrale) facilite la marche. Gourde, pique-nique ou en-cas énergétique, lampe électrique (de préférence frontale), trousse premier secours, topo et carte des sentiers, tout ce qui s'y glisse vous met à l'abri des surprises.



Avant de partir, toujours prendre la **météo** affichée dans les offices du Tourisme ou par téléphone au 08 36 68 02 73 et si possible prévenir quelqu'un du but et de la durée de votre randonnée. Surveiller le ciel et savoir faire demi-tour si pluie, orage ou brouillard sont de la partie. Si vous prévoyez une halte en refuge (ils sont nombreux et accueillants), il est toujours prudent de réserver.



Choisir un parcours d'une difficulté adaptée au moins endurant de votre groupe. Chacune de nos randonnées vous précise sa durée et sa dénivellée positive : ce sont, en montagne, des indications plus significatives que la distance. Buvez régulièrement et toujours avant de ressentir la soif pour préserver vos muscles. **Marchez à votre rythme**, celui qui vous permet de parler sans essoufflement.

# ...et bons réflexes

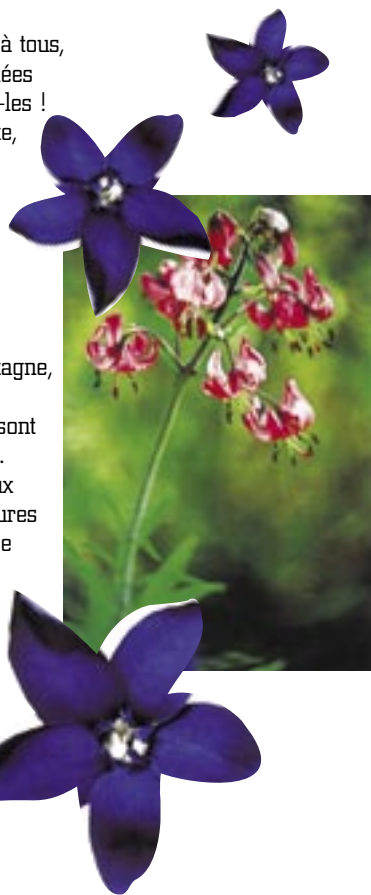
Pour que la nature profite à tous, certaines règles sont affichées selon le terrain. Respectez-les ! Pas de chien ni de cueillette, par exemple, dans le Parc de la Vanoise.

Faut-il encore le dire ? Les reliefs du pique-nique sont partout à remporter avec vous.

La faune sauvage de montagne, tout comme les troupeaux domestiques des alpages, sont sensibles à votre présence. Observez de préférence aux jumelles, refermez les clôtures derrière vous, retenez votre chien.

Politesse et bons sens facilitent la rencontre avec les vététistes ou les cavaliers. Après tout, les chemins sont à tout le monde... Sauf quand ils traversent des propriétés privées, où la discrétion s'impose naturellement.

Restez sur les sentiers balisés : couper ou emprunter un raccourci vous expose inutilement à la fatigue et au faux pas... sans parler du risque important d'érosion.



## Durée

2 H

## Dénivelé

150 m

## Difficulté

peu difficile,  
pente un peu raide

## Balilage

charte  
départementale

## Topo

fiche technique  
"Randonnée en  
Savoie"

## Période idéale

toute l'année,  
hors neige

## 1 Sentier de la Mine

Espace de découverte du site minier ouvert à l'été 2000, le «*Grand Filon*» offre un témoignage riche et passionnant sur l'histoire des mines de cuivre et de fer.

Sa visite est le prélude idéal au «*Sentier de la Mine*» qui égrène et commente les vestiges miniers encore visibles.

Ce sentier vous permettra de découvrir l'ensemble du site minier (galerie de mine, espace découverte et musée de l'école).

## Le parcours

Départ sous les meilleures auspices : le musée de l'école de la Minière fait face au «*Grand Filon*». Au fil du chemin, un point d'eau et des tables de pique-nique vous attendent.

### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 25

Depuis St Jean de Maurienne, à la sortie d'Épierre à gauche direction Les Hurtières puis traverser le chef-lieu de St Georges d'Hurtières et première à gauche direction La Minière.

En venant de Chambéry, à la sortie d'Aiguebelle à droite direction Les Hurtières... La route de la Minière est la première à droite dans St Georges d'Hurtières. Laisser votre voiture au parking de la Minière.



## Saint-Alban-d'Hurtières

### 2 Les boucles de Saint-Alban : l'écosystème de la plaine des Hurtières

Les circuits de découverte de Saint-Alban-d'Hurtières, achevés en 2001, invitent à découvrir comment l'homme a modifié ce milieu écologique à la fois riche et fragile... et comment il aide aujourd'hui la nature à reprendre ses droits.

#### Le parcours

Au plan d'eau des Hurtières, un parcours découverte chemine le long des prairies sèches, mares et plan d'eau. Il emprunte un chemin sur pilotis, mène à l'observatoire de la faune et ménage des espaces pique-nique. Le plan d'eau invite à la baignade et à la pêche.

Plus loin, les boucles s'enchaînent pour gagner le versant puis le plateau, en traversant une myriade de hameaux. Le panorama sur la plaine révèle progressivement ses aménagements : zone de loisirs, préservation écologique et intégration paysagère de l'autoroute... Le retour au plan d'eau est signalé à chaque intersection de boucle.

#### Durée

1 H 30 à 3 H 30

#### Dénivelé

0 à 300 m

#### Difficulté

très facile

#### Balisage

charte départementale

#### Topo

fiche technique "Randonnée en Savoie"

#### Période idéale

toute l'année

#### Durée

2 H

#### Dénivelé

120 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

poteaux bois ONF

#### Période idéale

toute l'année

## Épierre

### 3 Chemin des Droux : à la découverte des arbres

L'itinéraire, riche et varié, emprunte le sentier ONF qui présente la plupart des espèces d'arbres de Basse-Maurienne.

