# PLAN DES PISTES

**RETROUVEZ ÉGALEMENT NOTRE PLAN DES PISTES EN VERSION DIGITALE MOBILE SUR TIGNES.NET ET VALDISERE.COM**

YOU CAN ALSO FIND A DIGITAL AND MOBILE VERSION OF OUR PISTE MAP AT TIGNES.NET AND VALDISERE.COM

## Le saviez-vous ?

*Did you know?*

2 glaciers

300 km de pistes / *of slopes*

1900 m de dénivelé / *vertical drop*

10 000 hectares

76 remontées mécaniques / *ski lifts*
Dont 71 remontées en hiver / *Including 71 lifts in winter*

2 snowparks

●● 161 pistes / *slopes*

- 🟢 24 vertes / *green*
- 🔵 65 bleues / *blue*
- 🔴 40 rouges / *red*
- ⚫ 32 noires / *black*
- 🟣 5 pistes de ski de randonnée / *ski touring trails*
- 3 boarder cross
- 6 espaces de ski nordique / *cross-country skiing loops*

Retrouvez le plan des pistes et les informations dynamiques sur les panneaux et bandeaux installés au pied des remontées mécaniques de Tignes et Val d'Isère.
*Check out the piste map and dynamic information on the boards and banners located at the bottom of the chairlifts in Tignes and Val d'Isère.*

Restez connectés sur les pistes grâce aux réseaux Wifi gratuits en journée («TignesFreeWifi» & «Valdisere-free-wifi») des villages de Tignes et Val d'Isère et ceux des restaurants d'altitude. Retrouvez plus de 160 hot spots.
*Stay connected on the pistes during the day thanks to free WiFi ("TignesFreeWifi"& "Valdisere-free-wifi") in the Tignes Val d'Isère ski area, in the mountain restaurants and in the village.*

## DISPONIBLES SUR LES APPLICATIONS TIGNES ET VAL D'ISÈRE SKI

- HORAIRES DES REMONTÉES MÉCANIQUES
- OUVERTURES EN TEMPS RÉEL
- MÉTÉO ET WEBCAMS
- GÉLOCALISATION DES NAVETTES VIA VAL D'ISÈRE SKI

### AVAILABLE ON THE TIGNES & VAL D'ISÈRE APP

- SKI LIFT TIMETABLES
- REAL-TIME OPENING
- WEATHER AND WEBCAMS
- REAL-TIME SHUTTLE LOCATION VIA VAL D'ISÈRE SKI

Application Tignes

Application Val d'Isère Ski

## Légendes / *Key*

| | |
|---|---|
| Tapis | *Magic carpet* |
| Téléski | *Drag lift* |
| Téléski difficile | *Drag lift for advanced skiers* |
| Télésiège | *Chairlift* |
| Télécabine | *Gondola* |
| Téléphérique | *Cable car* |
| Funiculaire | *Funicular lift* |
| Remontée offerte | *Free lift* |
| Start House Critérium | *Start House Criterium* |
| Remontées mécaniques conseillées aux débutants pour retour station | *Return skilifts recommended for beginners* |
| 🟩 Piste facile | *Easy slope* |
| 🟦 Piste moyenne | *Medium slope* |
| 🟥 Piste difficile | *Difficult slope* |
| ⬛ Piste très difficile | *Very difficult slope* |
| 🟪 Piste de ski de randonnée | *Ski touring slope* |
| Ski d'été | *Summer ski* |
| Forfait Débutant Solaise | *Solaise Beginners pass* |
| Naturide : piste noire sécurisée, balisée, non damée | *Black slope, patrolled, marked, not groomed* |
| Stade de slalom | *slalom stadium* |
| Snowpark | *Snowpark* |
| *Zone ludique* | *Ludic area* |
| *Zone piétonne et/ou ski de fond* | *Pedestrian and/or cross-country skiing area* |
| Terrasse détente | *relaxation terrace* |
| Boardercross | *Boardercross* |
| Village des enfants | *Kindergarden* |
| Patinoire | *Ice rink* |
| Espace luge | *Sledging area* |
| Salle hors-sac | *Indoor picnic area* |
| Restaurant d'altitude | *Mountain restaurant* |
| Toilettes | *Toilets* |
| *Table à langer* | *Changing table* |
| Consigne à ski | *Ski lockers* |
| Spots Photos | |
| Téléphone de secours | *Emergency phone* |
| Poste de secours | *First aid post* |
| Central des pistes | *Main ski patrol office* |
| Centre médical | *Medical centre* |
| Point info - Météo | *Weather and information point* |
| DVA check point | *AT check point* |
| Hélistation | *Helicopter area* |
| Altiport | *High altitude airport* |
| Vue panoramique | *Panoramic view* |
| Zone de protection du Tétras-Lyre | *Black grouse conservation area* |
| Navette gratuite | *Free shuttle* |
| WIFI Gratuit | *Free Wifi zone* |
| Point Information | *Information point* |
| Point de vente forfaits | *Skipass sales* |
| Dernières remontées de retour vers Val d'Isère | *Last lifts to Val d'Isère* |
| Dernières remontées de retour vers Tignes | *Last lifts to Tignes* |

Z-CARD zcard.fr
Brevets et copyright utilisés sous licence · EP2925530B1
No. 136846/12

# TIGNES, STADE NATUREL...

**300 km de pistes**
(24 vertes, 65 bleues, 40 rouges, 32 noires)
*300 km of ski runs*
*(24 green, 65 blue, 40 red, 32 black)*

**76 remontées mécaniques**
*76 ski lifts*

**De 3 456 m**
(arrivée du téléphérique de Grande Motte)
**à 1 550 m**
(village des Brévières)

*From 3 456m (top of the Grande Motte cable car) to 1 550m (Les Brévières village)*

## TIGNES, UNE PORTE OUVERTE SUR LE PARC NATIONAL DE LA VANOISE
## *TIGNES: A GATEWAY TO THE VANOISE NATIONAL PARK*

Premier Parc national de France (1963). Son sommet le plus haut et le plus emblématique est sans conteste la Grande Casse (3 855 m), qui dessine avec sa voisine la Grande Motte un paysage devant lequel même les plus pressés ne peuvent que s'arrêter !

*First National Park in France (1963) Its highest and most iconic summit is without doubt the Grande Casse (3,855m). Along with its neighbour, the Grand Motte, it creates a landscape that even the busiest cannot help but stop and admire!*

Parc national de la Vanoise

## FLOCON VERT

### TIGNES, EN ROUTE VERS LE FLOCON VERT
### *TIGNES, ON THE WAY TO THE FLOCON VERT*

Ensemble, préservons ce patrimoine naturel pour les générations futures. Tignes s'engage en faveur de la nature et mène des actions concrètes pour faire sa part. Nos dameuses roulent à l'huile végétale hydrotraitée, des bacs à compost et molocks de tri sont disponibles dans toute la station, l'éclairage public est modulé pour le bien-être de la faune, nous organisons des journées de nettoyage de la montagne.
Retrouvez nos engagement sur Tignes.net.

*Together, let's preserve this natural heritage for future generations. Tignes is committed to nature and takes concrete actions to do its part. Our snow groomers run on hydrotreated vegetable oil, compost bins and recycle bins are available throughout the resort, public lighting is modulated for the well-being of wildlife, we organize mountain clean-up days.*
*Find our commitments on Tignes.net*

### VOUS AUSSI, AGISSEZ ! (MÊME EN VACANCES)
### *YOU TOO, TAKE ACTION! (EVEN ON VACATION)*

1/ J'observe la faune de loin pour ne pas effrayer les animaux
*I observe wildlife from afar so as not to scare the animals*

2/ Je trie mes déchets
*I sort my waste*

3/ J'utilise une gourde, pas de bouteilles jetables
*I use a water bottle and not disposable bottles*

4/ Je prends une douche et pas un bain
*I take a shower rather than a bath*

5/ J'utilise les navettes et la mobilité collective
*I use the shuttles and collective mobility*

6/ Je recycle mon matériel usagé en fin de saison
*I recycle my used equipment at the end of the season*

7/ 19° c'est la température idéale dans mon logement
*19° is the ideal temperature in my home*

8/ Zéro déchets sur les pistes
*Zero waste on the ski slopes*

*Mise en page : © La Société Secrète*
*Illustration couverture : © La Société Secrète*

Z-CARD Brevets et copyright utilisés sous licence · EP2925530B1
zcard.fr No. 136846/12

# RÈGLES DE CONDUITE

*RULES OF CONDUCT*

**Les secours sur le domaine sont payants. vérifiez que vous êtes assuré ou demandez l'assurance Carré Neige à tout moment.**
Rescue on the ski resort is chargeable. Check that you are insured or apply for Carré Neige insurance at any time.

### 1 RESPECT D'AUTRUI
***RESPECT FOR OTHERS***
Tout skieur et snowboarder doit se comporter de telle manière qu'il ne puisse mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.
*Skiers and snowboarders must ski in such a manner that they do not endanger or prejudice others.*

### 2 MAÎTRISE DE LA VITESSE ET DU COMPORTEMENT
***CONTROL YOUR SPEED AND BEHAVIOUR***
Tout skieur et snowboarder doit descendre à vue. Il doit adapter sa vitesse et son comportement à ses capacités personnelles ainsi qu'aux conditions générales du terrain, de la neige, du temps et à la densité de la circulation sur les pistes.
*Skiers and snowboarders must pay attention at all times. They should adapt their speed and behaviour to their ability as well as the slope conditions, snow, weather and other users.*

### 3 DÉPASSEMENT
***OVERTAKING***
Le dépassement peut s'effectuer, par amont ou par aval, par la droite ou par la gauche, mais toujours de manière assez large pour prévenir les évolutions du skieur et snowboarder dépassé.
*A skier is permitted to overtake and pass another skier to the left or rightright, but always leaving plenty of room in case the slower skier changes their trajectory.*

### 4 MAÎTRISE DE LA DIRECTION
***CHOICE OF ROUTE***
Le skieur et snowboarder amont, dont la position dominante permet le choix d'une trajectoire, doit prévoir une direction qui assure la sécurité du skieur et snowboarder aval.
*Skiers or snowboarders further up the slope must choose their path wisely, in order to ensure the safety of the skiers and snowboarders below.*

### 5 PÉNÉTRER ET S'ENGAGER SUR LA PISTE AINSI QUE VIRER VERS L'AMONT
***ENTERING, STARTING AND MOVING UPWARDS***
Tout skieur et snowboarder qui pénètre sur une piste de descente, s'engage après un stationnement ou exécute un virage vers l'amont doit s'assurer par un examen de l'amont et de l'aval, qu'il peut le faire sans danger pour lui et pour autrui.
*Before setting off again after stopping or merging with another slope, skiers and snowboarders must check both uphill and down to ensure the coast is clear.*

### 6 STATIONNEMENT
***STOPPING ON THE PISTE***
Tout skieur et snowboarder doit éviter de stationner sans nécessité sur les pistes dans les passages étroits ou sans visibilité. En cas de chute le skieur et snowboarder doit dégager la piste le plus vite possible.
*Skiers and snowboarders should avoid stopping on narrow parts of the slope or where there is low visibility. In the event of a fall, the skier or snowboarder should get up or move to the side of the slope as quickly as possible.*

### 7 MONTÉE ET DESCENTE À PIED
***CLIMBING AND DESCENDING ON FOOT***
Le skieur et snowboarder qui monte ne doit utiliser que le bord de la piste. Il en est de même du skieur et snowboarder qui descend à pied.
*A skier or snowboarder either climbing or descending on foot must keep to the side of the piste.*

### 8 RESPECT DU BALISAGE ET DE LA SIGNALISATION
***RESPECT FOR SIGNS AND MARKINGS***
Tout skieur et snowboarder doit respecter le balisage et la signalisation.
*All skiers and snowboarders must comply with the information given on the slope signage at all times.*

