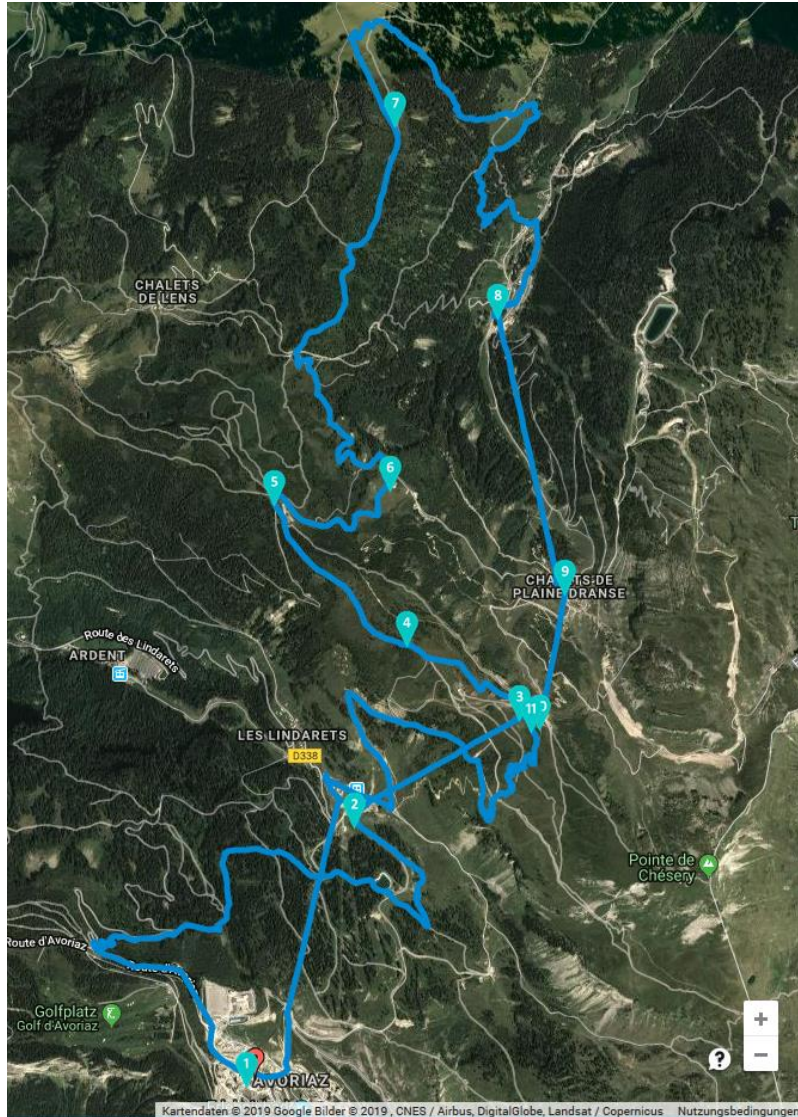
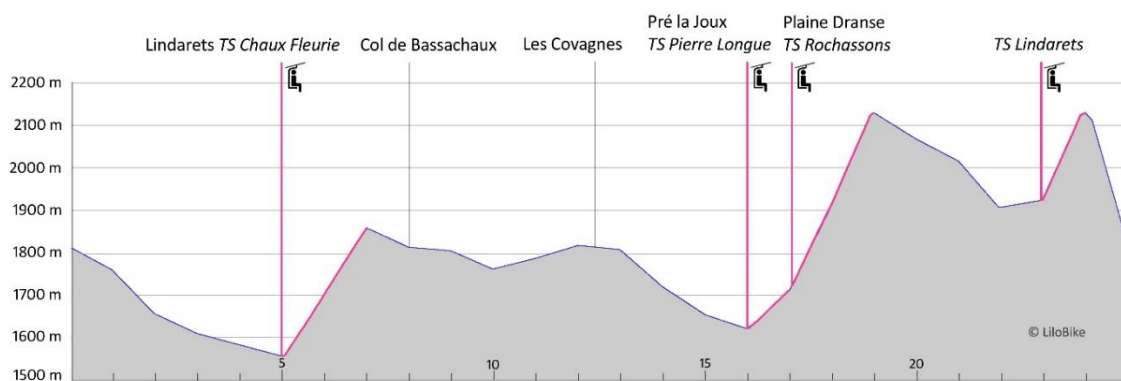


An den Hängen des Mont de Grange



Höhenprofil



Tour

Start	Avoriaz, Département Haute Savoie, Frankreich; alternativ: Pré la Joux/Châtel
Länge	24,5 km
↗	80 Hm
↘	1.050 Hm
Lifte	4
Fahrzeit	2:10 h
Einkehr	Verschiedene Möglichkeiten in Lindarets, Plaine Dranse und Pré la Joux
Schwierigkeit	●●○○○
Landschaft	●●●●○

Der Mont de Grange und seine Nachbarn im Val d'Abondance liegen am Rand von Portes du Soleil, einem der größten Ski- und Mountainbikegebiete Europas, wurden aber nicht für den Liftbetrieb erschlossen. Abseits der Lifte von Avoriaz und Châtel kann man hier stille Momente an den Flanken des knapp 2.400 Meter hohen Bergs erleben, bevor man in Pré la Joux wieder in den Downhillzirkus von Châtel eintaucht.