Château, cascade, chapelle et vue panoramique sont au menu... Les Droux sont de longues trainées de boues et de pierres charriées par les crues disparus aujourd'hui suite aux aménagements des torrents.

#### Le parcours

A la centrale EDF des Moulins, un panneau présente et détaille l'itinéraire. Des poteaux directionnels en bois assurent un fléchage complet. Après avoir longé le patrimoine architectural d'Épierre, une longue montée en forêt révèle la cascade et sa surprenante vue panoramique. Le village et le massif des Hurtières livrent leurs plus beaux secrets.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 25

Depuis Chambéry ou St Jean de Maurienne gagner Épierre. A la sortie du village, prendre à gauche en direction de la centrale électrique. Une petite place permet de se garer.



## St-François-Longchamps Montgellafrey

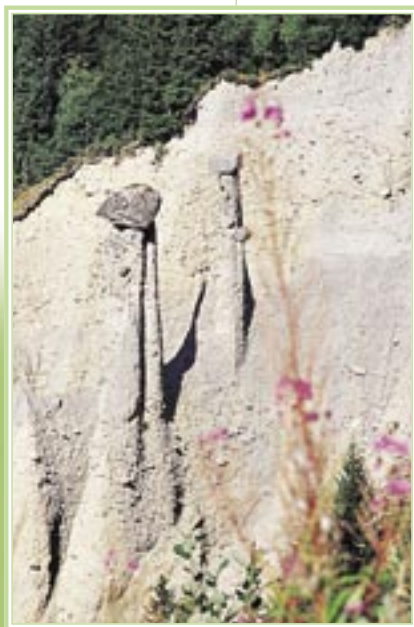
### 4 Sentier des Pâquiers et des Demoiselles

Les «*Demoiselles coiffées*» et les «*Cheminées des fées*», surprenantes et imposantes curiosités géologiques, sont nées de l'érosion et des différentes natures de la roche. Elles sont le point d'orgue de cet itinéraire bavard qui raconte aussi la forêt et le patrimoine de Saint-François-Longchamp-Montgellafrey.

#### Le parcours

Au départ de la station (1650 m), parking de la Madeleine, un sentier découverte ombragé descend le long du cours d'eau du Bugeon jusqu'au virage de la route sous 1450 m (aire de repos). Deux cents mètres plus bas, le sentier repart vers le Bugeon. Passé un pont, on remonte à droite des Cheminées des Fées par un sentier en lacets (circuit des Demoiselles Coiffées). Arrivé au Praz, on prend la direction du Replat, de Colombes et de Cochinières pour rejoindre le point de départ.

<b>Durée</b>	3 H
<b>Dénivelé</b>	300 m
<b>Difficulté</b>	moyenne
<b>Balisage</b>	panneaux bois ONF
<b>Topo</b>	carte IGN Saint-François- Longchamp
<b>Période idéale</b>	mai à octobre



Dominique Flament

## La Chambre

### 5 La vie tumultueuse du Bugeon

Affluent majeur de l'Arc, le Bugeon est un torrent... pour le moins plein de vie ! Le thème du chemin pourrait d'ailleurs s'intituler «*cent ans de vie torrentielle*» tant l'homme s'est attaché à dompter les humeurs changeantes de ce personnage aussi légendaire qu'imprévisible !

#### Le parcours

Au départ de La Chambre, le chemin remonte le lit du Bugeon. Les différents étagements de la végétation se révèlent tour à tour. A cinq reprises, un panneau d'information présente le travail effectué pour calmer les ardeurs de ce capricieux compagnon... et rythme la montée par une pause bienvenue. Les villages, encore tout nimbés de vie traditionnelle, jalonnent eux aussi l'itinéraire. Après la rencontre de Notre Dame du Cruet, puis de St Martin sur La Chambre, c'est Montgellafrey qui conclut l'ascension... et donne le signal du retour par le même sentier.

<b>Durée</b>	3 H
<b>Dénivelé</b>	600 m
<b>Difficulté</b>	peu difficile
<b>Balisage</b>	fléchage jaune
<b>Période idéale</b>	accessible toute l'année



Canton de la Chambre

**Accès**  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 25

Depuis La Chambre, prendre la direction du Col de la Madeleine/Saint-François-Longchamp. Parking de la Madeleine à Saint-François-Longchamp 1650 m.

**Accès**  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 26

Départ place du champ de foire à côté de la fruitière. Parking à proximité.

## St-Colomban-des-Villards

### 6 Sentier du Talc

Courte destinée que celle de cette exploitation de Talc ! En 1912, une société allemande entreprend de grands travaux pour rendre accessibles les gisements des Combes des Roches, du Tépey et du Glandon : une voie ferrée, un tunnel... Une importante main d'œuvre locale, aidée d'une centaine d'italiens, y travaille jusqu'à la guerre. En 1914, l'exploitation est détruite sans qu'un seul gramme de Talc ait été traité ! Reste un bel itinéraire, riche du parfum de l'aventure...

### Le parcours

Départ du hameau des Roches. La rive droite du torrent vous élève vite en altitude. Passant près du gros rocher et du pont (que vous ne prenez pas), vous continuez jusqu'à un croisement... où vous empruntez à contresens le "chemin du Talc". Vous évoluez alors à plat sur l'ancienne voie ferrée des wagonnets. A Valmaure, une partie de l'ouvrage est encore visible, ainsi que le tunnel (à éviter en raison des risques de chutes de pierres). Prolongez votre chemin en admirant la vallée, les crêtes du Grand Truc, de la Charmette et de l'Ormet. Une descente en lacets rejoint la Combe du Tépey, où un chemin carrossable conduit aux alpages et à ses admirables bâtisses. Le retour aux Roches se fait par le village de Valmaure puis la route.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 26

Depuis St Etienne de Cuines,  
suivre la D927, direction Col  
du Glandon jusqu'au hameau  
des Roches.



