

6-Balade nature vers la Réserve naturelle nationale de Tueda

Vanoise - LES ALLUES



Le lac de Tueda (Sylvain Aymoz)

Une balade variée qui vous emmène découvrir les villages des stations de ski de la vallée avant de vous plonger au coeur de la Réserve naturelle nationale du plan de Tueda et de son lac.

Cette balade vous emmène aux portes du Parc national de la Vanoise. Vous passez d'abord dans les stations de Méribel et du Mottaret, l'occasion d'en apprendre plus sur leur histoire, avant de rejoindre la réserve naturelle nationale de Tueda et son plan d'eau dont vous pouvez faire le tour. Sur votre trajet se trouve une petite ferme qui vous ouvre ses portes pour découvrir la fabrication du fromage le Beaufort.

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 1 h 30

Longueur : 9.3 km

Dénivelé positif : 322 m

Difficulté : Très facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore, Lac et glacier, Pastoralisme

Accessibilité : Chien autorisé

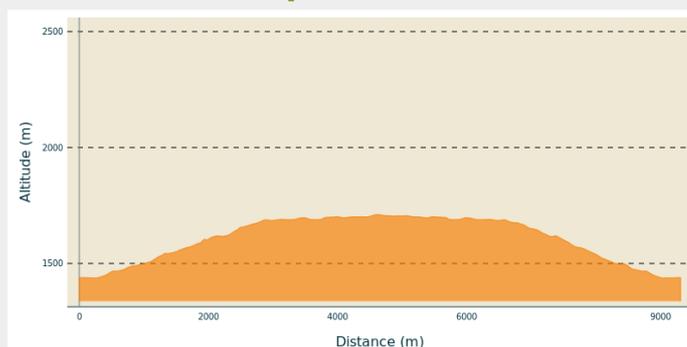
Itinéraire

Départ : Parc Olympique de Méribel
Quartier Chaudanne 73550 Les Allues

Arrivée : Parc Olympique de Méribel
Quartier Chaudanne 73550 Les Allues

Communes : 1. LES ALLUES

Profil altimétrique



Altitude min 1437 m Altitude max 1711 m

Au départ du centre de Méribel, ce circuit se pratique principalement sur piste forestière mais vous parcourez également une portion sur un agréable sentier en balcon de type monotrace. Vous rejoignez la réserve naturelle nationale de Tueda et son plan d'eau dont vous pouvez faire le tour.

Point 1 : Modérer votre allure, espace partagé avec enfants, piétons, poussettes...

Suivre le balisage vert Tueda.

Vos loueurs de VAE les plus proches :

Méribel Centre

Chaudanne Sport Méribel Mottaret

Route de la Montée

73550 Méribel

+33 (0)4 79 08 89 12

Ecole VTT MCF

Sport Boutique

Place de l'Office du Tourisme

73550 Méribel

+33 (0)4 79 08 59 90

Altiport :

