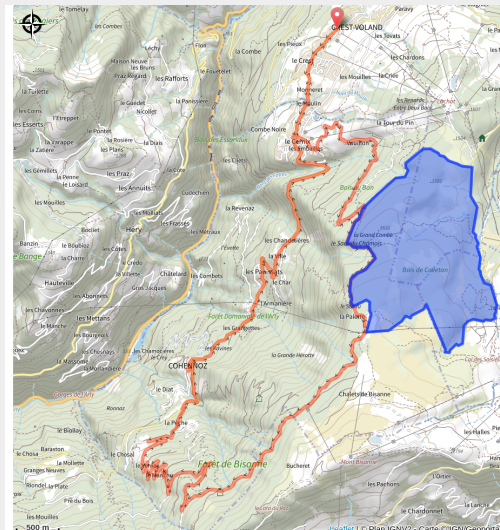


10_XC_Rouge_51_Cohennoz_NEW

Savoie



(0)

Infos pratiques

Pratique : VTT

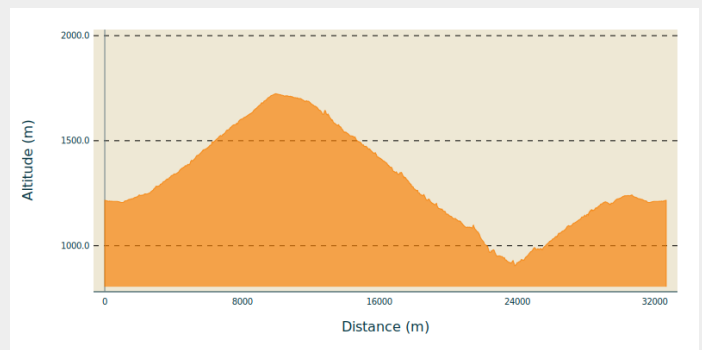
Longueur : 22.8 km

Dénivelé positif : 1121 m

Difficulté : Rouge (difficile)