G. Babin

#### Durée

3 H

#### Dénivelé

300 m

#### Difficulté

assez facile

#### Balisage

charte  
départementale

#### Topo

Livrets et cartes  
touristiques en vente  
à la Maison du  
Tourisme

#### Période idéale

mai à octobre

## Hermillon-Le Châtel Montvernier-Pontamafrey

### 7 Circuit des chapelles et des tours de guet

A l'époque romaine, la route de l'Empire passait par le plateau-balcon de Montvernier, préféré à la typique vallée glaciaire en «U», trop soumise aux crues. Sur les hauteurs, les tours de guet ont fleuri pour défendre le «verrou» des Alpes. Partout, les chapelles ont pointé leur clocher vers les cieux. Cette superbe randonnée entre vallée et plateau tutoie gorges, falaises et cascades pour mêler le vertige à l'histoire.

### Le parcours

Depuis le pont de la Scie, on emprunte le chemin des Bessots et on gagne le chemin des vignes jusqu'au premier village du Châtel, l'Échaillon et au prieuré de Champ d'Or. Les accès à la tour de Bérold puis à la chapelle Saint-Marin se font en aller-retour à partir d'un chemin escarpé qui démarre à gauche avant la passerelle amont de la combe des Bessois. Descendre au Villaret à travers prés et cultures faire un aller-retour à la maison-forte qui a conservé sa tour. Après le pont sur le torrent et les ruines du moulin, c'est la traversée du coquet village de Montvernier avec son original clocher en bonnet. Edifiée sur les ruines du château d'un seigneur croisé, la chapelle de la Balme domine la superbe route aux 18 lacets... qui vous offre une calme descente sur Pontamafrey.

#### Durée

4 H

#### Dénivelé

300 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

panneaux bois

#### Topo

OT Hermillon et  
Pontamafrey

#### Période idéale

avril à novembre



Canton de St. Jean

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27

De St Jean de Maurienne,  
gagner Hermillon par la D77.

## Jarrier

## 8 Circuit des chapelles et des hameaux

Le développement de l'agriculture de montagne, suivi d'un recul de l'activité au début du siècle, a parsemé la vallée de l'Arvan de hameaux bucoliques. Groupés autour de leur four à pain, les hameaux racontent la foi fervente et simple de leurs pionniers à l'aide de chapelles souvent très anciennes, riches de légendes.

## Le parcours

Depuis l'église ou l'hôtel Bellevue, le chemin sort de Jarrier pour gagner Lalérieux et découvrir les premières maison-chalets adossées à la pente et tournées vers Saint-Jean. La chapelle Saint-Roch, construite en 1565 à la suite d'une épidémie de peste, est un véritable poste de guet sur l'ensemble de la vallée. La chapelle Notre-Dame, sur le ruisseau des Moulins, doit sa singulière décoration baroque à une foi vive... et aisée. Après les hameaux du Mollard et de la Tuvière, c'est le hameau de la Toulaz qui abrite la chapelle Saint-Antoine. De retour à Jarrier, clocher et tribunes de l'église Saint-Pierre-Apôtre (construite sur un promontoire instable au bord d'un ravin) racontent le «penchant» du village pour un habitat anti-sismique avant la lettre.

## Circuit des chapelles d'Albiez Le Vieux

Au départ du chef-lieu, un itinéraire de 4 heures parcourt tout le plateau-balcon, reliant plus de 12 oratoires, Chapelles et églises, avec le plaisir d'un panorama presque constant sur la vallée.

## Durée

3 H

## Dénivelé

300 m

## Difficulté

facile

## Balisage

charte  
départementale

## Topo

randonnées en  
Arvan Villards dans  
tous les OT/SI (30 F)

## Période idéale

avril à novembre

## Albiez-le-Jeune

## 9 Sentier des Légendes

La route aux 50 virages, de Villargondran à Albiez le Jeune, est déjà tout un mythe... et laisse bien présager de la suite ! Ce sentier surprenant passe par mille histoires pour mieux vous révéler tout l'envoûtement de la montagne. C'est la légende du géant couché qui vous guide à travers les âges, jusqu'à l'origine d'une immense et insolite cheminée de fées que vous découvrez au détour d'un sapin : le Moine de Champlan. Ce sont d'étranges superstitions qui font vivre le revenant de Carlon, figure diabolique toujours fascinante. Alors au fil des contes, bercé par le meilleur de la tradition orale de la vallée, vous sortez de la forêt comme d'un livre d'enfant, émerveillé et impatient d'y revenir !

## Le parcours

Au départ de la place du village d'Albiez le Jeune, prendre D 80, longer la zone des loisirs, puis prendre la piste forestière à gauche de «Pêchemiette». Au lieu-dit «La Fesse», suivre direction «Le Buisson» puis «Moine de Champlan». Retour par D80. GR pays Arvan Villard.

## Les autres Sentiers des Légendes

- Sentier Albiez le Vieux. Départ à l'office du Tourisme.
- Sentier des Aiguilles d'Arves. Prendre la direction de Montrond, puis du Chalmieux (D80), stationner au niveau du relais télévision (au bout de la route goudronnée).

## Durée

3 H

## Dénivelé

50 m

## Difficulté

très facile

## Balisage

charte  
départementale  
+ légendes

## Topo

à retirer auprès :

OT Les Albiez

## Période idéale

été

Accès  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27

A la sortie haute de St Jean de Maurienne (direction Croix de Fer ou Corbier), prendre à droite avant le Pont du Bonnieux vers Jarrier. Parking devant l'église ou l'hôtel.



S.L. Jarrier/Sigmatours



P. Cressaz

Accès  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27

Depuis St Jean de Maurienne par la D80 jusqu'au village d'Albiez le Jeune.



## Le Châtel

### 10 Sentier botanique du balcon des Plagnes

Lieu de découverte écologique et botanique, «les Plagnes» a mobilisé toutes les énergies. Chacun s'est employé à réhabiliter un ancien sentier pour vous emmener au cœur d'une forêt qui renaît de ses cendres après l'incendie de 1974, qui heureusement, n'a rien enlevé à la flore.

### Le parcours

A Rieu Salomon, prendre la piste forestière en direction de Saint-Jacques. Le sentier démarre à l'intérieur du premier virage. Le sentier botanique traverse d'abord une zone boisée, puis grimpe après quelques lacets jusqu'à un reboisement de résineux variés en pleine croissance. D'ici, le panorama sur Le Châtel et sur la vallée est remarquable et propice à une lecture du paysage. La montée se prolonge un peu puis la traversée de 4 combes successives rythme la progression tout autant que les panneaux d'informations ! Quelques lacets à travers les épineux mènent au hameau abandonné de Ravichon. Revenu au Villaret par la piste, vous pouvez emprunter le chemin des "Chapelles et Tours de Guêts" pour revenir au Châtel.

### Les autres sentiers botaniques

- **Sentier écosylve d'Hermillon.** Sur le plateau du Golet à 2 km du chef-lieu en direction de Champesuit.
- **Sentier botanique alpin de St-Julien-Montdenis.** Depuis St-Julien, prendre la RD 79 sur 10 km jusqu'au village de Montdenis.
- **Sentier botanique de Jarrier.**



S.I. Jarrier / Signatures

**Accès**  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27

Direction Hermillon puis  
prolonger jusqu'au Châtel.  
Rieu Salomon est le premier  
hameau du village.

#### Durée

2 H 30

#### Dénivelé

250 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

panneaux bois

#### Topo

IGN 34.34 est

#### Période idéale

avril à septembre

## Montricher-Les Karellis

### 11 Circuit des Moulins

Les moulins, ce sont ceux du coteau entre Montricher et Albanne, à proximité de l'actuelle station des Karellis.

L'eau des ruisseaux, conduite par des canaux et des châteaux en mélèze, se jetait sur les pales de leur roues. Les pierres, savamment ajustées, broyaient le grain pour produire jusqu'à 10 kg de farine à l'heure ! Si la plupart des moulins rencontrés n'ont plus aujourd'hui que le charme de leurs ruines, l'un d'entre eux a repris vie depuis 1993, grâce aux efforts d'une équipe de bénévoles. L'autre découverte promise par le sentier, c'est la riche flore locale : *sabot de Vénus, digitale* ou *lys martagon* sont commentés par les balises botaniques.

### Le parcours

Au départ des Karellis, prendre le chemin fléché au bas de la station. Au croisement avec la piste forestière, remonter sur la gauche et s'engager sur le chemin qui descend à droite. Traverser la route d'Albanne pour atteindre Montricher où vous attend une belle église baroque. Le sentier des moulins est bien tracé : c'était l'unique liaison entre les villages jusqu'à la construction de la route... Après avoir rejoint Beau-Mollard, remonter vers la station.

#### Durée

2 H 30

#### Dénivelé

400 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

flèches directionnelles  
et panneaux  
d'information

#### Topo

carte/guide des  
sentiers OT Karellis

#### Période idéale

juin à septembre



Agence NUTS/O.T. Les Karellis

**Accès**  
Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27

Depuis les Karellis, mais  
l'itinéraire peut aussi être  
débuté à Montricher.

## Saint-Julien-Montdenis

### 12 Sentier des Ardoisiers

Sur les traces des anciens mineurs d'ardoises et des constructeurs d'ouvrages de restauration des terrains de montagne. Points de vue sur la vallée ponctués de nombreuses explications sur ces ouvrages

#### Le parcours

**1** Prendre la piste à gauche qui monte au réservoir d'eau puis suivre tout droit le sentier en balcon. Vue sur le torrent et ses ouvrages du service de restauration des terrains de montagne. Longer l'ancienne ligne de la «benne de Montdenis».

**2** Le sentier entre dans les gorges du torrent. Prudence sur 150 m : le passage en encorbellement est assuré par une main courante.

**3** Poursuivre en empruntant l'ancien lit du torrent en partie comblé par l'éboulement de Montdenis jusqu'aux baraques en ruine du chantier RTM.

**4** A droite, effectuer un rapide aller-retour jusqu'à l'entrée du tunnel Mougins, au fond de la gorge (200 m). De retour aux baraques, monter par les lacets à travers le reboisement de la «Grand Terre».

**5** Après l'enchaînement de lacets, au croisement, prendre à droite. 150 m plus loin tourner à gauche. Poursuivre jusqu'au point le plus haut (1210 m), à la croisée du chemin de Montdenis.

**6** Prendre à gauche. Le sentier serpente en crête pour atteindre le sommet du Champet puis des Avenières (1166 m).

**7** Continuer la descente en observant les dépôts de fabrication d'ardoises appelés «marins». Redoubler de prudence par temps de pluie. Poursuivre jusqu'à l'arrivée au parking.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 27 ou 28

A 7 km de Saint-Jean-de-Mne  
par N6 et D79. Parking au-  
dessus du lieu-dit Costeryg

Photo Coll. Musée des Ardoisiers



#### Durée

3 H

#### Dénivelé

550 m

#### Difficulté

peu difficile

#### Balisage

Randonnées  
en Savoie

#### Topo

La Maurienne  
à pied (IGN-FFRP)

#### Période idéale

mai à novembre

#### Durée

2 H 30

#### Dénivelé

256 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

panneaux  
d'information  
botanique

#### Topo

carte-topo  
Valloire-Valmeinier  
42 balades pédes-  
tres (5,50 €)

#### Période idéale

mai à novembre

## Valloire

### 13 Sentier écosylve de Poingt-Ravier

Son beau tronc orangé et son feuillage vert tendre illuminent le printemps, il se couvre d'or à l'automne et affronte l'hiver tête nue : le mélèze vous invite dans son «*mélèzin*», à la rencontre des nombreux oiseaux qu'il abrite. Et si la forêt en elle-même vaut le détour, Valloire a su y ajouter une découverte plurielle de son environnement : architecture typique du hameau de Poingt-Ravier, invitation gastronomique, gorges et torrents impressionnants... c'est toute la montagne qui vit sous vos yeux.

