

À chacun son horizon

Dans Les 3 Vallées, la randonnée s'adapte à toutes les envies. Balades en famille, itinéraires entre alpages et lacs, accès facilité par les remontées mécaniques ou parcours plus engagés en altitude : chacun compose son parcours selon ses envies, du plaisir simple de marcher aux itinéraires plus sportifs. La randonnée devient ici une manière d'explorer le territoire, de passer d'un paysage à l'autre et de prendre la mesure des grands espaces.

Pour vous guider, voici une sélection d'idées de randonnées facilement accessibles dans Les 3 Vallées, à découvrir sans contrainte et à votre rythme.

La randonnée dans Les 3 Vallées

- **115 itinéraires piétons** pour explorer le territoire à son rythme
- **37 itinéraires très faciles** pour une découverte accessible à tous
- **40 itinéraires faciles** pour marcher en douceur et prendre de la hauteur
- **31 itinéraires difficiles** pour allonger le pas et gagner en intensité
- **7 itinéraires très difficiles** pour les marcheurs aguerris en quête d'engagement

Dent du Villard, le grand tour panoramique

Vallée de Courchevel

Emblématique de Courchevel, la randonnée de la **Dent du Villard** déploie une belle diversité de paysages sur un même itinéraire. Le parcours traverse d'abord les ravines de gypse classées Natura 2000 puis gagne les crêtes du Mont Charvet avec, en toile de fond, les glaciers de la Vanoise, avant de redescendre vers le Lac de la Rosière par la vallée des Avals.

C'est une randonnée qui marque autant par la variété de ses ambiances que par l'ampleur de ses vues. Entre reliefs singuliers, lignes de crête et ouverture sur les grands massifs, elle concentre plusieurs visages de la montagne sur une seule sortie.

Accès : Lac de la Rosière ou parking des Avals

Vallon du Fruit, immersion alpine

Vallée de Méribel

Depuis la Réserve Naturelle de Tuéda, à **Méribel-Mottaret**, le **Vallon du Fruit** entraîne les marcheurs confirmés dans un décor de montagne plus affirmé. Environ 4h30 de marche mènent jusqu'au refuge du Saut, dans un environnement typiquement alpin, rythmé par la présence des marmottes et les vues sur l'Aiguille du Fruit. Un détour vers le Lac des Fées permet de prolonger la sortie.

Ici, la randonnée s'inscrit dans une montagne vivante et minérale, avec un itinéraire qui donne peu à peu le sentiment de quitter les abords de la station pour entrer dans un univers plus alpin. Une sortie complète, exigeante sans être extrême, pour ceux qui cherchent une vraie sensation d'immersion.

Accès : parking du Lac de Tuéda à Méribel-Mottaret

De Brides aux Allues, la vallée à pas doux

Brides-les-Bains

Depuis la station thermale de **Brides-les-Bains**, cet itinéraire facile rejoint en 2h30 le village des Allues à Méribel (D+ 520 m). Le sentier balisé traverse le bois de Cythère avant de gagner la vallée dans une montée progressive.

C'est une randonnée accessible, agréable à parcourir, qui relie deux ambiances et deux altitudes en douceur. Une bonne option pour prendre de la hauteur dans un paysage qui évolue pas à pas.

Accès : départ station de Brides-les-Bains

Sentier des Cimes, marcher sur la ligne

Vallée des Belleville

Le **Sentier des Cimes** relie la Cime Caron, située entre **Val Thorens et Orelle**, à la Pointe de la Masse, côté **Les Menuires**, sur 10,5 Km de crête panoramique. Selon le sens choisi, l'itinéraire développe un dénivelé positif de 540 m vers la Masse ou de 930 m vers la Cime Caron.

Ici, tout se joue dans l'ampleur du paysage. La marche suit une ligne de crête spectaculaire, ouverte sur les sommets des 3 Vallées, avec cette sensation rare d'évoluer entre ciel et relief. Un itinéraire qui mise autant sur la beauté du panorama que sur l'expérience.

Accès : téléphérique de la Cime Caron ou télécabine Orelle-Caron, télécabine de la Pointe de la Masse

Lac du Lou, l'oasis alpine

Vallée des Belleville

Dans la vallée des Belleville, le **Lac du Lou**, situé entre Les Menuires et Val Thorens, est une randonnée accessible qui coche toutes les cases : panorama, nature préservée et plaisir de marcher.

Depuis le Plan de l'Eau aux **Menuires**, le sentier progresse en douceur dans un vallon sauvage jusqu'au lac. Comptez environ 4h aller-retour pour faire le tour du lac. Avec des enfants, il est tout à fait possible d'adapter la sortie en raccourcissant l'itinéraire ou en allant à son rythme jusqu'au refuge, pour profiter déjà pleinement du cadre. Une belle randonnée d'altitude, accessible et facile.

Accès : depuis le plan de l'Eau des Bruyères aux Menuires