

# LES ACTIVITÉS SKIS AUX PIEDS

## LE SKI DE FOND

Au départ du foyer 4 saisons à La Chapelle d'Abondance, découvrez le charme de la vallée d'Abondance à travers les 25 km de pistes adaptées à tous les niveaux. Profitez également des espaces ludiques aménagés pour les amateurs de glisse.

Contact : Foyer nordique - Caisses La Panthiaz  
La Chapelle d'Abondance 04 50 73 53 95

## LE BIATHLON

Discipline olympique qui allie le ski de fond et le tir à la carabine, le biathlon s'ouvre au grand public débutant ou confirmé en ski de fond. Venez pratiquer cette activité ludique ouverte à toute la famille.

Tarifs : Grille tarifaire des ESF  
La Chapelle : 04 50 73 50 15 / info@esf-lachapelle74.com

# LE FOYER 4 SAISONS

Camp de base pour les activités nordiques, le foyer vous accueille tous les jours de 9 h à 17 h.  
Services : boissons chaudes, froides et petite restauration.

Contact : Foyer nordique - Caisses La Panthiaz  
La Chapelle d'Abondance 04 50 73 53 95



# SÉCURITÉ SUR LES PISTES

Il est important de respecter les règles de sécurité et les autres usagers du domaine de ski nordique.  
Pour cela une signalétique est mise en place.

## NIVEAU DE DIFFICULTÉ TECHNIQUE

Facile	Moyennement difficile	Difficile	Très difficile


**esf**  
VALLÉE D'ABONDANCE  
La Chapelle d'Abondance  
☎ +33 450 735 015

Abondance  
☎ +33 450 730 067

Châtel  
☎ +33 450 732 264

Skating  
Biathlon  
Ski de fond  
Ski d'orientation

**NOUVEAU**

**Club Piau Piau nordic**

Ouverture vacances scolaires françaises - De 4 à 8 ans -

ENTREPRISE DE TERRASSEMENT

**BENAND & CIE**

ENTREPRISE DE MAÇONNERIE

Plus de 10 ans d'expérience

MAÇONNERIE - BÉTON ARMÉ  
CONSTRUCTION NEUVE ET RÉNOVATION  
TERRASSEMENT DIVERS - VRD  
AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR - DÉMOLITION  
DÉNEIGEMENT - VENTE DE MATÉRIAUX

127, Chemin de la Dransette  
74360 LA CHAPELLE D'ABONDANCE  
04 50 73 33 25 - 06 82 13 45 45  
www.benand.com  
accueil@benand.com

# PLANET' GLISS

Le Spécialiste du Ski Nordique de la Vallée d'Abondance

**Vente des Forfaits Nordiques**

**Vente**  
Matériel Classic, Skating et Raquettes  
Matériel et Produits de Fartage  
Vêtements de Ski de Nordique

**Location**  
Matériel Classic, Skating et Raquettes  
Partez Skis aux Pieds, Pistes à 5 mètres du Magasin  
Consigne pour vos après-skis

**Bootfitting**  
Semelles Thermoformées pour Chaussures de Fond  
Adaptation Précise de vos Chaussures grâce à notre machine Ultracam et ses Formes en Métal

**Location de Pulka**

**Atelier Spécifique Fond**  
Surmoulage, Structure et Fartage  
Réparation

**Exclusivité PHANTOM**  
Fartage Permanent

**Après-Ski**  
Planet'Gliss vous propose la Collection Montagne Superdry Snow

**Planet'Gliss c'est aussi**  
Ski Alpin - Ski de Randonné - Snowboard - Snowscoot

Aux Pieds des Pistes du Crêt Béni  
119, Routes des Contamines  
74360 La Chapelle d'Abondance

Tél: +33 450 735 204  
contact@planet-gliss.fr

**LE FOURNIL**  
Votre Artisan Boulanger  
Boulangerie Pâtisserie Canon La Chapelle d'Abondance

- BOULANGERIE - PATISSERIE -  
- PRODUITS REGIONAUX -

Tel/Fax Magasin: 00.33.(0)4.50.73.59.61  
**LEFOURNIL74.COM**



# PLAN DES PISTES NORDIQUE

DE LA CHAPELLE D'ABONDANCE

- COMMUNAL -

**LACHAPELLE D'ABONDANCE**  
Portes du Soleil



Tête du Géant  
2228 m

Dents Blanches 2759 m

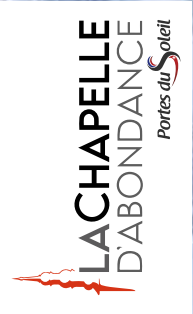
Pointe des Mattes  
2010 m

Mont de Grange  
2432 m

Pointe d'entre Deux Pertuis  
2176 m

Roc de Tavaneuse  
2150 m

Pointe de la Kerne  
1765 m



# PLAN DU DOMAINE NORDIQUE

DE LA CHAPELLE D'ABONDANCE

- COMMUNAL -

- Foyer nordique
- Arrêt navette Colombus
- Office de Tourisme
- Panneaux informations
- Parking
- Toilettes publiques
- Caisses Remontées
- Mécaniques
- Planet'Gliss
- Poste de secours
- Départ ski nordique
- Biathlon
- Espace luge
- Départ chiens de traîneau
- Traversée de route
- Ponts

- Piste verte - Facile
- Piste bleue - Moyen
- Piste rouge - Difficile
- Piste noire - Très difficile
- Piste chiens de traîneau
- Sentier piétons

- Zone ludique débutant
- Plan lisse expert
- Zone d'initiation biathlon
- Zone ludique
- Luge

- 1 Boucle d'initiation
- 2 Boucle de la Panthiaz
- 3 Boucle du Moulin
- 4 Grand Circuit
- 5 Le Moulaz

- 0,8 km
- 2,6 km
- 4,6 km
- 12 km
- 1,8 km

**NUMEROS UTILES**  
Secours service des pistes 04 50 73 35 99  
Informations caisse 04 50 73 53 95  
**ESF** 04 50 73 50 15  
Office du Tourisme 04 50 73 51 41

**INFORMATIONS**  
Informations ouvertures  
[www.lachapelle74.com](http://www.lachapelle74.com)  
<https://www.haute-savoie-nordic.com/>

Ouverture des pistes au public de 9h00 à 16h30  
Ouverture du foyer nordique et de la salle hors sac de 9h00 à 17h00