

explore
maurienne



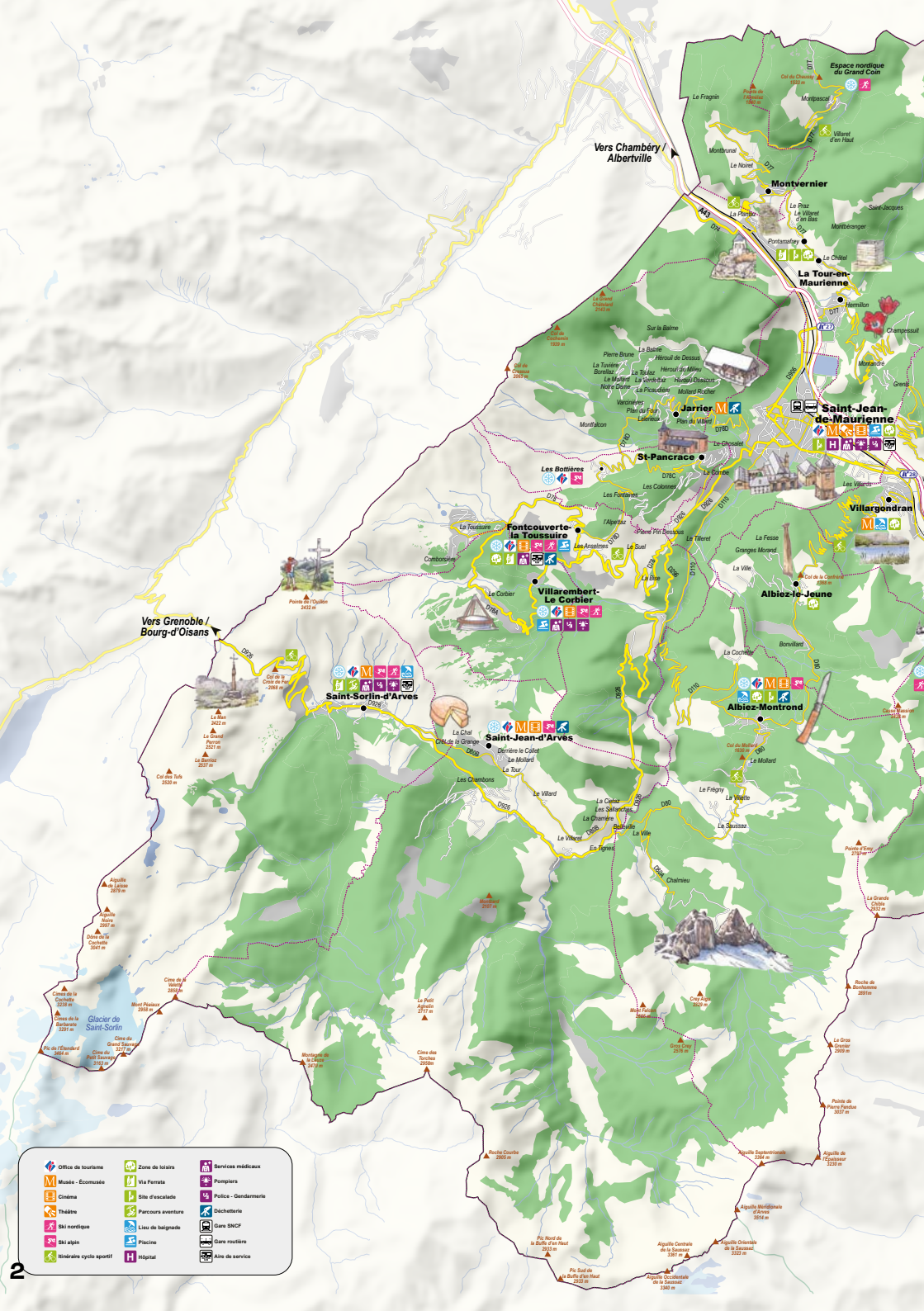
TROUVEZ REFUGE DANS LA NATURE

GUIDE PRATIQUE

PRACTICAL GUIDE

Albiez-Montrond - Les Bottières
Saint-Jean-de-Maurienne - Villages Nature





Vers Chambéry / Albertville

Vers Grenoble / Bourg-d'Oisans

- | | | | | | |
|--|--------------------------|--|-------------------|--|----------------------|
| | Office de tourisme | | Zone de loisirs | | Services médicaux |
| | Musée - Ecomusée | | Via Ferrata | | Pompier |
| | Cinéma | | Site d'escalade | | Police - Gendarmerie |
| | Théâtre | | Parcours aventure | | Déchetterie |
| | Ski nordique | | Lieu de baignade | | Gare SNCF |
| | Ski alpin | | Plage | | Gare routière |
| | Itinéraire cyclo sportif | | Hôpital | | Aire de service |



SOMMAIRE CONTENTS

ACTIVITÉS ACTIVITIES	4
BIEN-ÊTRE WELLNESS	24
CULTURE ET PATRIMOINE CULTURE AND HERITAGE	26
PRODUCTEURS GROWERS	30
HÉBERGEMENTS ACCOMODATIONS	32
RESTAURANTS	34
INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION	36

COMMENT VENIR ?

HOW TO GET HERE À SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

EN TRAIN - TGV TER

By train

Gare de Saint-Jean-de-Maurienne
- Vallée de l'Arvan
Chambéry 40min • Lyon 2h30
Paris 3h40

EN VOITURE

By car

A43 - sortie n°27
Chambéry 45min
Grenoble 1h • Genève 1h45
Lyon 1h45 • Paris 6h

À ALBIEZ-MONTROND ET LES BOTTIÈRES

EN VOITURE

By car

Saint-Jean-de-Maurienne -
Albiez-Montrond 30min
Saint-Jean-de-Maurienne -
Les Bottières 15min

EN NAVETTE

By shuttle

Réservation sur www.cars-region-savoie.fr
Booking on www.cars-region-savoie.fr

EN TAXI

By taxi

Liste des taxis disponible dans les bureaux de l'office de tourisme.
A list of taxis is available at the tourist office.

Design et conception : Office de tourisme Cœur de Maurienne

Impression : Estimprim

Publié en janvier 2026

Crédits photos et plans : JBcarto, OTICœurdemaurienne, L.Boutiot,
G.Cosnefroy, E.Kissel, T.Vattard, T.Blais, J.André, Canva, 3CMA

Document non contractuel. Les renseignements donnés dans cette brochure
le sont à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés.

ACTIVITÉS

ACTIVITIES





JEUX GRANDEUR NATURE

LIFE-SIZE GAMES

Only available in French.