Olympic Sport

Méribel - Rond Point

73550 Méribel

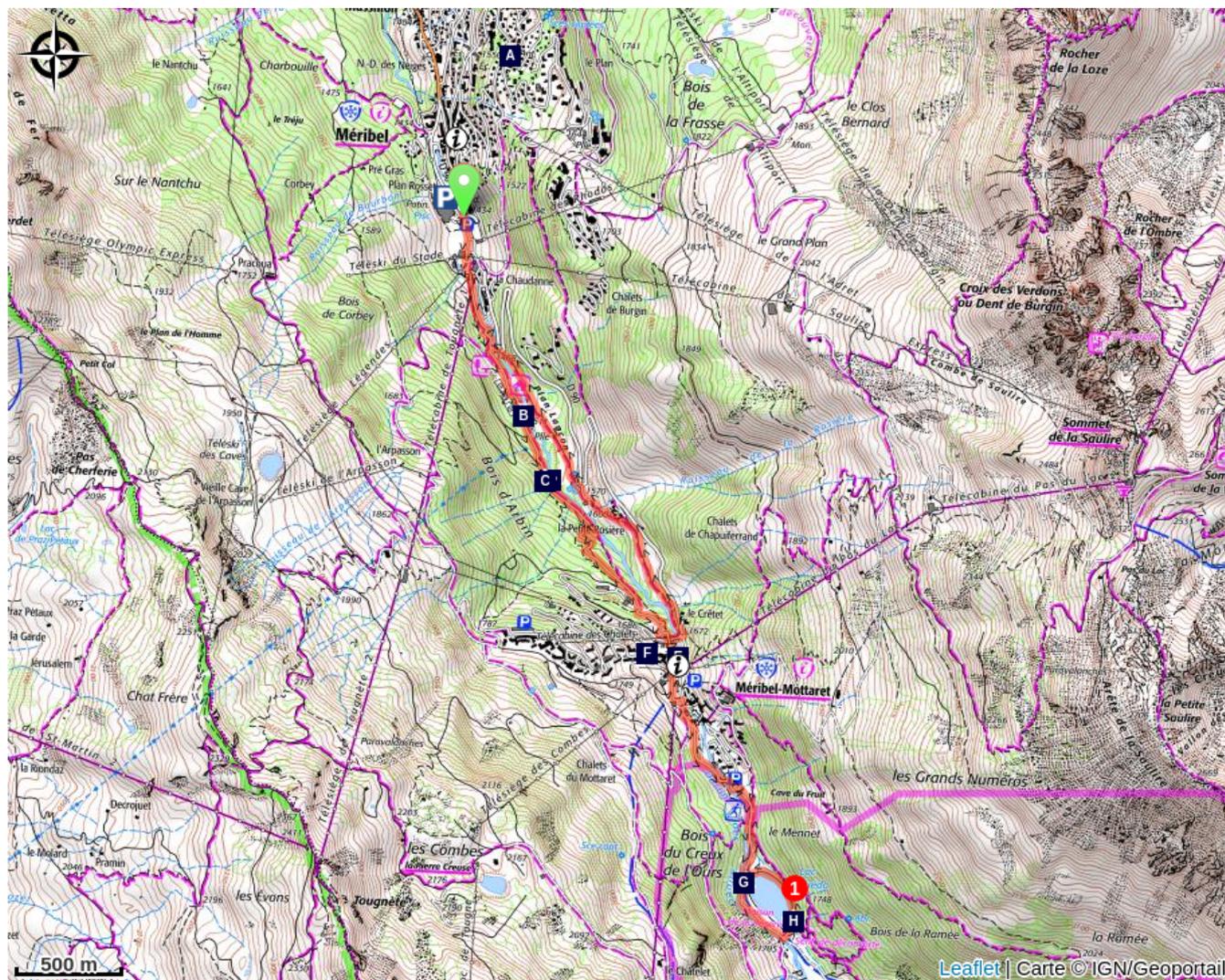
+33 (0)4 79 08 56 89

Mottaret :

Superski/SKISSET Mottaret

+33 (0)4 79 00 43 27

Sur votre chemin...



-  Location de VAE: Sport 1600 Méribel Mottaret (A)
-  Parc Méribel Aventure (C)
-  Station de Méribel-Mottaret (E)
-  Lac de Tueda (G)
-  Cœur équestre des 3 Vallées (B)
-  Le Doron des Allues (D)
-  Location de VAE: Intersport le Chatelet (F)
-  Maison de la Réserve naturelle nationale du plan de Tueda (H)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Rando Vanoise a vocation à vous aider dans le choix de vos sorties mais se dégage de toute responsabilité les concernant. La montagne offre des itinéraires variés pour tous les niveaux de cyclistes mais elle reste un milieu aléatoire et demande à être pratiquée avec un équipement adapté. Renseignez-vous auprès des loueurs de vélos.

En cas de doute, les moniteurs peuvent vous initier à la pratique du vélo à assistance électrique.

A l'approche d'un troupeau, ralentissez et contournez-le. Si un patou, chien de protection, est présent :

descendez du vélo et marchez à côté, évitez les gestes brusques ou agressifs envers le chien, éloignez-vous progressivement et calmement du troupeau. Le chien vérifie seulement que vous n'êtes pas une menace pour son troupeau. Respectez les parcs et refermez les clôtures après votre passage.

La montagne est vivante, respectez-la, merci de rester sur les chemins.

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusqu'à Moûtiers-Salins-Brides-les-Bains. Renseignements : www.oui.sncf.com

Puis transport en autocar jusqu'à Méribel Centre

Renseignements : www.transavoie.com

Pensez également co-voiturage.

Accès routier

Depuis Moûtiers, suivre la RD915 jusqu'à Méribel centre, quartier de la Chaudanne.

Parking conseillé

Parking du Parc Olympique de Méribel

Accessibilité



Chien autorisé

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Réserve naturelle nationale de Tuéda - haut

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Novembre, Décembre

Contact : Nicolas Gomez - conservateur de la réserve naturelle nationale de Tuéda - nicolas.gomez@vanoise-parcnational.fr

04 79 08 60 81 ou 04 79 01 04 75

Cette zone est sensible pour le Tétrasyre notamment.