#### Le parcours

Au départ de la Borgé, le sentier s'élève vers les gorges de l'enfer. Au pont sur le torrent (pont du diable évidemment !), prendre le sentier marqué en direction de Poingt-Ravier. Du village, la sente du belvédère passe par la chapelle. Le sentier écosylve redescend à travers la forêt.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 29

Quittant Valloire en direction  
du Galibier, prendre vers  
la Borgé où vous attend un  
parking.

Photo B. Grange



## Saint-Michel-de-Mne

### 14 Sentier archéologique du Thyl

Une randonnée sage vous emmène aux pierres cupulaires, (tables rocheuses creusées de "cupules" ou cavités, qui gardent leur mystère), aux pierres gravées d'empreintes de pieds (âge de bronze) et enfin à un dolmen naturel de grande dimension, utilisé comme abri par l'homme. Une plus petite promenade vous révèle les silhouettes d'hommes et de femmes gravées sur une pierre. A l'émotion de découvrir ces signes de temps immémoriaux, s'ajoute la traversée des Hameaux du Thyl et de ses alpages.

#### La randonnée

Du Thyl-dessus, on atteint vite le presbytère pour grimper une pente raide qui coupe la piste du bois. Le chemin d'alpage du Pré Bérard poursuit l'itinéraire jusqu'au Perthuis. Redescente, par les chalets d'alpage puis à travers le hameau du bois, jusqu'au village de Thyl-dessus et son dolmen.

#### La promenade

Quitter Thyl-dessus en descendant, par l'ancienne école puis à travers prés et bosquets, en direction de la pierre gravée de Thyl-dessous. Remonter le long du ruisseau par la piste jusqu'au dolmen.

#### La randonnée

##### Durée

3 H

##### Dénivelé

400 m

##### Difficulté

facile

##### Balisage

charte  
départementale

#### La promenade

##### Durée

1 H

##### Dénivelé

150 m

##### Difficulté

facile

##### Balisage

Randonnée en  
Savoie

## Saint-Martin-La-Porte

### 15 Le Perron des Encombres

A partir du XIII<sup>e</sup> siècle, les éleveurs de Tarentaise franchissent le pas des Encombres pour aller vendre leurs bêtes à Saint-Michel de Maurienne. En 1928, un maréchal-ferrant, parti de la Traversaz, rallie Saint-Martin de Belleville sur une voiture tirée par un mulet. Marcher aujourd'hui sur le très haut Perron des Encombres, c'est fouler toute la démesure de la montagne, et mettre ses pas dans les traces d'aventuriers d'hier (agriculteurs de montagne, bergers et voyageurs) qui l'ont patiemment apprivoisée.

#### Le parcours

Départ des chalets d'alpage de la Saussaz : vous êtes déjà à 2068 m d'altitude. Les vestiges de terrasses cultivées emportées par les crues, et la traversée des sources du torrent St Bernard, donnent l'inquiétante mesure de la colère des eaux... La montée est soutenue jusqu'au col des Encombres à 2329 m. Plus raide encore est la ligne de crête jusqu'au Grand Perron (2825 m). Mais, la vue certaine d'une harde de bouquetins vous récompensera, avant la descente par le même chemin.

##### Durée

5 H

##### Dénivelé

725 m

##### Difficulté

assez difficile

##### Balisage

charte  
départementale

##### Topo

carte IGN 34.33  
ET / 34.35 ET

##### Période idéale

juillet et août



Image du Mne



Patrick Schliatter

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 29

Depuis St Michel de Maurienne, prendre en direction de Beaune et bifurquer à l'Etraz. A l'embranchement Beaune/Thyl, prendre direction à droite Thyl-dessus.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie 29

A 10 km, bifurquer à droite vers St-Martin la Porte. Au premier rond point, à droite, direction la Villette. A la bifurcation Beaune/La Planchette, prendre La Planchette. A la Planchette, traverser le pont et suivre la route empierrée jusqu'au terminus : le parking de la Saussaz.

## Valfréjus

### 16 Sentier de la Mémoire

Dans le décor grandiose du massif de l'Argentier, le sentier serpente entre les fortifications de la frontière franco-italienne. Pour comprendre leur sens et imaginer les combats qui les ont animés entre 1940 et 1944, 8 panneaux thématiques renouent le fil des événements. Piquant de curiosité, d'émotion ou même bouleversant, le *Sentier de la Mémoire* profite aussi de sa position dominante pour offrir de somptueux points de vue sur la Vanoise, comme celui du col de la Roue.

### Le parcours

Traverser Valfréjus et, au niveau du gîte des Tavernes, prendre direction le Lavoir. Du Lavoir, suivre le GR 5 par la Replanette et son col, jusqu'au col de la Roue. Redescendre en versant italien sur les granges de la Roue pour rejoindre le col du Fréjus. Le tour est bouclé par le Pas du Roc et la rive gauche du ruisseau.

En faisant étape à Bardonecchia, avant de remonter au col de la Roue, la rando se fait en 2 jours.

#### Durée

6 H 30

#### Dénivelé

1872 m

#### Difficulté

moyennement difficile

#### Balisage

charte départementale

#### Topo

en vente dans les librairies et Offices de Tourisme

#### Période idéale

juin à septembre



Canton de Modane

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis Modane, direction  
Valfréjus.

## Aussois et Avrieux

### 17 Autour de L'Esseillon

Haute et redoutable barrière de pierres fortes érigée par le royaume de Piémont-Sardaigne au début du XIX<sup>e</sup> siècle pour se prémunir des invasions françaises. En 1860 lors du rattachement de la Savoie à la France, le dispositif sera inversé et dirigé contre «l'Italie naissante». Grâce à 3 remarquables boucles thématiques, le site est aujourd'hui l'ambassadeur de l'architecture militaire, de l'écologie et de la vie locale.

### Les Bâtisseurs

Sur les pas des hommes qui ont construit et habité la forteresse, découvrez l'âme de ce site mystérieux. Guidés par un jeu de piste, les enfants marchent avec plaisir. Départ depuis le fort Charles-Albert ou du parking du fort Victor-Emmanuel.