Envie de t'amuser ?

Charlock et Beaunie t'emmènent à la découverte de notre vallée !

Oseras-tu relever tous leurs défis ?



JEUX D'ÉNIGMES : LES ÉNIGMES DE CHARLOCK

Charlock a une mission pour toi !

Gardien de nos histoires et de nos légendes, il a caché des énigmes dans nos montagnes. Sauras-tu les résoudre ?

LA MÉMOIRE ENVOLÉE

Le terrible sorcier Ténébris a une dent contre Charlock...
Ce n'est pas nouveau. Mais quand elle lui jette un sort d'amnésie...
Trop c'est trop ! Il faut que tu interviennes pour redonner à Charlock les mémoires de nos montagnes. Heureusement, tu peux compter sur les créatures magiques d'Albiez pour t'aider dans ta quête...

Albiez-Montrond, Chef-lieu | dès 6 ans | durée 2h

Livret-jeu à retirer à l'office de tourisme.

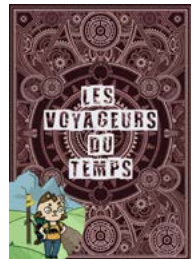


LES VOYAGEURS DU TEMPS

Une étrange météorite est tombée sur Albiez provoquant une faille spatio-temporelle. Tout est inversé ! Plus rien ne fonctionne ! Seule l'étoile du temps va pouvoir remettre de l'ordre dans tout cela. Celle-ci est secrètement gardée dans un coffre magique. À toi de traverser les époques pour délivrer l'étoile du temps.

Albiez-Montrond, Le Mollard | dès 6 ans | durée 2h

Livret-jeu à retirer à l'office de tourisme.



CHARLOCK ET LES ANIMAUX

Alerte ! Il y a eu une tentative de vol sur la statue de gypse !
Heureusement elle a été sauvée mais le voleur court toujours.
Viens mener l'enquête avec le Chat, interroge les témoins, élimine les fausses déclarations et trouve le suspect !

Les Bottières | dès 6 ans | durée 2h

Livret-jeu à retirer devant l'office de tourisme et dans les commerces.



LE TRÉSOR DE SAINT-JEAN

Sur le chantier du tabellion, un étrange manuscrit a été trouvé... S'agirait-il de celui de l'explorateur Brun-Rollet ? Charlock t'emmènera à la rencontre des gardiens de ce trésor...

Saint-Jean-de-Maurienne | dès 8 ans | durée 2h

Sac à retirer à l'office de tourisme pour la journée.



SENTIERS THÉMATIQUES : LES AVENTURES DE BEAUNIE

Mets tes baskets et suis Beaunie dans ses aventures !



LE SENTIER DES ARDOISIERS

La vache Beaunie s'est échappée ! Oh la la ! Émile, je ne retrouve plus notre vache Beaunie. La coquine doit encore se cacher pour échapper à la traite. Elle est certainement sur le sentier des ardoisiers ! Que dirai-tu de m'accompagner ? J'ai toujours voulu te montrer ce qu'était mon métier.

Saint-Julien-Montdenis | dès 7 ans | 2.9 km | 2h | 190 D+

Livret-jeu à retirer dans les bureaux de l'office de tourisme.



LE SENTIER DES ALPAGES

Suivez l'aventure de François, berger en alpage, de son épouse Augustine, de sa fille Elisabeth et d'un petit veau nommé Beaunie, pour découvrir leur mode de vie en alpage !

Albiez-Montrond, Le Chalmieu | dès 6 ans | 2.3 km | 1h30 | 76 D+

Livret-jeu à retirer dans les bureaux de l'office de tourisme.



LE SENTIER DES CABANES

Beaunie part en exploration pour retrouver les traces laissées par les Esprits de l'Imaginaire. À chaque zone, elle découvre un indice, une sensation, ou un souvenir, grâce aux sculptures et au mobilier interactif.

Les Bottières | dès 6 ans | 2 km | 1h | 102 D+

Livret-jeu à retirer dans les bureaux de l'office de tourisme et les commerces du village.



APPLICATION OUTDOOR EXPLORE MAURIENNE



200 itinéraires

VTT ↘ Rando

Trail ↘ Via ferrata

Vélo ↘ Raquettes

Pêche ↘ Baignade



GEOLOCALISATION
MODE HORS-LIGNE
GRATUITE

SAINT-JULIEN-MONTDENIS

Au pied de la Croix des Têtes, le village fut connu pour ses cultures fines : vigne, amandiers, safran. L'ardoise y fut exploitée du 15e au 20e siècle. Un sentier familial retrace cette histoire au cœur des anciennes carrières.

At the foot of the Croix des Têtes, the village was famous for its fine crops: vines, almond trees and saffron. Slate was mined here from the 15th to the 20th century. A family trail traces this history through the heart of the old quarries.

RANDONNÉES HIKES

TOP 3 DES BALADES EN FAMILLE

TOP 3 FAMILY HIKES

Itinéraires non adaptés aux poussettes.
Routes not suitable for strollers.



CIRCUIT HISTORIQUE - LA ROUTE DE L'OPINEL

Une balade familiale à Gévoudaz, qui plonge dans l'histoire du couteau Opinel et ses vestiges.
A family outing to Gévoudaz, delving into the history of the Opinel knife and its remains.

Usine du pont
Gévoudaz, Albiez-Montrond

1.5 km | 30min | 100 D+



LE CIRCUIT DES LÉGENDES

Une promenade ludique au cœur d'Albiez-le-Jeune, où contes et légendes prennent vie tout au long du sentier.
A fun walk through the heart of Albiez-le-Jeune, where tales and legends come to life along the way.

Parking de la zone de loisirs des Léchères
Albiez-le-Jeune

3.6 km | 1h30 | 180 D+



LES GORGES DE LA RAVOIRE

Une jolie balade ombragée qui offre aux enfants une aventure en pleine nature près d'une cascade. Pour les enfants en bas âge, nous vous conseillons de vous arrêter au pont de singe.
A lovely shady walk offering children a nature adventure beside a waterfall. For young children, we recommend a stop at the monkey bridge.

Parking Via Ferrata «Le Bastion»
Pontamafrey

3.6 km | 2h10 | 280 D+

Ce sentier entièrement sécurisé, n'est pas forcément conseillé pour les personnes sujettes au vertige.
This completely safe trail is not necessarily recommended for those prone to vertigo.

TOP 3 DES BALADES INCONTOURNABLES

TOP 3 MUST-DO WALKS



LES HAUTS DE SAINT-JEAN

Surplombez la ville de Saint-Jean-de-Maurienne en passant par la Chapelle Bonne-Nouvelle, tout en profitant de points de vue sur la vallée.