En période enneigée, quelle que soit l'épaisseur de neige, la pénétration des zones de quiétude de la Réserve naturelle nationale de Tuéda est interdite par l'arrêté préfectoral n°2018/88, en application du décret du 12 juillet 1990.

Ainsi, le ski et la raquette sont interdits sauf sur certains couloirs (piste de l'Ours, itinéraires, plateau de Tuéda).

Cette interdiction ne s'applique pas :

- aux activités cynégétiques réglementées par le décret de création de la réserve et le plan de chasse de la réserve.
- aux agences de l'OFB, ONF, gendarmerie nationale ainsi qu'aux agents de la réserve dans l'exercice de leurs missions.
- aux services de secours ou de sauvetage aux personnes, hors exercices

Réserve naturelle nationale de Tuéda - centre

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Novembre, Décembre

Contact :

Nicolas Gomez - conservateur de la réserve naturelle nationale de Tuéda - nicolas.gomez@vanoise-parcnational.fr
04 79 08 60 81 ou 04 79 01 04 75

Cette zone est sensible pour le Tétrasyre notamment.

En période enneigée, quelle que soit l'épaisseur de neige, la pénétration des zones de quiétude de la Réserve naturelle nationale de Tuéda est interdite par l'arrêté préfectoral n°2018/88, en application du décret du 12 juillet 1990.

Ainsi, le ski et la raquette sont interdits sauf sur certains couloirs (piste de l'Ours, itinéraires, plateau de Tuéda).

Cette interdiction ne s'applique pas :

- aux activités cynégétiques réglementées par le décret de création de la réserve et le plan de chasse de la réserve.
- aux agences de l'OFB, ONF, gendarmerie nationale ainsi qu'aux agents de la réserve dans l'exercice de leurs missions.
- aux services de secours ou de sauvetage aux personnes, hors exercices

Lieux de renseignement

Méribel Tourisme

27 Place Maurice Front, 73550 Méribel

info@meribel.net

Tel : 04 79 08 60 01

<https://www.meribel.net>

Méribel Tourisme - Bureau de Mottaret

Front de neige Méribel-Mottaret, 73550

Méribel

info@meribel.net

Tel : 04 79 08 60 01

<https://www.meribel.net>

Sur votre chemin...

 Location de VAE: Sport 1600 Méribel Mottaret (A)

Sport 1600 Méribel Mottaret

Altitude 1600, quartier du Morel

73550 Meribel 1600

+33 (0)4 79 08 51 45



 Cœur équestre des 3 Vallées (B)

Ici, c'est Anne, une grande passionnée de chevaux depuis sa plus tendre enfance, qui s'occupe de vous et vous partage son expérience. Elle a le bien-être de ses 10 chevaux très à cœur, ils ont même le privilège de vivre dehors ! Outre les leçons d'équitation à cheval ou à poney, Anne vous emmène en balade découvrir les somptueux paysages des 3 Vallées, y compris les soirs de clair de lune. Pour les débutants, une balade pour se familiariser avec le cheval est possible en carrière. Et si vous venez en hiver, vous avez le choix parmi une multitude d'activités originales : poney-luge, ski-joering, balades en milieux enneigés...

Mob : 06.09.15.65.54 E-mail: anne@coeurequestremeribel.com

Crédit photo : Sylvain Aymoz



✿ Parc Méribel Aventure (C)

Testez votre agilité et votre goût du risque dans ce parc d'aventure. Plus de 80 ateliers dans les airs vous sont proposés en pleine nature au coeur de l'agréable forêt du bois d'Arbin : vélo, tyrolienne, cabane, snowboard...

5 parcours de 30 minutes sont possibles : le parcours des minis aventuriers pour les 3-6 ans, le parcours vert (initiation + 2 tyroliennes), le parcours bleu (aventure plus aérienne à 10m de hauteur), le parcours rouge (plus physique, pour un niveau confirmé), noir (1 tyrolienne de 150m + demande force et agilité, destiné aux sportifs).