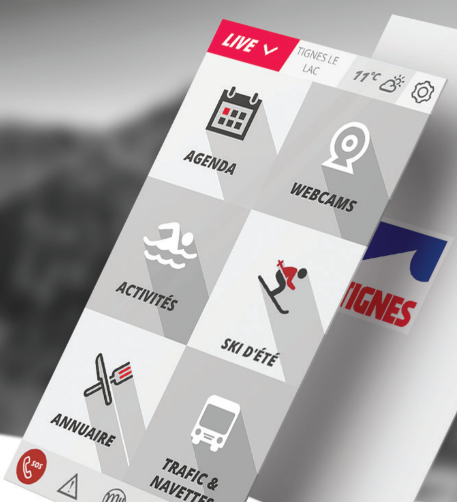
### 9 ASSISTANCE
***ASSISTANCE***
En cas d'accident tout skieur et snowboarder doit prêter secours
*Any person who has caused or witnessed an accident must offer assistance, namely by raising the alarm. They should also assist the ski patrol if required.*

### 10 IDENTIFICATION
***IDENTIFICATION***
Tout skieur et snowboarder témoin ou partie responsable ou non d'un accident est tenu de faire connaître son identité.
*Any person who has caused or witnessed an accident must report to the ski patrol.*

**Le port du casque est vivement conseillé ! Une chute peut avoir des conséquences, pensez à vous équiper.**

Wearing an helmet:
Wearing a helmet is highly recommended! A fall can have consequences, remember to equip yourself.

# L'APPLICATION TIGNES
THE TIGNES APP



**INFORMATIONS DOMAINE SKIABLE**
*Ski area information*

**ALERTES MÉTÉO**
*Powder alerts*

**WEBCAMS EN DIRECT**
*Live webcams*

**NAVETTES GRATUITES**
*Free shuttles*

**BULLETIN D'ESTIMATION DU RISQUE D'AVALANCHE (BRA / BERA)**
*Avalanche bulletin (BRA/BERA)*

# RÉSEAUX SOCIAUX

### TIGNADDICT ?

Partagez votre expérience de Tignes sur les réseaux sociaux et suivez votre station préférée tout au long de l'année.

*Tignaddict ? Share your experience of Tignes on social networks and follow your favorite ski resort throughout the year.*

**@TIGNESOFFICIEL**

Envie de voir vos contenus partagés sur nos réseaux ? Utilisez les hashtags #tignes et #stadenaturel et tentez votre chance.

*Want to see your content shared on our networks? Use the hashtags **#tignes** and **#stadenaturel** and try your luck.*

### SPOTIFY !
Pour vivre l'expérience Tignes et vous immerger dans l'ambiance du Stade Naturel, abonnez-vous à notre chaîne Spotify et découvrez nos playlists dédiées.
@Tignes Officiel

*To live the Tignes experience and immerse yourself in the atmosphere of the Stade Naturel, subscribe to our Spotify channel and discover our dedicated playlists.*
*@Tignes Officiel*

**TIGNES OFFICIEL**

# TERRE 2024 DE JEUX

Tignes, terre d'entraînement labellisée par le Comité Olympique pour les athlètes préparant les Jeux Olympiques de Paris 2024

*Tignes, training ground labeled by the Olympic Committee for athletes preparing for the Paris 2024 Olympic Games.*

# PLAN DES PISTES
*Piste Map*
# TIGNES – VAL D'ISÈRE

2022
2023

**Sécurité des pistes** / *Ski patrol*
Tignes 04 79 06 32 00
Val d'Isère 04 79 06 02 10

TIGNES
Val d'Isère

## RELEVEZ LE DÉFI
*TAKE UP THE CHALLENGE*

EXPEDITION COBRA
TIGNES

Rendez vous après le ski au départ du télésiège **Palafour.** Infos tarifs et ouvertures à consulter en ligne sur **www.skipass-tignes.com**

*Meet after skiing at the departure of the **Palafour** chairlift. Information on prices and openings to be consulted on line on **www.skipass-tignes.com***

TIGNES
PETIT GUIDE DU PARFAIT DÉBUTANT
LITTLE GUIDE OF THE PERFECT BEGINNER

GUIDE DISPONIBLE AUX CAISSES DE LA STGM
Guide available at STGM checkouts

# ESPACES LUGE

**LE SAVIEZ-VOUS ?**
À Tignes, la luge se pratique sur des espaces dédiés et sécurisés (pas sur les pistes de ski).
Pour les enfants, espaces luges au Lac, Lavachet, Tignes 1800 et Brévières et Snow Tubing au Val Claret. Pour les téméraires de plus d'1m40, challengez-vous sur la piste d'Expédition Cobra !

***DID YOU KNOW?***
*In Tignes, there are dedicated and secure spaces (not on the ski slopes) for tobogganing.*
*For kids, tobogganing areas at Lac, Lavachet, Tignes 1800 and Brévières and Snow Tubing at Val Claret. For the daring over 1m40, challenge yourself on the Cobra Expedition track!*

# PASS' PIETON
PEDESTRIAN PASS

TIGNES

**Atteignez les sommets, accédez aux restaurants d'altitude et découvrez des panoramas à couper le souffle, grâce à 9 remontées dont 2 gratuites. Achat en points de vente STGM**

Reach the summits, access the mountain restaurants and enjoy breathtaking panoramic views thanks to 9 ski lifts, 2 of which are free.
Available at STGM sales points.

PS5
RELOOKE TA PS5 EN GREY* CAMOUFLAGE
Manette sans fil DualSense™
Casque-micro sans fil PULSE 3D™
Façades pour console PS5™
*GRIS
PLAY HAS NO LIMITS™
Le jeu n'a pas de limites

# FIRST TRACKS

### FIRST TRACKS
Au petit matin, partez avec les pisteurs secouristes et skiez sur les pistes fraîchement damées de Tignes, avant l'ouverture du domaine au public. Information sur l'app ou le site de Tignes.

*Early in the morning, set off with the ski patrollers and ski on the freshly groomed slopes of Tignes, before the domain opens to the public. Informations on then Tignes App or website.*

# UTILISEZ LES NAVETTES

**LA MOBILITÉ, C'EST TOUT UN SUJET !**
Afin de faciliter tous vos déplacements dans la station, un service de navettes gratuites est à votre disposition. Composé de 2 circuits (circuit Tignes 1800 - Lac & Lavachet - Lac - Val Claret), consutez les horaires et les points de départ via l'application Tignes, sur votre smartphone.

***MOBILITY IS A WHOLE SUBJECT!***
*In order to facilitate all your movements in the resort, a free shuttle service is at your disposal. Composed of 3 circuits, consult the timetables and the starting points via the Tignes app, on your smartphone.*

## HANDISKI
La glisse pour tous ! La majorité de nos remontées est accessible aux personnes à mobilité réduite ou handicaps mentaux.

*Skiing accessible to all ! Majority of our ski lifts are accessible to people with reduced mobility or mental health conditions.*

## SKI DE RANDO
3 pistes réservées au ski de randonnée ! Toutes les infos sont disponibles sur la brochure dédiée dans nos points de vente, nos accueils et Offices de Tourisme.

*3 slopes reserved for ski touring! All the information available in the dedicated brochure at points of sale and offices.*

## BOARDERCROSS
Foncez pour une course folle sur le boardercross et défiez-vous ! En solo, entre amis ou en famille, c'est un passage incontournable de votre venue à Tignes !

*Go for a crazy race on the boardercross and challenge yourself! Alone, with friends or family, this is an unmissable part of your visit to Tignes!*

## DC PARK
Envie de snowboard freestyle ? Rendez-vous au DC Park ! Venez pratiquer ou regarder les pros s'envoler sur les modules dans une ambiance board culture.

*Fancy some freestyle snowboarding? See you at the DC Park! Come and practice or watch the pros take off on the modules in a board culture atmosphere.*

TIGNES
Mountain SHAKER
SHAKER
10-18 mars 2023
COUPE DU MONDE DE SKI SLOPESTYLE > FRENCH FREERIDE SERIES >
FISE XPERIENCE SERIES >DÉMOS - CONTESTS - CONCERTS