Overlook the town of Saint-Jean-de-Maurienne as you pass by the Bonne-Nouvelle Chapel, enjoying views of the valley along the way.

Derrière l'hôpital
Saint-Jean-de-Maurienne

5.9 km | 1h45 | 310 D+



AU PIED DES AIGUILLES D'ARVES PAR LA BASSE DU GERBIER

Depuis le parking vous les voyez déjà... Les Aiguilles d'Arves vous font signe. Répondez à leur appel et venez les voir de près !

You can already see them from the car park... The Aiguilles d'Arves are calling you. Answer their call and come and see them up close!

Parking du relais, Le Chalmieu
Albiez-Montrond

11.5 km | 4h45 | 705 D+



LES TROIX CROIX

Belle randonnée en forêt qui monte jusqu'au promontoire orné de 3 croix. De là, un panorama à 360° sur la vallée vous sera offert.

A beautiful climb through the forest up to the promontory adorned with three crosses. From there, you can enjoy a 360° panoramic view of the valley.

Parking de l'office de tourisme
Les Bottières

5 km | 2h30 | 335 D+

LE TOUR DES AIGUILLES D'ARVES

Le Tour des Aiguilles d'Arves, itinérance pédestre de 97 km entre Savoie et Hautes-Alpes, est destiné aux randonneurs aguerris. De fin juin à mi-septembre, pendant 7 jours, admirez les Aiguilles d'Arves sous toutes leurs facettes.

The Tour des Aiguilles d'Arves, a 97 km hiking trail between Savoie and Hautes-Alpes, is designed for experienced hikers. From late June to mid-September, over 7 days, admire the Aiguilles d'Arves from every angle.

Points de départ :

Starting points :

- Albanne
- Albiez-le-Jeune
- Albiez-Montrond
- Saint-Jean-d'Arves
- La Grave
- Villar d'Arène
- Valloire

L'accès aux points de départ se fait en train puis navettes ou taxis ou en voiture.

The starting points can be reached by train, shuttle bus, cab or car.

Le tour est possible en autonomie ou accompagné par des guides.

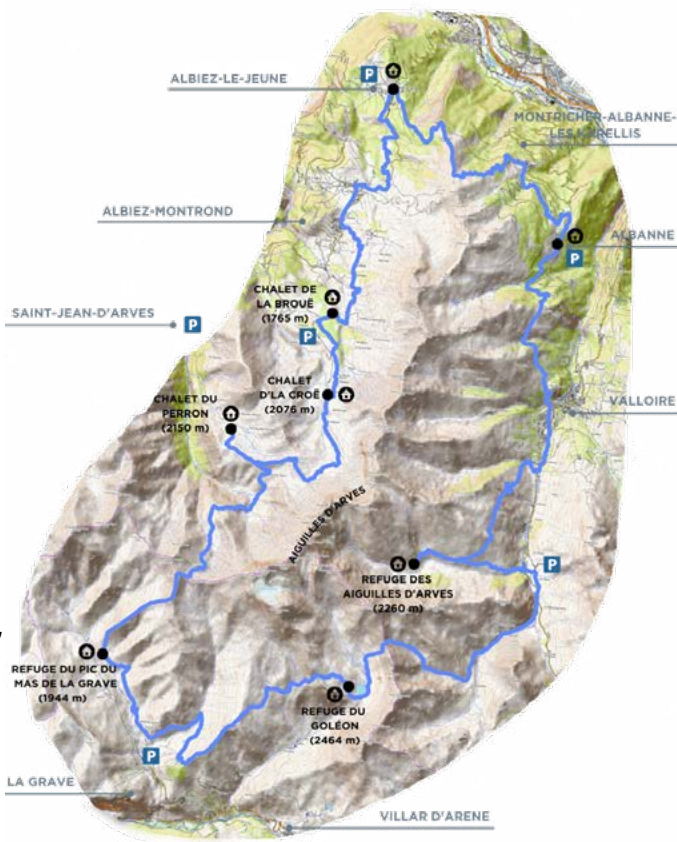
The tour is possible on your own or with a guide.

Des hébergements sont disponibles tout au long du tour, à réserver en avance.

Accommodation is available throughout the tour, but must be booked in advance.

Plus d'informations sur : www.tourdesaiguillesdarves.fr

More information on : www.tourdesaiguillesdarves.fr



CARTE IGN IGN MAP

La carte IGN du parcours en vente dans les bureaux de l'office de tourisme.

The IGN map of the route is available for sale at the tourist office.

20€



LES ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

MOUNTAIN GUIDES

MOYENNE MONTAGNE MID-MOUNTAIN

Les accompagnateurs en montagne proposent des sorties encadrées adaptées à tous les niveaux sur une ½ journée, à la journée ou en itinérance sur plusieurs jours.

Our mountain guides offer supervised hiking trips for all levels, for ½ day, full day or multi-day tours.

RANDO MONTAGNE ALBIEZ

Alain Mollaret

+33 (0)6 59 42 23 02

ALPEXPLORE

Stefan Pype

+33 (0)7 87 47 06 98

ALBIEZ RANDONNÉE PATRIMOINE

Yves Vionnet

+33 (0)6 80 02 13 85

ARVAN VTT MONTAGNE

Xavier Gaboriaud

+33 (0)6 03 16 61 53

VIRGINIE BIZEL BIZELLOT

+33 (0)6 35 48 11 48

HAUTE MONTAGNE HIGH MOUNTAIN

BUREAU DES GUIDES DE SAINT-SORLIN-D'ARVES

+33 (0)6 13 84 52 77

www.guide.montagne.arves.free.fr




TRAIL


Depuis le bas de vallée aux portes de Saint-Jean-de-Maurienne ou bien depuis le Col du Chaussy, prenez de l'altitude avec 12 parcours balisés, entre villages authentiques, alpages sauvages et forêts.

From the lower valley at the gateway to Saint-Jean-de-Maurienne, or from the Col du Chaussy, take to the heights with 12 signposted routes through authentic villages, wild mountain pastures and forests.

Que vous soyez traileur débutant ou confirmé, amateur de longues distances et de forts dénivelés ou simplement d'un petit parcours pour se détendre en fin de journée, vous trouverez votre bonheur ici !

Whether you're a beginner or an experienced runner, a fan of long distances and steep climbs, or simply looking for a short run to relax at the end of the day, you'll find what you're looking for here!

 2 Faciles *Easy*

 2 Moyens *Medium*

 5 Difficiles *Hard*

 3 Experts *Expert*

Balisage

Signposting



Tracés des parcours et plus d'informations :

Course outlines and more information:



LA TOUR-EN -MAURIENNE

Hermillon

Hermillon bénéficie d'un climat dont les meilleurs témoins sont les vignes et les tulipes qui parsèment les pentes du village.

Hermillon enjoys a climate best illustrated by the vines and tulips that dot the village slopes.

Le Châtel

La Tour Bérold de Saxe, berceau de la Maison de Savoie, domine la vallée depuis plus de 1000 ans.

The Tour Bérold de Saxe, cradle of the House of Savoy, has dominated the valley for over 1,000 years.

Pontamafrey-Montpascal

Le long de l'Arc, Pontamafrey permet de faire de l'escalade et de la via ferrata en falaise. Montpascal, dernier village avant le col du Chaussy domine la vallée au pied du Grand Coin.

Along the Arc, Pontamafrey offers rock climbing and via ferrata. Montpascal, the last village before the Col du Chaussy, dominates the valley at the foot of the Grand Coin.



La Grande
Case

La Roche (820) 100 m
Chapel of Saint-Jacques (820) 100 m

Col de la Roche (820) 100 m
Col de Chaus (820) 100 m

VÉLO DE ROUTE ROAD BIKE

LES COLS PASSES

Les cols mythiques de Maurienne se grimpent depuis Saint-Jean-de-Maurienne ! Ouverts de mai à novembre selon l'enneigement.

The legendary Maurienne passes can be climbed from Saint-Jean-de-Maurienne! Open from May to November, depending on snow conditions.

- Col du Sapey - 1306 m
- Col du Chaussy - 1533 m
- Col du Mollard - 1638 m
- Col du Glandon - 1924 m
- Col de la Madeleine - 1993 m
- Col de la Croix de Fer - 2067 m
- Col du Galibier - 2642 m

Toutes les informations sur www.velo-maurienne.com

Information on www.velo-maurienne.com

ACCUEIL VÉLO ACCUEIL VÉLO LABEL



Les bureaux d'accueil de Saint-Jean-de-Maurienne, d'Albiez-Montrond et des Bottières sont titulaires du label Accueil Vélo, qui garantit un accueil privilégié et des services adaptés aux cyclistes. À ce titre, les bureaux s'engagent à offrir divers services tels que des parcs de stationnement pour vélos, un kit de réparation pour les petites avaries, ainsi que de la documentation. Plus d'informations à l'office de tourisme.

The Saint-Jean-de-Maurienne, Albiez-Montrond and Les Bottières tourist office have been awarded the Accueil Vélo label, which guarantees a warm welcome and services adapted to cyclists. As such, the offices are committed to offering a range of services such as bike parking, a repair kit for minor damage and documentation. More information at the tourist office.

VTT - ENDURO MOUNTAIN BIKE - ENDURO

- 10 itinéraires VTT
- 15 pistes Enduro

Une carte avec les parcours d'Albiez-Montrond est disponible gratuitement dans les bureaux de l'office de tourisme.

A free map showing the routes in Albiez-Montrond is available at the tourist office.



MONTVERNIER

Le village offre une vue sur la vallée, les Aiguilles d'Arves et le massif du Grand Coin.

Pour y accéder, les cyclistes peuvent emprunter les lacets de Montvernier, 18 virages en lacets serrés, creusés dans la montagne.

The village overlooks the valley, the Aiguilles d'Arves and the Grand Coin massif. To get there, cyclists can take the lacets de Montvernier, 18 tight, winding bends carved out of the mountain.

GUIDES ET MONITEURS

GUIDES AND INSTRUCTORS

ALBIEZ MOUNTAIN BIKE

Arnaud Rota
+33 (0)6 35 47 43 52

ARVAN VTT / MONTAGNE

Ludovic Gaboriaud
+33 (0)6 13 84 52 77

JO MTB GUIDE

Jordan Salahun
+33 (0)7 70 32 20 99

MUSTANG

Albiez Bike School
+33 (0)7 88 43 96 96
+33 (0)7 86 34 42 12

RIDE TO THE FUTURE

Nicolas Charvin
+33 (0)6 07 18 24 90



AUTRES

OTHERS



TERRAIN DE BMX
BMX COURT
Albiez-Montrond



SKATEPARK
Saint-Jean-de-Maurienne



PUMPTRACK
Saint-Julien-Montdenis

LOCATION ET VENTE DE VÉLOS

BIKE RENTAL AND SALES

D'VÉLOS

+33 (0)9 87 14 98 60
249 Rue de la Libération
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

RIDE TO THE FUTURE

+33 (0)6 07 18 24 90
206 Avenue du 8 mai 1945
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

MUSTANG SKISET 1650

+33 (0)7 86 34 42 12
Rue du Ravarin
73300 Albiez-Montrond

SPORT 2000

+33 (0)4 79 83 07 25
992 Avenue du 8 Mai 1945
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

MUSTANG SKIMIUM 1550

+33 (0)7 88 43 96 96
47 Route du Mollard
73300 Albiez-Montrond

INTERSPORT JIMMY SHOP SB

+33 (0)4 79 59 32 25
Rue du Ravarin
73300 Albiez-Montrond

JARRIER

Sur les balcons de Saint-Jean-de-Maurienne, Jarrier étale ses 27 hameaux organisés autour de fours, de chapelles ou d'oratoires. Un terrain de jeu pour les amateurs de VTT et de randonnées avec un panorama à 360°.

On the balconies of Saint-Jean-de-Maurienne, Jarrier spreads out its 27 hamlets organized around ovens, chapels and oratories. A playground for mountain bikers and hikers, with a 360° panorama.

GRIMPER ET VOLER *CLIMB AND FLY*

ESCALADE CLIMBING

HERMILLON

Difficulté *Difficulty* 4a/8b+
1 Route des Contamines
73300 La Tour-en-Maurienne

PONTAMAFREY

Difficulté *Difficulty* 3/7b+
Parking Via Ferrata «Le Bastion»
73300 La Tour-en-Maurienne

LA SAUSSAZ

Difficulté *Difficulty* 3a/7b
La Saussaz
73300 Albiez-Montrond

Classé terrain d'aventure par la FFME.
Classified as adventure terrain by the FFME.



Responsabilité du grimpeur
Climber's responsibility



TOPO

Le topo «Escalade en Savoie, Maurienne et Haute-Maurienne»,
est en vente dans les bureaux de l'office de tourisme.
Guidebook (in French) is available for sale at the tourist office.



