



VTT ET RANDONNÉE  
MOUNTAIN BIKE AND HIKING

## HEUREUX DE PARTAGER CE CHEMIN ENSEMBLE

HAPPY TO SHARE THIS PATH TOGETHER



### À VTT · BIKING

- Laissez toujours la priorité au randonneur. Always give priority to the hiker.
- Faites-vous entendre rapidement avec votre clochette. Make yourself heard quickly with your bell.
- Lors de croisement, roulez à la vitesse du pas ou descendez du vélo. When crossing, ride at walking speed or get off the bike.
- Roulez prudemment, anticipez et adaptez la vitesse en particulier lorsque la visibilité est réduite. Drive carefully, anticipate and adjust speed, especially when visibility is reduced.
- Ne bloquez pas votre roue arrière pour ne pas endommager le chemin. Do not block your rear wheel to avoid damaging the path.



### À PIED · HIKING

- Vous avez la priorité, mais le vététiste a aussi le droit d'être sur ce chemin. You have the right of way, but the biker also has the right to be on that path.
- Marchez sur le bord du chemin si il y a assez de place pour permettre le croisement. Walk on the edge of the path if there is enough room to cross.
- Ne gênez pas les vététistes intentionnellement. Do not intentionally impede mountain bikers.
- Ne mettez pas des obstacles sur les chemins. Do not put obstacles on the paths.

**SOURIEZ! C'EST BON POUR LA SANTÉ!**  
SMILE! IT'S GOOD FOR YOUR HEALTH!

À Nax-Région, le VTT sur les chemins de randonnée est généralement autorisé, à moins que cela soit expressément interdit. In Nax Region, mountain biking on the hiking trails is generally allowed, unless expressly prohibited.



### NATURE & ENVIRONNEMENT

- Restez sur les chemins et n'écrasez pas les hautes herbes. Stay on the paths and don't run over tall grass.
- