

Base VTT Montrevel en Bresse La Plaine Tonique



BASE VTT
Fédération française de cyclotourisme

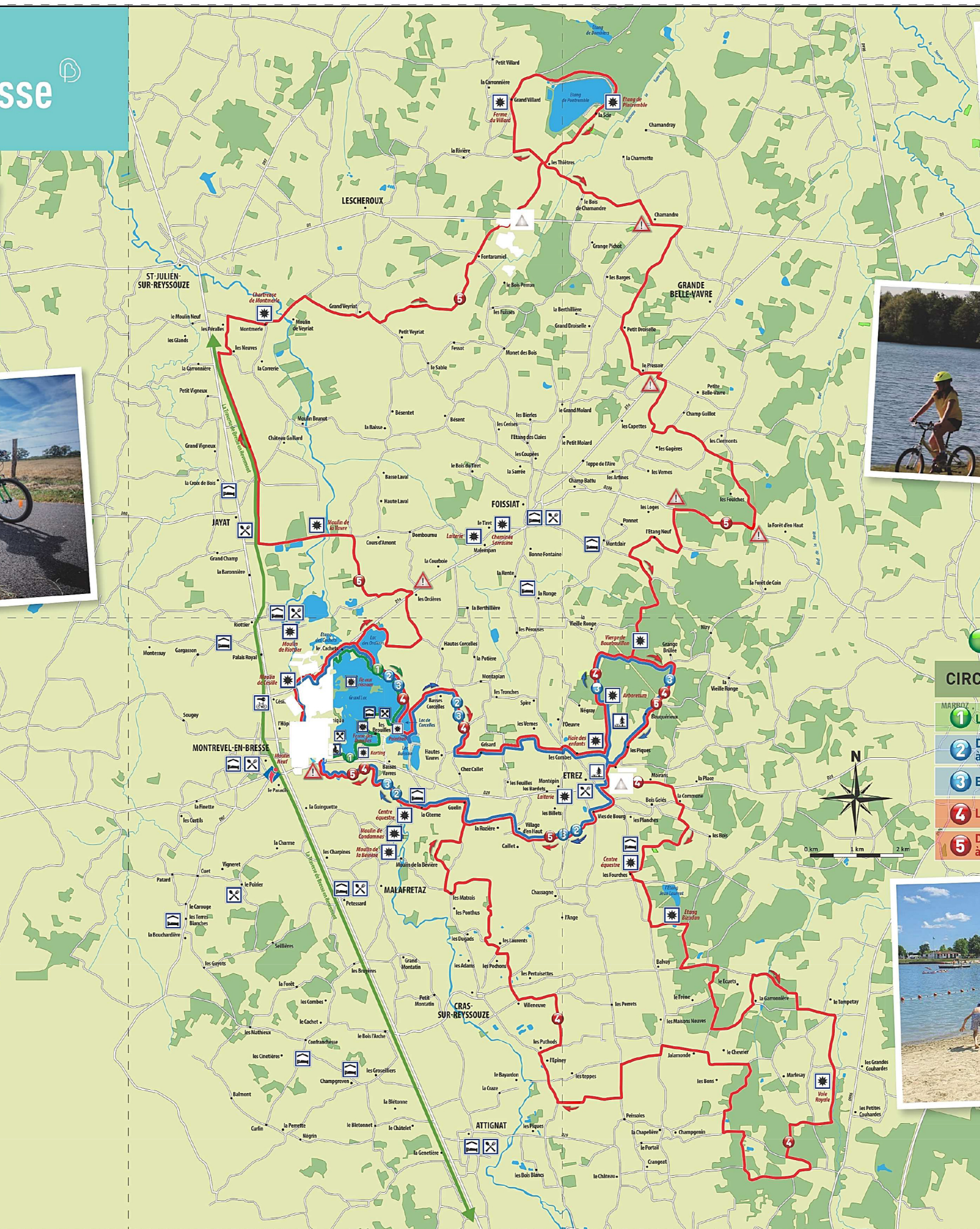


CODE DU VÉTÉTISTE

- Les recommandations pour bien vivre à VTT, le vélo tout terrain comme on veut ! mais...
- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires... randonneurs et cavaliers sont prioritaires
 - Respectez le code de la route en tous lieux et toutes circonstances.
 - Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
 - Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements
 - Le port du casque est fortement recommandé
 - Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement
 - Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
 - Si vous parlez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
 - En période de chasse portez des vêtements très visibles
 - Respectez les propriétés privées et les zones de cultures
 - Attention aux engins agricoles et forestiers

LÉGENDE

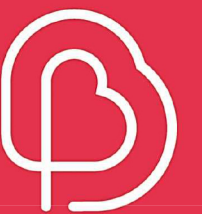
- Départ
- Point information
- Hébergement
- Restaurant
- Curiosité / Site touristique
- Table de pique-nique
- Location VTT
- Réparation de vélos
- Zone de prudence
- Balisage



LA PLAINE TONIQUE
599 Route d'Étrez
01340 Montrevel-en-Bresse
Tel : 04 74 30 80 52
contact@laplainetonique.com
www.laplainetonique.com

Très facile Facile Difficile Très Difficile

CIRCUIT	km	dénivelé	départ	durée
1 Le Tour des lacs	6.2 km	33 m	La Plaine Tonique	0h45
2 De la Plaine tonique à Étrez	16.3 km	128 m	La Plaine Tonique	1h45
3 Entre lacs et forêts	20.5 km	163 m	La Plaine Tonique	2h00
4 La Vpie royale	41.1 km	269 m	La Plaine Tonique	3h15
5 De la Bresse des Lacs à l'étang de Pontremble	43.5 km	290 m	La Plaine Tonique	2h45



BOURG EN BRESSE
la belle rencontre