VIA FERRATA



NIVEAU INTERMÉDIAIRE *INTERMEDIATE LEVEL*

VIA FERRATA L'ADRET

Parking Via Ferrata «Le Bastion»
73300 La Tour-en-Maurienne

La via ferrata se situe dans un environnement spécifique : il est recommandé de se renseigner avant de s'y engager ou de faire appel à un professionnel.
The via ferrata is located in a specific environment: it's advisable to find out more before committing yourself, or to call in a professional.

SORTIES ACCOMPAGNÉES GUIDED TOURS

ARVAN EVASION

+33 (0)7 88 47 33 25

LOCATION ET VENTE DE MATÉRIEL EQUIPMENT RENTAL AND SALES

SPORT 2000

+33 (0)4 79 83 07 25
992 Avenue du 8 Mai 1945
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

PARAPENTE

PARAGLIDING

PARAPENTE AIRLINES

Découvrez la montagne avec un autre point de vue grâce aux moniteurs diplômés de Parapente Airlines ! Contactez-les pour des baptêmes de l'air, des stages d'initiation et de perfectionnement, des vols en biplace spécial enfants ou encore de l'initiation au speed riding.

Discover the mountains from another point of view, thanks to Parapente Airlines' qualified instructors! Contact them for first flights, introductory and advanced courses, children's tandem flights and introductory speed riding courses.

+33 (0)6 82 04 88 65



ACCROBRANCHE

L'AVENTURE - PARC ACCROBRANCHE

Avec ses huit parcours dans les arbres, évolutifs et pour tous niveaux dès 3 ans, le parc d'accrobranche L'Aventure, situé à deux pas du centre-ville de Saint-Jean-de-Maurienne vous fera prendre de la hauteur pour vous offrir de belles sensations dans les arbres. Ne manquez pas non plus les nocturnes accro à la lune pour grimper et déguster !

With eight evolving tree courses for all levels from age 3 upwards, L'Aventure's accrobranche park, just a stone's throw from Saint-Jean-de-Maurienne town center, will take you to new heights for some great tree-climbing thrills. And don't miss the moonlit night-time climbing and tasting sessions!

+33 (0)6 50 36 88 95

Zone de loisirs de la Combe des Moulins
545 Route de la Combe
73300 Saint-Jean-de-Maurienne



BAIGNADE *SWIMMING*



PLANS D'EAU

LAKES

Baignade surveillée l'été. *Lifeguarded swimming in summer.*



**PLAN D'EAU DU
COL DU MOLLARD**
Albiez-Montrond



**ZONE DE LOISIRS DES
LÉCHÈRES**
Albiez-le-Jeune



PLAN D'EAU DES OUDINS
Villargondran

ACTIVITÉS

ACTIVITIES

Au plan d'eau du col du Mollard à Albiez-Montrond :

At the col du Mollard lake in Albiez-Montrond :

LOCATION ET INITIATION PADDLE
PADDLE RENTAL & INITIATION

Intersport Jimmy Shop SB
+33 (0)4 79 59 32 25

PARCOURS AQUALUDIQUE
WATER PARK

Dès 7 ans
Informations sur place

BATEAUX MISSISSIPPI
MISSISSIPPI BOATS

De 4 à 12 ans
Informations sur place

CENTRE NAUTIQUE

NAUTICAL CENTER

Le centre nautique de Saint-Jean-de-Maurienne propose un bassin intérieur ouvert toute l'année. Le bassin extérieur et l'espace aqualudique sont ouverts l'été.

The Saint-Jean-de-Maurienne nautical center offers an indoor pool open all year round. The outdoor pool and aqualudic area are open in summer.

+33 (0)4 79 64 12 50

Rue de la libération

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

VILLARGONDRA

Sa situation offre un magnifique panorama sur la Croix des Têtes, l'une des plus hautes falaises calcaires d'Europe. En été, le plan d'eau des Oudins est l'endroit idéal pour se rafraîchir.

Its location offers a magnificent panorama of the Croix des Têtes, one of the highest limestone cliffs in Europe. In summer, the Oudins lake is the ideal place to cool off.

ANIMAUX ANIMALS

VISITES DE FERME

FARM VISITS Only available in French.

À LA CIME DU RUCHER

Edith vous accueille avec plaisir sur son exploitation pour vous expliquer, avec passion, son métier. De la ruche à la miellerie, vous saurez tout sur le monde des abeilles, la production de miel en montagne et le travail avec la nature au quotidien...

+33 (0)6 70 01 33 35
2238 Route de la Ville
73300 Albiez-le-Jeune

GAEC DES ARDOISIERS

Ginou et Pascal vous ouvrent les portes de leur ferme pour découvrir le métier d'alpagiste. Venez découvrir leur quotidien dans le petit hameau de Montdenis. Bonne humeur, vue panoramique et belles tarines au programme !

+33 (0)6 70 06 58 44
Route des Villes, Les Rieux
73870 Saint-Julien-Montdenis



CENTRES ÉQUESTRES

EQUESTRIAN CENTERS

LE PIED À L'ÉTRIER

Ouvert toute l'année

Open all year

+33 (0)6 61 19 74 86

Rue de la promenade

73870 Saint-Julien-Montdenis

SOI ÉQUESTRE

Ouvert toute l'année

Open all year

+33 (0)6 71 07 49 41

2 Impasse de la Tour

73300 Albiez-le-Jeune

LE KAVALKADA

Ouvert en été

Open in summer

+33 (0)6 13 15 30 39

Col du Mollard

73300 Albiez-Montrond

PÊCHE FISHING

ZONES DE PÊCHE

FISHING AREAS



**LES ÉTANGS
DE PONTAMAFREY**
La Tour-en-Maurienne



**PLAN D'EAU
DE L'ÉCHAILLON**
La Tour-en-Maurienne



PLAN D'EAU DES OUDINS
Villargondran



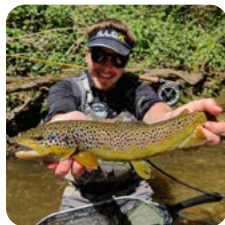
LAC DU LOU
Saint-Pancrace

Plus d'informations *More information*

AAPPMA Saint-Jean-de-Maurienne +33 (0)7 77 14 75 03

MONITEUR GUIDE DE PÊCHE

FISHING GUIDE INSTRUCTOR



AUGUSTIN FELLER

La pêche en montagne réserve souvent de belles surprises. Venez traquer truites et autres salmonidés de nos cours d'eau, accompagné d'un guide de pêche professionnel et passionné.

Fishing in the mountains is often full of surprises. Come and stalk the trout and other salmonids of our rivers, accompanied by a professional and passionate fishing guide.