**Accès :** Autoroute de Maurienne A43, sortie Modane

Depuis Modane, suivre Aussois. Au village, premier croisement à droite puis direction Fort Marie-Christine.

### Sur les traces du Marabout

Milieu naturel unique et insolite, les pelouses steppiques vous livrent leurs secrets en une promenade enchantée. Départ cimetière sarde ou fort Marie-Christine.

**Accès :** Autoroute de Maurienne A43, sortie Modane

Depuis Modane, suivre Aussois. Au village, premier croisement à droite puis direction Fort Marie-Christine.

### Sous le soleil d'Avrieux

De l'éclat du baroque au souffle d'une industrialisation de haute technologie, un cheminement passionnant entre tradition et modernité, au cœur du destin exceptionnel d'un village.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Après Modane, gagner  
Villarodin puis le bas du  
village d'Avrieux.

### Les Bâtisseurs

#### Durée

4 H

#### Dénivelé

400 m

#### Départ

parking du fort  
Charles Albert

### Les traces du Marabout

#### Durée

1 H 30

#### Dénivelé

100 m

#### Départ

cimetière sarde

### Sous le soleil d'Avrieux

#### Durée

1 H

#### Dénivelé

100 m

#### Départ

parking  
salle des fêtes

Arc-en-ciel photo, Aussois

## Saint-André

### 18 Circuit du Patrimoine

Industrie ancienne, cultures traditionnelles, histoire et architecture, la Haute-Maurienne ouvre ici en grand sa mémoire et son cœur. Village aux 15 Hameaux, St André est parsemé de traces vivantes de son passé : fontaines, four banal, moulins, chapelles et croix. Quelques pas plus tard, vous avez retrouvé une mémoire immense, celle d'une vallée active et magique.

### La boucle des Hameaux

Départ de la Chapelle Notre-Dame de la Pitié à l'entrée de St André. La Praz, berceau de l'aluminium, de la houille blanche, des tréfileries et des laminoirs, raconte son aventure industrielle. Le Col, site stratégique maintes fois éprouvé, vous enchante avec la légende du chanvre, du miel et de l'absinthe. Le Villeret raconte la conquête de l'eau. Le Villard, lui, a peu changé depuis des siècles !

### La boucle des Moulins

Départ du Villard, près de l'église. Plusieurs moulins sont accessibles et, tout comme à Montricher (voir page 18), celui de Pralognan, en parfait état de marche, est ouvert à la visite ainsi que l'éco musée (juillet/août).

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Entre St Michel de Maurienne et Modane, prendre à la sortie du Freney en direction de St André.



### La boucle des hameaux

#### Durée

3 H

#### Dénivelé

370 m

#### Difficulté

peu difficile

#### Balisage

charte  
départementale

#### Topo

balades de  
St André, en mairie

#### Période idéale

avril à novembre

### La boucle des moulins

#### Durée

1 H 30

#### Dénivelé

200 m

#### Difficulté

peu difficile

#### Balisage

charte  
départementale

#### Topo

balades de  
St André, en mairie

#### Période idéale

avril à novembre

## Villarodin-Le Bourget

### 19 Sentier nature de l'Orgère

En bordure du Parc National de la Vanoise, le refuge de l'Orgère se dresse au cœur d'un écosystème particulièrement riche. 10 tables de lecture jalonnent un agréable itinéraire de connaissance à la portée de tous. La faune s'y anime : fourmis rousses, oiseaux des forêts (qui connaît le casse-noix ?), bouquetins et, bien entendu, marmottes ! La vie végétale y fleurit : plantes nitrophiles, résineux et éricacées (la myrtille en est une !). Vous y apprenez aussi à lire le paysage et la formation des sols.

### Le parcours

Du refuge, revenez de 50 m sur la route pour emprunter le sentier balisé en fond de vallon. Passez devant la Chapelle des neiges, traversez le ruisseau puis bifurquez à droite. C'est au premier chalet de l'Orgère que le balisage vous emmène à gauche, le long d'un sentier forestier facile.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis le Freney, en aval de Modane, suivre "Parc National de la Vanoise, Porte de l'Orgère", puis traverser St André et le Vallon de Polset jusqu'à la porte et au refuge de l'Orgère.



## Bramans & Sollières-Sardières

### 20 Les boucles «Fleurs» et «Forêt»

Première boucle avec le sentier botanique de Bramans qui présente une soixantaine de plantes adaptées à "l'ilot de sécheresse" de la Haute-Maurienne.

Enchaînement pédagogique avec le sentier forestier de Sollières-Sardières. Sous les pins à crochets, les pins sylvestres et les mélèzes, la forêt de Sollières-Sardières cache un agréable sentier de découverte du milieu forestier.

### Le parcours

#### Sentier botanique

Départ du sentier botanique au Pont Vert, en aval de la RN6.

#### Sentier sylvicole

Enchaînement avec le sentier forestier en empruntant le chemin de forêt carrossable. Pour conclure, retour à Bramans par le Chemin du Petit Bonheur.

#### Sentier découverte de la forêt de Suffet

Depuis l'Office de Tourisme de Termignon la Vanoise, un beau parcours de 4 heures emprunte l'ancien chemin muletier des Ducs, puis débouche sur un belvédère face aux glaciers de la Vanoise, pour sillonner les deux versants contrastés (steppique méridional au sud, forestier à l'est) de la forêt de Suffet.

Document explicatif auprès de l'Office de Tourisme de Termignon la Vanoise - Carte IGN 3634 OT

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis Modane, par Bramans,  
parking à l'Office de  
Tourisme.



#### Informations générales

##### Topo

carte IGN 3634  
O.T. intercommunal  
des 3 Petits Villages

##### Période idéale

mai à novembre

#### Sentier botanique

##### Durée

1 H 30

##### Dénivelé

100 m

##### Difficulté

facile

##### Balisage

panneaux bois

#### Sentier sylvicole

##### Durée

3 H

##### Dénivelé

300 m

##### Difficulté

facile

##### Balisage

panneaux bois

## Val Cenis-Lanslebourg

### 21 Circuit des forts autour du Mont-Cenis

Plateau herbeux à 2000 mètres d'altitude, où les troupeaux de vaches françaises et italiennes font chaque été le bonheur des amateurs de tommes, le Mont-Cenis réunit aussi un vaste complexe de fortifications : forts de Ronce, de Varisselle, de Malamot, de Pattacreuse et de la Turra.