Tarifs : Parcours Mini-Aventuriers : 10 € Parcours Vert : 10 €
Parcours Vert + Bleu + Rouge : 24 € Parcours Vert + Bleu + Rouge + Noir : 32 € Accueil groupe possible sur réservation (minimum 10 personnes)

<http://www.meribel-aventure.com/>
RICHARD BLANCHE +33 (0)6 10 47 12 36
Le Bois d'Arbin 73550 MERIBEL
contact@meribel-aventure.com

Crédit photo : Sylvain Aymoz



✿ Le Doron des Allues (D)

Le long du parcours coule la rivière glaciaire du Doron des Allues. C'est un affluent du Doron de Bozel qui prend sa source dans le massif de la Vanoise. Véritable torrent de montagne aux eaux froides et parfois troublées par la fonte des glaciers, le Doron des Allues requiert une pêche technique. Il fait le ravissement des amateurs de truites fario.

Crédit photo : Sylvain Aymoz

🏠 Station de Méribel-Mottaret (E)

Avec son hameau à l'ambiance chaleureuse et ses résidences modernes de montagne, situé à deux pas de la réserve naturelle de Tueda, Méribel-Mottaret est le rendez-vous idéal des familles de randonneurs de tous niveaux. Des balades à faire seul ou accompagnées par des professionnels, des sentiers à thèmes très accessibles « sentiers botaniques, sentier « au fil de l'eau »..., des balades sur les sommets avec des panoramas à couper le souffle, partez à la rencontre des marmottes, bouquetins « habitants » du Parc de la Vanoise et passez une nuit au Refuge du Saut entièrement rénové.

Les amoureux de pêche pourront se faire plaisir, le Lac de Tueda leur est entièrement réservé !! Terrains de jeux, beach-volley, court de tennis, mini golf, dévalkart sont quelques unes des activités praticables à Méribel-Mottaret. La Vallée de Méribel est équipée de nombreuses pistes de VTT, bike park, bike slope dont certains directement accessible depuis Méribel-Mottaret. Le Méripass vous permettra de profiter pleinement et sans limite de nombreuses activités.

🏠 Location de VAE: Intersport le Chatelet (F)

Intersport le Chatelet

Galerie marchande Méribel Mottaret
Immeuble Plan du Lac, Le Châtelet
73550 Méribel-Mottaret
+33 (0)4 79 00 45 91



🏠 Lac de Tueda (G)

A l'entrée de la Réserve naturelle nationale du Plan de Tueda, se trouve un lac de 3 hectares bordé de pins cembro. La pratique de la pêche y est importante car ses eaux recèlent de truites fario et arc en ciel. En hiver, le site est propice à la pratique du ski de fond.

Services sur place : aire de pique-nique, toilettes publiques, sentier pédagogique, parking.

Site labellisé : promenade confort, Parc national de la Vanoise, Réserves Naturelles de France

Crédit photo : Sylvain Aymoz



✿ Maison de la Réserve naturelle nationale du plan de Tueda (H)

La Réserve naturelle nationale a été créée en 1990 et est gérée par le Parc national de la Vanoise. La Réserve naturelle nationale du Plan de Tueda est située en aval du Parc national de la Vanoise sur la commune des Allues. Elle s'étend du lac de Tueda jusqu'au glacier de Gébroulaz, englobant les deux rives du Doron des Allues : ce sont 1 100 hectares préservés d'un milieu naturel exceptionnel à découvrir (et respecter) ! Vous pouvez en apprendre plus sur tous les secrets de la biodiversité de la réserve ainsi que sur la cembraie et le pin cembro grâce à une exposition gratuite et diverses animations hiver comme été. L'hôtesse du Parc national de la Vanoise peut également vous renseigner sur l'espace du parc, les différentes animations à venir et les randonnées du territoire si vous souhaitez compléter votre parcours (des réservations de sorties accompagnées par les moniteurs-gardes du Parc sont possibles).

Il y a aussi un espace boutique, c'est l'occasion de repartir avec un petit souvenir du Parc !

Si vous n'êtes pas encore incollable sur le sujet, à proximité se trouve un sentier glaciologique qui aide à lire le paysage et comprendre l'évolution de la vallée.

En été uniquement, un sentier botanique est également accessible et des visites de la réserve sont proposées par le garde.

La maison se trouve dans la réserve naturelle, veillez à bien respecter la réglementation. Les chiens sont interdits dans la Réserve et acceptés exclusivement tenus en laisse autour du lac.

Maison de la Réserve de Tueda
Mottaret Meribel Mottaret
Lac de Tuéda
73550 Les Allues
+33 (0)4 79 01 04 75
<http://www.vanoise-parcnational.fr/fr>
Gratuit

Crédit photo : Sylvain Aymoz