+33 (0)7 57 77 74 65

CARTE DE PÊCHE

FISHING CARD

Savoie pêche propose des cartes de pêche départementales annuelles, hebdomadaires et journalières. Le plan d'eau des oudins nécessite une carte spécifique à la demi-journée. En vente à l'office de tourisme.

Savoie pêche sells annual, weekly and daily departmental fishing card. The «plan d'eau des oudins» requires a specific half-day fishing permit. On sale at the tourist office.

+33 (0)4 79 83 51 51



BIEN-ÊTRE

WELLNESS



ALBIEZ-MONTROND

Massages shiatsu	+33 (0)6 71 79 99 35
Massages bien-être au cabinet de kinésithérapie	+33 (0)6 85 92 32 43

SAINT-JULIEN-MONTDENIS

Escapade beauté	+33 (0)4 79 05 29 83
-----------------	----------------------

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

Grain de beauté	+33 (0)4 79 64 29 55
Institut La Vénus	+33 (0)4 79 59 95 72
Institut Nausicaa	+33 (0)4 79 64 15 01
Institut Peau de Pêche	+33 (0)4 79 83 01 42
L'escale Institut	+33 (0)9 81 19 32 50
L'éveil des sens	+33 (0)6 15 97 37 82

SPA

SPA L'ÉQUILIBRE

Le Spa l'Équilibre vous propose une gamme de soins du visage et du corps ainsi qu'un espace détente : bains à remous, sauna, hammam, hydrojets et balnéothérapie.

The Spa L'équilibre offers a range of facial and body treatments, as well as a relaxation area with whirlpool baths, sauna, hammam, hydrojets and balneotherapy.

+33 (0)4 79 56 02 15

Complexe Cœur de Maurienne

371 Avenue d'Italie, 73300 Saint-Jean-de-Maurienne



CULTURE ET PATRIMOINE

CULTURE AND HERITAGE





MUSÉES MUSEUMS

MUSÉE OPINEL

Musée dédié à l'histoire du célèbre couteau savoyard inventé par Joseph Opinel.

The Opinel Museum is dedicated to the history of the famous Savoyard knife invented by Joseph Opinel.

+33 (0)4 79 64 04 78

25 Rue Jean Jaurès

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

MUSÉE DES COSTUMES, ARTS ET TRADITIONS POPULAIRES

Situé dans l'Ancien Évêché, le musée possède une collection exceptionnelle de costumes mauriennais.

Located in the Ancien Evêché building, the museum has an exceptional collection of Maurienne costumes.

+33 (0)4 79 83 51 51

Ancien Évêché, Place de la Cathédrale

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

MUSÉE DE LA RÉSISTANCE ROSINE PERRIER

Dans ce petit musée installé dans le village natal de la résistante Rosine Perrier, se trouve une exposition sur la résistance, la déportation et le maquis en Maurienne de 1940 à 1945.

This small museum in the native village of resistance fighter Rosine Perrier features an exhibition on resistance, deportation and the maquis in the Maurienne region from 1940 to 1945.

+33 (0)4 79 64 05 58

Pôle culturel, 276 Rue du Chef-lieu

73300 Villargondran

ÉCOMUSÉE L'ESPACE RURAL

Traditions agricoles, vieux métiers des campagnes et outillage ancestral vous apprendront tout de la vie ici, avant...

Farming traditions, old country trades and ancestral tools will teach you all about life here, before...

+33 (0)6 07 95 60 64

21 Impasse Gévoudaz

73300 Albiez-Montrond



ÉCOMUSÉE LE TEMPS D'ANTAN

Cet écomusée nous plonge dans la vie de ce village de montagne en mettant l'accent sur le travail des femmes au début du XXe siècle.

This ecomuseum takes us back to the life of this mountain village, focusing on women's work in the early 20th century.

+33 (0)6 84 09 69 05

141 Chemin de l'Adret

73300 Albiez-Montrond

ÉCOMUSÉE DU MOULIN

Au sein d'un ancien moulin, bâti sur le modèle traditionnel du village des maisons à jambes, découvrez l'ancien mécanisme de moulin restauré.

Inside an old mill, built in the traditional village style of leg houses, discover the restored mill mechanism.

+33 (0)6 79 91 81 92

605 Route du Léard

73300 Jarrier

VISITES GUIDÉES

GUIDED TOURS *Only available in French.*

INDIVIDUELLES

Découvrez l'histoire de Saint-Jean-de-Maurienne à travers ses monuments, sa culture, ses traditions et sa gastronomie avec les visites guidées de Bénédicte ! Les dates des visites sont à consulter dans l'agenda en ligne ou à l'office de tourisme.

GROUPES

Vous souhaitez organiser une visite en groupe à Saint-Jean-de-Maurienne ? Pour plus de renseignements contactez directement l'office de tourisme par mail : groupes@explore-maurienne.com ou par téléphone au +33 (0)4 79 83 51 51.

THÉÂTRE

THEATER *Only available in French.*

THÉÂTRE GÉRARD PHILIPPE

Spectacles, concerts, one man show au programme de la saison culturelle ! Réservez votre place de théâtre en ligne sur www.theatre-gerard-philippe.mapado.com ou directement à l'office de tourisme de Saint-Jean-de-Maurienne.

+33 (0)4 79 83 51 51

Place de la Cathédrale

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

CINÉMAS

CINEMAS

CINÉMA STAR

Ouvert toute l'année *Open all year*

+33 (0)4 79 59 85 63

137 Avenue Henri Falcoz

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

CINÉMA CASSE-MASSION

Ouvert en saison *Open seasonally*

+33 (0)4 79 59 30 48

Route du Mollard

73300 Albiez-Montrond

BIBLIOTHÈQUES

LIBRARIES

Bibliothèque d'Albiez-Montrond	73 Rue de l'Église Saint-Michel 73300 Albiez-Montrond	+33 (0)4 79 59 30 93
Bibliothèque de Jarrier	Voie des Chasseurs Alpains 73300 Jarrier	+33 (0)4 79 64 29 11
Médiathèque d'Hermillon	88 Rue Saint-Martin 73300 La Tour-en-Maurienne	+33 (0)4 79 59 64 82
Bibliothèque Centre Culturel de Pontamafrey	68 Rue des Lacets 73300 La Tour-en-Maurienne	+33 (0)4 79 59 04 61
Bibliothèque de Montvernier	38 Rue de la Mairie Chef-lieu 73300 Montvernier	+33 (0)4 79 64 28 26
Médiathèque Louise de Savoie	Rue des Écoles 73300 Saint-Jean-de-Maurienne	+33 (0)4 79 05 20 20
Bibliothèque de Saint-Julien-Montdenis	La Tour, 318 Rue du Bourg 73870 Saint-Julien-Montdenis	+33 (0)4 79 59 68 73
Bibliothèque de Villargondran	276 Rue du Chef-lieu 73300 Villargondran	+33 (0)4 79 64 36 80

PRODUCTEURS *GROWERS*



À LA RENCONTRE DE NOS PRODUCTEURS

Le guide des producteurs est disponible dans les bureaux de l'office de tourisme.
A growers' guide is available from the tourist office.