Itinéraire

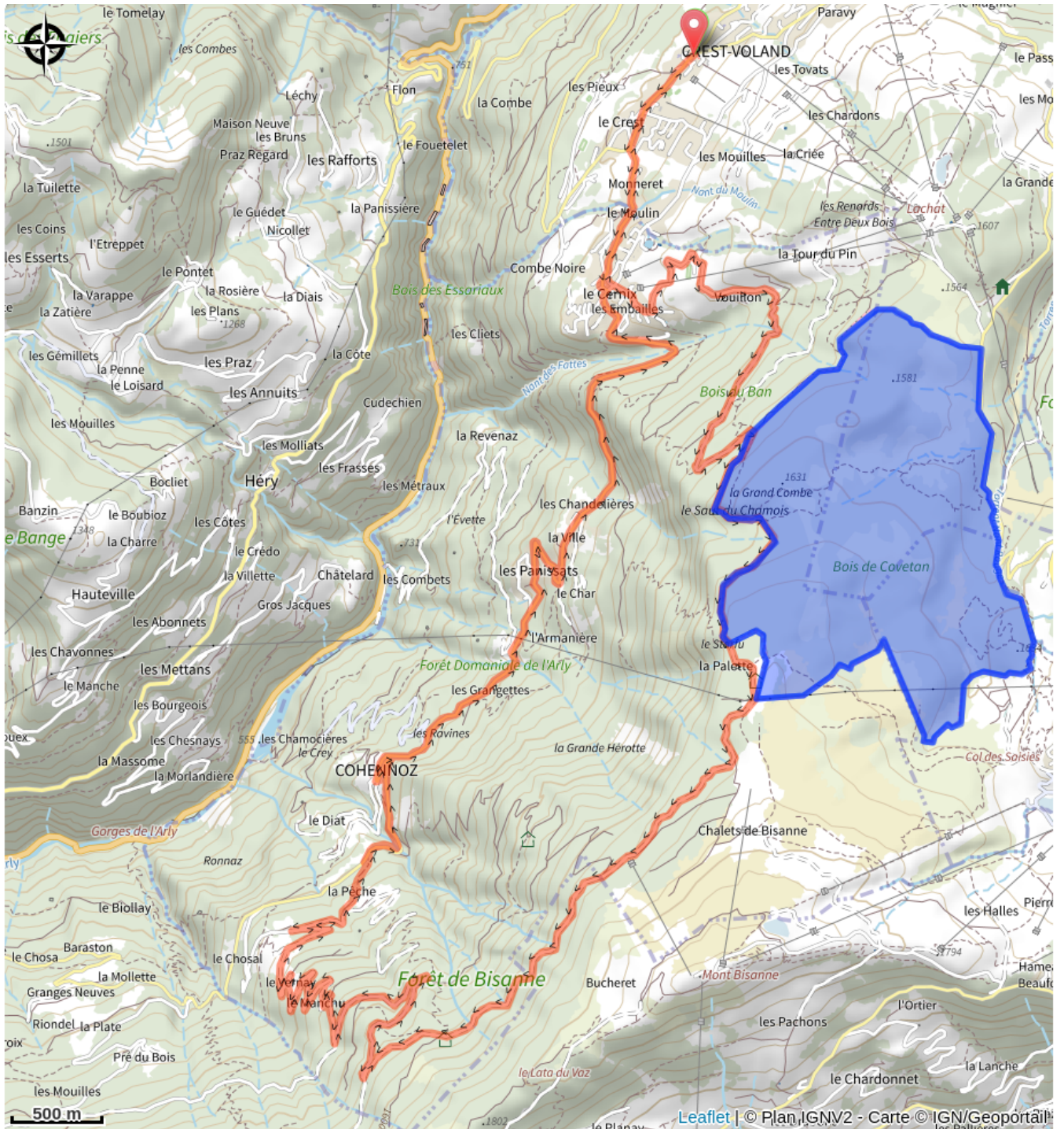
Profil altimétrique



Altitude min 905 m Altitude max 1724 m

Un itinéraire très roulant face aux Aravis et au Mont Charvin. Depuis l'Office de Tourisme, la route d'Entre deux Villes puis du Cernix permet de se rendre au hameau du Cernix. De là, prendre la route puis la piste de Prarian montant en direction de Bois de Ban (aire de pique-nique). Passer la barrière et rejoindre le carrefour du Boeuf du Cohen. Prendre à droite sur la piste de la Palette jusqu'à la bergerie puis rester sur la piste pour rejoindre la croix de Varzeron. Descendre à droite la piste menant à Cohennoz (être attentif à l'embranchement de la Glaitière). Du village, remonter la route départementale 71 jusqu'à Crest-Voland.

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques

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 Régionale de la Tourbière des Saisies Beaufortain Val d'Arly

Période de sensibilité : Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre

Contact : rnr.lessaisies@gmail.com
0647144796

Pendant la saison favorable (printemps - été - automne), très courte en altitude, la vie explose sur la tourbière en quelques semaines. Mousses, plantes, insectes et autres amphibiens se réveillent de leur long sommeil d'hiver. La principale menace à cette période est le piétinement, qui détruit de nombreuses plantes et habitats sensibles. C'est pourquoi la plupart des activités sont règlementées, pour limiter au maximum la détérioration de ce milieu d'exception :



2 sentiers aménagés sont à votre disposition, n'en sortez pas. Le piétinement cause la destruction de nombreuses espèces végétales, dont certaines sont protégées.



Les cavaliers et cyclistes sont interdits à l'exception de deux itinéraires autorisés pour le transit.



Tenez votre chien en laisse. Même le plus obéissant des chiens peut partir à la poursuite des animaux sauvages et perturber la quiétude des lieux.



La cueillette des champignons et des baies est règlementée. Pour limiter l'impact du piétinement sur la tourbière, seules certaines zones sont autorisées à la cueillette. Pour connaître ces zones, merci de consulter le site de la Réserve Naturelle ou de contacter le garde.

Réserve Naturelle Régionale de la Tourbière des Saisies Beaufortain Val d'Arly

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

Contact : rnr.lessaisies@gmail.com
0647144796

Durant la mauvaise saison le froid, la neige et le manque de nourriture rendent les conditions de vie très difficiles pour tous les animaux de la tourbière. A cette période critique, un simple dérangement peut compromettre la survie d'un voire plusieurs individus. L'espèce la plus emblématique de ce dérangement hivernal est le Tétrasyre, pour qui la tourbière est une zone de quiétude en hiver. Mais il n'est pas seul : chamois, renards, chevreuils, hermines, ... sont aussi présents. L'hiver, toutes les pratiques hors-piste sont interdites : à cette période, la survie de ces animaux dépend de votre respect de la réglementation !



Le ski de fond est autorisé uniquement sur les [pistes](#) damées ouvertes. En effet, les animaux s'habituent aux passages réguliers des skieurs sur les pistes, tandis que le ski hors piste est imprévisible pour eux et ils le considèrent donc comme un danger.



Les raquettes sont interdites. Même si en hiver la tourbière paraît être l'endroit idéal pour pratiquer cette activité, le dérangement qu'elle engendre est très néfaste pour la faune.



La randonnée pédestre est interdite, pour les mêmes raisons que celles citées ci-dessus.