### Le parcours

Les forts sont répartis autour du Lac du Mont Cenis. Le sentier menant au Fort de la Turra part du Col du Mont Cenis. L'accès aux forts de Varisselle, de Malamot et de Pattacreuse se fait depuis le barrage, alors que le fort de Ronce est accessible depuis le parking du Plan des Fontainettes.

##### Durée

selon les forts, de  
45 min à 3 H 30

##### Dénivelé

200 m à 900 m

##### Difficulté

très facile pour le  
Fort de Varisselle,  
facile pour les Forts  
de Ronce et de  
Pattacreuse,  
moyen pour les  
Forts de Malamot  
et de la Turra

##### Balisage

panneaux bois

##### Topo

carte  
"Pays du Mont Cenis"  
Haute-Maurienne,  
Vanoise, Valle di Susa  
au 1/50 000°

##### Période idéale

mai à novembre



#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis la station de Val Cenis,  
prendre par le col ou  
le barrage du Mont Cenis.

## Val Cenis-Lanslevillard

### 22 Les Chemins de l'Histoire

Au fil de ses 12 chapelles, toutes rénovées, un village témoigne de 5000 ans de son histoire. Chaque oratoire est consacré à un thème : peinture murale, art rupestre et préhistoire, art baroque... Les chapelles historiques dessinent un parcours haut en culture, que chacun apprécie à son rythme en une ou plusieurs journées.

#### Le parcours

Le circuit débute à la Chapelle Saint Roch, par la remise d'une clef qui vous ouvrira toutes les portes suivantes. Il se pratique hiver comme été, à pied, en voiture, en raquette ou en ski de fond. Seule la Chapelle St Antoine, perchée à 2300 mètres, exige de composer avec la montagne.

#### Durée

variable

#### Dénivelé

200 m et 800 m pour la Chapelle Saint Antoine

#### Difficulté

facile

#### Balisage

panneaux bois

#### Topo

document explicatif à l'Office du Tourisme de Val Cenis

#### Période idéale

toute l'année

## Bessans

### 23 Chemin des 4 hameaux

Le Villaron, la Goulaz, Vincendières et Avérole, leurs quatre noms claironnants et savoureux donnent un avant-goût de leurs caractères pittoresques ! Perles de la Haute-Maurienne, les hameaux abritent plus jalousement encore ces joyaux méconnus de l'architecture traditionnelle de montagne.

#### Le parcours

Partant de Bessans, suivre la D902 vers Bonneval sur environ 1 kilomètre. Les maisons restaurées du Villaron sont là. Empruntez ensuite la route de la vallée de l'Avérole pour découvrir la Goulaz. Repartez ensuite du parking situé en aval de Vincendières... qui vous montre le Chemin d'Avérole. La rive gauche du torrent d'Avérole vous ramène à Bessans.

#### Durée

3 H

#### Dénivelé

200 m

#### Difficulté

facile

#### Balisage

panneaux bois

#### Topo

carte IGN 3633 ET

#### Période idéale

mai à novembre



Haute-Maurienne/P.Huaret



Haute-Maurienne/P.Huaret



Haute-Maurienne/P.Huaret

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis Val Cenis par  
Lanslevillard, rue St Roch  
après la place de l'Eglise.

#### Accès

Autoroute de Maurienne  
A43, sortie Modane

Depuis Val Cenis par Bessans,  
parking des Vincendières.

## Bessans et Bonneval-sur-Arc

### 24 Sentiers d'interprétation et d'observation du paysage

Deux sentiers d'observation parallèles, mais que leur nature oppose radicalement, relient les deux villages et invitent à deux lectures complémentaires du paysage. En bas, *le chemin du Petit Bonheur* musarde en fond de vallée, au milieu d'un paysage modelé par l'activité humaine. En haut, le sentier balcon du GR 5 offre une vision aérienne d'une montagne restée sauvage.

### Le parcours

L'idéal est d'emprunter le sentier balcon aux heures fraîches du matin, pour déjeuner dans l'un des villages et retourner tranquillement par le *chemin du Petit Bonheur*.

### Le hameau de l'Écot à Bonneval-sur-Arc

Perché au-dessus de Bonneval-sur-Arc, en rive droite de l'Arc, le hameau de l'Écot étonne par sa modeste dimension et son aspect retiré du monde. Il faut 2 heures pour l'atteindre et revenir par le refuge du Criou et le chemin EDF.

#### Durée

2 H par le chemin du Petit Bonheur et 5 H par le GR 5

#### Dénivelé

100 m par le chemin du Petit Bonheur et 1200 m par le GR 5

#### Difficulté

facile par le chemin du Petit Bonheur et moyen par le GR 5

#### Balisage

panneaux bois

#### Topo

carte IGN 3633 ET + documents explicatifs auprès des Offices de Tourisme de Bessans et Bonneval-sur-Arc

#### Période idéale

mai à novembre



Haute-Maurienne/PPHant

#### Accès

Autoroute de Maurienne A43, sortie Modane

Depuis Val Cenis, par Bessans ou par Bonneval-sur-Arc.

5 guides et 1 carte pour découvrir toutes les facettes de la Maurienne...