MARCHÉS MARKETS

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
Samedi matin *Saturday morning*

ALBIEZ-MONTROND
Jeudi matin en saison *Thursday morning seasonally*

Retrouvez la liste complète des marchés dans les bureaux de l'office de tourisme.
Find the complete list of markets at the tourist office.

FROMAGERIES CHEESE SHOPS

AUX PRODUITS SAVOYARDS
Ouvert toute l'année *Open all year*
52 Rue de la République
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

AUX PRODUCTEURS SAVOYARDS
Ouvert en saison *Open seasonally*
54 Place Opinel
73300 Albiez-Montrond

FROMAGERIE COOPÉRATIVE DE LA VALLÉE DES ARVES

Visite gratuite : fabrication de Beaufort AOP et des caves d'affinage.
Free guided tour : making of Beaufort PDO and the maturing cellars.
Belluard 73300 Saint-Sorlin-d'Arves

PÂTES ARTISANALES ARTISANAL PASTA

LA PASTA
Ouvert toute l'année *Open all year*
133 Avenue d'Italie
73300 Saint-Jean-de-Maurienne

VISITES DE FERME FARM VISITS

À LA CIME DU RUCHER
+33 (0)6 70 01 33 35
2238 Route de la Ville
73300 Albiez-le-Jeune

GAEC DES ARDOISIERS
+33(0)6 70 06 58 44
Route des Villes, Les Rieux
73870 Saint-Julien-Montdenis

Plus d'informations page 18.
More information page 18.

ALBIEZ-LE-JEUNE

Après 52 lacets au cœur d'une forêt profonde surgit le plateau d'Albiez-le-Jeune, dans son écrin de verdure avec comme diamant les Aiguilles d'Arves. De nombreux sentiers de randonnée dont l'un d'eux vous conduira au Moine de Champlan, cheminée de fées surprenante.

After 52 twists and turns in the heart of a deep forest, the Albiez-le-Jeune plateau emerges, set in its own green setting with the Aiguilles d'Arves as a diamond. Numerous hiking trails, one of which leads to the Moine de Champlan, a surprising fairy chimney.

















HÉBERGEMENTS ACCOMODATIONS



Gîtes, hôtels, chambres d'hôtes, camping... réservez instantanément votre séjour dans nos villes, villages et stations sur notre site internet.

Gîtes, hotels, B&Bs, campsites... book your stay in our towns, villages and resorts on our website.

HÔTELS HOTELS

Hôtel Bernard		136 Rue de la Libération Saint-Jean-de-Maurienne		40-75€	+33 (0)4 79 64 01 53
Hôtel Cœur de Maurienne by Best Western	 	371 Avenue d'Italie Saint-Jean-de-Maurienne		100-195€	+33 (0)4 79 83 45 47
Hôtel de l'Europe	 	15 Avenue du Mont-Cenis Saint-Jean-de-Maurienne		75-120€	+33 (0)4 79 64 06 33
Hôtel du Nord		64 Impasse Jean Jaurès Saint-Jean-de-Maurienne		75-108€	+33 (0)4 79 64 02 08
Hôtel La Rua		75 Route du Mollard Albiez-Montrond		75-110€	+33 (0)4 57 83 33 25
Hôtel Le Lancheton	 	ZA du Pré de Pâques Saint-Julien-Montdenis		67-120€	+33 (0)4 79 59 68 91
Hôtel Saint-Georges	 	334 Rue de la République Saint-Jean-de-Maurienne		78-144€	+33 (0)4 79 64 01 06
Lodge La Tuvrière		341 Rue de la Tuvrière Jarrier		90-160€	+33 (0)6 24 44 22 28
Nehô Suites		108 Rue de la Bastille Saint-Jean-de-Maurienne		69-259€	+33 (0)4 12 05 42 90

Prix indiqués pour une nuit, de la chambre simple à la chambre triple.

Price ranges from the single room to the triple room per night.

CAMPING CAMPSITE

LE CAMPING DES GRANDS COLS ★★ ★

Situé à Saint-Jean-de-Maurienne, le camping municipal dispose de 80 emplacements délimités, vastes, verts et ombragés, ainsi que 8 locations type mobile-homes et chalets installés sur les hauteurs du terrain et de 5 hébergements insolites.

Located in Saint-Jean-de-Maurienne, the municipal campsite offers 80 spacious, green and shady marked-out pitches, as well as 8 mobile homes set high up in the grounds and 5 unusual accommodations.

+33 (0)9 52 17 46 55

422 Avenue du Mont-Cenis

73300 Saint-Jean-de-Maurienne



AUTRES SERVICES OTHER SERVICES

AIRE DE STATIONNEMENT CAMPING-CARS

Camper van parking area

Les Contamines, Chef-lieu

73300 Albiez-Montrond

ZONE DE BIVOUAC DES LÉCHÈRES

Les Léchères bivouac area

124 Route de Villargondran

73300 Albiez-le-Jeune

BORNE FLOT BLEU

Camper van service area

Centre Louis Armand

Rue Louis Sibué

73300 Saint-Jean-de-Maurienne



RESTAURANTS

La réservation est conseillée.

Booking is recommended.

Localisation à retrouver sur les plans page 37-38-39.

Location to be found on maps page 37-38-39.



 Restauration rapide/à emporter
Fast food/take-away

ALBIEZ-MONTROND

Bar Constantin	+33 (0)4 79 59 30 16
La Buvette de G'voud	+33 (0)6 07 95 60 64
La Capite d'Charles	 +33 (0)6 79 44 39 80
La Faim de Loup	 +33 (0)6 73 03 97 11
La Luge à Foin	+33 (0)6 35 54 84 81
L'Amuse Gueule	+33 (0)4 79 56 78 93
Le Chalet d'la Croë	+33 (0)6 35 48 11 48
Le Molotov	+33 (0)4 79 59 31 09
Le Thé Lait Ski	+33 (0)4 13 43 83 79
O'Foukette'S	+33 (0)6 01 40 72 24
Restaurant de l'Hôtel La Rua	+33 (0)6 59 14 10 05
Snack Di L'Alba	 +33 (0)7 81 99 31 61

JARRIER

O Chamb'Ô	 +33 (0)6 63 37 94 26
Restaurant du Lodge la Tuvrière	+33 (0)6 24 44 22 28

LA TOUR-EN-MAURIENNE

Auberge du Chaussy	+33 (0)4 79 05 36 86
--------------------	----------------------

LES BOTTIÈRES

La Corbacière	+33 (0)4 79 20 40 18
Le Grenier	+33 (0)4 79 64 11 05

MONTVERNIER

Ô P'tits Lacets	+33 (0)4 79 64 31 51
-----------------	----------------------

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

Bambou d'Asie		+33 (0)4 79 20 46 95
Chez Deniz		+33 (0)4 79 59 39 67
Erciyes Kebab		+33 (0)6 19 29 57 80
Indochine		+33 (0)4 79 64 43 81
La Cave à Manger by DiotVino		+33 (0)9 54 19 08 26
La Douce Heure		+33 (0)6 15 52 43 48
La Grignoterie		+33 (0)4 79 59 91 63
La Parenthèse		+33 (0)4 79 64 09 65
La Petite Pause - Biocoop		+33 (0)4 79 05 06 31
La Poterne		+33 (0)4 79 83 38 64
La Table et l'Ardoise		+33 (0)4 79 64 00 30
La Taverne Saint-Antoine		+33 (0)4 79 59 96 96
Le Délice		+33 (0)4 31 92 35 29
Le Gavroche		+33 (0)4 79 20 49 30
Le Montana		+33 (0)4 79 59 93 15
Le Petit Marrakech		+33 (0)4 56 96 33 95
Le Sun		+33 (0)4 79 83 17 79
Léo Pizza		+33 (0)6 41 40 76 55
Les 5 Sens		+33 (0)7 44 41 94 02
L'Étoile de Breizh		+33 (0)4 58 28 03 94
L'Évidence		+33 (0)4 79 56 24 50
Mc Donald's		+33 (0)4 79 59 02 07
Restaurant de l'Hôtel de l'Europe		+33 (0)4 79 64 06 33
Restaurant de l'Hôtel du Nord		+33 (0)4 79 64 02 08
Rotimax Fast Food		+33 (0)4 79 64 09 32

SAINT-JULIEN-MONTDENIS

Il fratellino del topolino		+33 (0)7 62 04 85 51
Le Pimpiolet		+33 (0)4 79 59 67 48
Restaurant de l'Hôtel Le Lancheton		+33 (0)4 79 59 68 91

VILLARGONDTRAN

Buddha Plage		+33 (0)6 67 09 09 58
--------------	--	----------------------

INFOS PRATIQUES

PRACTICAL INFORMATION

OFFICE DE TOURISME

TOURIST OFFICE

BUREAU D'ALBIEZ-MONTROND

Ouvert tous les jours en saison

Open daily in season

+33 (0)4 79 59 30 48

16 Place Opinel

73300 Albiez-Montrond

BUREAU LES BOTTIÈRES

Ouvert en saison du vendredi au dimanche

Open seasonally from friday to sunday

+33 (0)4 79 83 51 51

Route des Bottières

73300 Saint-Pancrace

BUREAU DE SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

Bagagerie gratuite

Ouvert toute l'année du lundi au samedi

Open all year from monday to saturday

+33 (0)4 79 83 51 51

23 Place de la Cathédrale

73300 Saint-Jean-de-Maurienne

PARKINGS GRATUITS

FREE PARKING

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

- Forum Saint-Antoine
- Place du Champ de Foire

ACCÈS WIFI GRATUIT

FREE WIFI

OFFICE DE TOURISME DE SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE ET D'ALBIEZ-MONTROND

NUMÉRO D'URGENCE

EMERGENCY NUMBER

Secours *Emergencies*

112



TOILETTES PUBLIQUES

PUBLIC TOILETS

ALBIEZ-MONTROND

- Mairie
- Place Opinel
- Aire de loisirs des Contamines
- Plan d'eau du col du Mollard
- Relais TV Chalmieu

LES BOTTIÈRES







- Route des Bottières

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

- Jardin de l'Europe
- La Combe
- Clos Carloz
- Champ de Foire
- Gare
- Hôtel de ville

SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE

LÉGENDE

-  Parking gratuit
-  Parking souterrain gratuit
-  Parking payant
-  Zone piétonne / Espace vert
-  Cheminement piéton
-  Départ de randonnées



Liste des restaurants

- | | | | |
|---|-----------------------------|----|-----------------------------------|
| 1 | Chez Deniz | 8 | Le Montana |
| 2 | Indochine | 9 | Les 5 Sens |
| 3 | La Cave à Manger - Diotvino | 10 | L'Étoile de Breizh |
| 4 | La Parenthèse | 11 | L'Évidence |
| 5 | La Poterne | 12 | Restaurant de l'Hôtel de l'Europe |
| 6 | La Taverne Saint-Antoine | 13 | Restaurant de l'Hôtel du Nord |
| 7 | Le Gavroche | | |

ALBIEZ-MONTROND



- ### Liste des restaurants
- 1 Bar Constantin
 - 2 La Capite d'Charles
 - 3 La Faim de Loup
 - 4 La Luge à foin
 - 5 L'Amuse Gueule
 - 6 Snack Di L'Alba
 - 7 Le Molotov
 - 8 Le Thé Lait Ski
 - 9 O'Foukette's
 - 10 Restaurant de l'Hôtel La Rua

- Mairie
- Office de tourisme
- Église
- Salle des fêtes
- Cinéma
- Zone de loisirs
- Parking
- Aire Camping-Car
- Toilettes publiques
- Garderie / Centre de Loisirs
- Poste de secours

250 m

LES BOTTIÈRES

N



Jarrier



- Office de tourisme
- Salle des fêtes
- Restaurants
- Toilettes publiques
- Zone de loisirs
- Parking
- Point de vue

Liste des restaurants

- 1 La Corbacière
- 2 Le Grenier

Route des Balcons de l'Avant

Route des Bottières

Les Bottières

Saint-Pancrease



Téléski les Marmottes

Téléski des Cabris

Lac du Lou

Les Colonnes

La Toussuire
Le Corbier



250 m



explore
maurienne



TROUVEZ REFUGE DANS LA NATURE

OFFICE DE TOURISME CŒUR DE MAURIENNE

+33 (0)4 79 83 51 51

contact@explore-maurienne.com

www.explore-maurienne.com

SUIVEZ-NOUS

