



BALADES AU FIL DE L'ARVE

Le sentier de l'Arve, appelé aussi chemin rustique : balade au fil de l'eau à pied ou en VTT le long de ce sentier menant du bourg de St Martin à la cascade d'Arpenaz (boucle de 11km – 3h à pied).

La Véloroute Léman Mont-Blanc : depuis le vieux pont de Saint Martin, possibilité d'emprunter cette voie verte en rollers, vélo, VTT ou à pied. Elle mène également jusqu'à Luzier et la cascade d'Arpenaz en rattrapant le sentier de l'Arve.

Pratique de sports en eaux vives (rafting, hydrospeed, canoraft, canoë-kayak...) sur l'Arve. Liste des professionnels disponible à l'office de tourisme.



CRÉDIT PHOTOS: WENDY COULON, SALLANCHES TOURISME - DAVID MACHET - SESSION RAFT - SALLANCHES TOURISME
NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE.

LA CASCADE D'ARPENAZ

Avec ses 270 mètres de chutes d'eau, la cascade d'Arpenaz est un site classé au patrimoine national depuis 1991.

C'est la 3ème cascade la plus haute de France métropolitaine.

La cascade est également caractérisée par sa roche atypique en forme de « s », il s'agit d'un synclinal couché.

Il existe également des légendes autour de cette cascade lorsque notamment elle sert de baromètre aux habitants ou que certains voient également un « voile de mariée »...

- ✓ Aire de pique-nique possible au pied de la cascade.
- ✓ Parking gratuit.
- × Barbecue sauvage interdit.



LA BASE DE LOISIRS DES ILETTES



SALLANCHES TOURISME

32, quai de l'hôtel de ville
74700 Sallanches
Tél +33 (0)4 50 58 04 25
tourisme@sallanches.com
www.sallanchesmontblanc.com





LAC DE BAIGNADE

Baignade autorisée dans sa zone nord et limitée par des bouées sphériques.

Surveillance en période estivale.
Restauration de plein air (de mai à septembre).
Parcours Santé Forme.

Équipements : douches en plein air, terrains de volley, table de ping-pong, aires de pique-nique.

- ✓ Parking gratuit.
- ✓ Toilettes publiques.
- ✓ Paddle autorisé sur la partie opposée de la plage.

Barbecue au sol strictement interdit.
Possibilité d'apporter son barbecue personnel sur pied avec son charbon et rapporter les cendres (interdiction de couper du bois sur place).
Pratique de la pêche fermée en juillet et août.



LAC DE PÊCHE

Espèces aquatiques : truites sauvages et arc-en-ciel, perches, carpes, brochets, gardons, tanches, chevesnes, écrevisses, vairons, grenouilles.

Permis de pêche en vente à l'office de tourisme de Sallanches.

Concours de pêche organisés en saison par la Société de Pêche.

- ✓ Préau.
- ✓ Toilettes publiques.
- × Baignade interdite.
- ✓ Parking gratuit (limité à 1m90).
- ✓ Fontaine d'eau potable.



LAC DE PROMENADE ET DE NAVIGATION

Pratique de la planche à voile dans la zone sud et pêche dans la zone nord.

- ✓ Cabane d'observation des oiseaux d'eau et poissons.
- ✓ Pêche en float tube autorisée hors réserve.
- × Baignade interdite.
- ✓ Parking gratuit.
- × Canotage interdit.

La pratique de la planche à voile s'effectue aux risques et périls des usagers.