GRATUIT



- **Le guide VTT**  
36 pages, 13 itinéraires à découvrir
- **Le guide des sentiers à thème**  
36 pages, des parcours pédestres à la portée de tous
- **Le guide des verticales**  
56 pages d'émotions, du débutant au grimpeur confirmé
- **Le guide cyclotourisme**  
44 pages, pour découvrir 17 circuits et cols en vélo
- **Le patrimoine de la Maurienne**  
44 pages, 13 circuits à découvrir
- **La carte touristique**  
carte été-hiver des curiosités et sites remarquables de la Maurienne



Je veux en savoir plus et désire recevoir gratuitement (dans la limite de 3 guides) :

- la carte touristique  le guide VTT
- le guide cyclotourisme  le guide des promenades à thème
- le guide du patrimoine  le guides des verticales

M  Mme  Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Pays \_\_\_\_\_

e-Mail \_\_\_\_\_



Coupon à renvoyer dûment rempli à **Maison de la Maurienne** BP 82 - 73303 Saint-Jean-de-Maurienne Cedex

# Où trouver quoi?

## Offices du Tourisme

- **Aiguebelle** (73220)  
Tél. 04 79 36 29 24 / Fax. 04 79 36 29 24  
info@ot-aiguebelle.com
- **Les Albiez** (73300)  
Tél. 04 79 59 30 48 / Fax. 04 79 59 32 30  
info@albiez-montrond.com
- **Aussois** (73500)  
Tél. 04 79 20 30 80 / Fax. 04 79 20 37 00  
info@aussois.com
- **Bessans** (73480)  
Tél. 04 79 05 96 52 / Fax. 04 79 05 83 11  
info@bessans.com
- **Bonneval sur Arc** (73480)  
Tél. 04 79 05 95 95 / Fax. 04 79 05 86 87  
info@bonneval-sur-arc.com
- **Les Bottières - Jarrier** (73300)  
Tél. 04 79 83 27 09 / Fax. 04 79 83 29 60  
info@bottieres-jarrier.com
- **La Chambre** (73130)  
Tél. 04 79 56 33 58 / Fax. 04 79 56 33 58  
office@tourisme-la-chambre.com
- **Le Corbier** (73300)  
Tél. 04 79 83 04 04 / Fax. 04 79 83 02 90  
info@le-corbier.com
- **Les Karellis** (73870)  
Tél. 04 79 59 50 36 / Fax. 04 79 59 50 42  
info@karellis.com
- **Montaimont** (73130)  
Tél. 04 79 56 35 45 / Fax. 04 79 56 38 30  
info@montaimont.com
- **La Norma** (73500)  
Tél. 04 79 20 31 46 / Fax. 04 79 20 36 55  
info@la-norma.com
- **St Coloman des Villards** (73130)  
Tél. 04 79 56 24 53 / Fax. 04 79 59 14 38  
villards@wanadoo.fr
- **Saint-François-Longchamp** (73130)  
Tél. 04 79 59 10 56 / Fax. 04 79 59 17 23  
info@otsfl.com
- **Saint-Jean-d'Arves** (73530)  
04 79 59 72 97 / 04 79 59 75 19  
info@saintjeandarves.com
- **Saint-Jean-de-Maurienne** (73300)  
Tél. 04 79 83 51 51 / Fax. 04 79 83 42 10  
info@saintjeandemaurienne.com
- **Saint-Michel-de-Maurienne** (73140)  
Tél. 04 79 56 52 54 / Fax. 04 79 59 21 27  
info.stnichel@wanadoo.fr
- **Saint-Sorlin-d'Arves** (73530)  
Tél. 04 79 59 71 77 / Fax. 04 79 59 75 50  
info@saintsorlindarves.com
- **Termignon-La Vanoise, Sollières-Sardières, Bramans** (73500)  
Tél. 04 79 20 51 67 / Fax. 04 79 20 51 82  
info@3petitsvillages.com
- **La Toussuire** (73300)  
Tél. 04 79 83 06 06 / Fax. 04 79 83 02 99  
info@la-toussuire.com
- **Val Cenis** (73480)  
Tél. 04 79 05 23 66 / Fax. 04 79 05 82 17  
info@valcenis.com
- **Valfréjus-Modane** (73500)  
Tél. 04 79 05 33 83 / Fax. 04 79 05 13 67  
info@valfrejus.com
- **Valloire** (73450)  
Tél. 04 79 59 03 96 / Fax. 04 79 59 09 66  
info@valloire.net
- **Valmeinier** (73450)  
Tél. 04 79 59 53 69 / Fax. 04 79 59 20 05  
info@valmeinier.com

Pour vos sorties accompagnées :  
**S.N.A.M. 04 79 62 18 58**

## Bibliographie

- **La Maurienne à pied, 34 promenades et randonnées**, Fédération française de la randonnée pédestre, topo-guide PR, 2004
- **Guide Gallimard Maurienne**
- **La Vanoise, Croix du Bonhomme**, Modane, GR 5-55, Fédération française de la randonnée pédestre, topo-guide des sentiers
- **Mont-Blanc/Vanoise**, Les guides IGN
- **Circuits pédestres, Maurienne** - Haute-Maurienne, vallée de l'Arc de Geneviève Lecocq **Guide Franck**, Tome 25 - Fonds cartographiques au 1:25000 ou au 1:50000
- **Citadelles d'altitude, randonnées vers les forts des Alpes** de Patrick Gendey et Pascal Kober - Editions Didier Richard
- **Altitudes de Vanoise : à la découverte d'un parc national**
- **La Maurienne à petits pas** de Jean-Marc Hermès - Editeur «Le Génie des Glaciers»
- **L'Alpe** n° 31 «Subjuguante Maurienne» - Glénat/Musée dauphinois 2006
- **Lacs de Maurienne** de P. Col, Editions Glénat, 2006



## Maison de la Maurienne

BP 82  
73303 Saint-Jean-de-Maurienne cedex  
Tél. 04 79 83 23 94  
fax 04 79 83 51 67  
info@maurienne-tourisme.com

www.maurienne-tourisme.com



# Pays de Maurienne

La  
montagne  
à  
votre  
rythme



## Maison de la Maurienne

BP 82

73303 Saint-Jean-de-Maurienne cedex

Tél. 04 79 83 23 94

fax 04 79 83 51 67

info@maurienne-tourisme.com

[www.maurienne-tourisme.com](http://www.maurienne-tourisme.com)



RhôneAlpes Région