Die Tour beginnt am Accueil von Avoriaz (1). Man fährt die Straße einen Kilometer bergab bis zum Col de la Joux Verte. Dort rechts den Trail Richtung Lindarets nehmen und nach ca. 2 Kilometern scharf links auf den präparierten blauen Trail abbiegen, der nach kurzer Abfahrt in Lindarets endet (- 250 Hm). Das Hüttendorf Lindarets liegt auf knapp 1.500 Metern Höhe und ist ein Drehkreuz für eine ganze Reihe von Liften (2). Zwischen den Liften verstreut gibt es zahlreiche Bistros mit den typischen Holzterrassen. Angeboten werden hauptsächlich Burger und Pizza, aber man findet auch die traditionelle französische Küche. Der Lift Chaux Fleurie bringt einen hinauf auf die Crête des Rochassons, wo es gleich zwei Attraktionen gibt. Für Nicht-Biker das *Fantasticable* (3). Wer sich zu dieser Fahrt entschließt, rast bäuchlings in einem Gurt an einem Schlitten und dieser wiederum an einem Drahtseil hängend quer über das kleine Tal. Die Schreie der Menschen auf diesem Trip sind reines Adrenalin. Nicht weniger aufregend, allerdings eher für Biker, beginnt hier oben das MTB-Revier von Châtel mit dem Zustieg zu berühmten Downhilltracks wie der *Vink Line* oder *Vorachatak*.

Den Bikepark rechts liegen lassend, führt die Tour auf einem Wanderweg mit Postkartenblick auf den Lac de Montriond im Westen (4) zum etwa einen Kilo-

meter entfernten Col de Bassachaux (5). Den Wanderparkplatz überqueren, auf der Asphaltstraße einen knappen Kilometer bergab rollen und bei La Mouille Ronde scharf links auf den Wanderweg (Schotter) Richtung Lenlevay abbiegen (6). Ab hier kann man einfach den Wegweisern der E-Bike-Tour Nummer 19 folgen. Der Weg führt zunächst in eine Senke und dann kurz steil bergauf. Bei Les Grands Plans Haut geht es auf Schotter weiter in mäßiger Steigung bergauf nach Les Covagnes. Nach der Umrundung einer waldigen Bergkuppe kommt der Mont de Grange in den Blick (7), der das Val d'Abondance dominiert. Bei Les Covagnes rechts bergab und weiter den Wegweisern der E-Bike-Tour 19 nach Pré la Joux folgen (- 400 Hm). Der folgende Kilometer auf einem Karrenweg durch einen einsamen Wald ist pure Fahrfreude. An der nächsten Wegkreuzung rechts halten, ab hier geht es auf einem Forstweg mit ein, zwei steileren Passagen weiter, rechts unten im Tal ist bereits die Liftstation Pré la Joux, das Ziel der Abfahrt zu sehen.

Pré la Joux ist die Talstation des Bikeparks von Châtel (8). Auch wenn man am Lift einmal warten muss, kommt keine Langeweile auf. In der Schlange gibt es immer interessante Räder, Biker und Ausrüstungsgegenstände zu beobachten. Auch die Liftfahrt hinauf nach Plaine Dranse (9) ist nie langweilig, weil der Lift direkt über einige Downhilltracks der schwierigen Kategorie führt. Oft wird man Zeuge spektakulärer Sprünge mit jeder Menge Airtime. Oben in Plaine Dranse starten die meisten der mehr als 20 top gepflegten Downhilllines, für „normale“ Biker sind allerdings eher die grünen (sehr leicht) und die blauen (leicht) zu empfehlen, für Rot und Schwarz braucht man spezielles Equipment und vor allem Fahrkönnen. Von Plaine Dranse geht es per Lift wieder zurück auf die Crête des Rochassons. Oben an der Liftstation hat man einen weiten Blick auf das Plateau von Avoriaz mit dem Massiv der Hauts Forts im Hintergrund (10). Zuerst auf dem flowigen, blauen Track Chésry (11) und dann auf einer langen Schotterpistenabfahrt geht es wieder bergab nach Lindarets (- 450 Hm) und von dort mit dem Lift zurück nach Avoriaz.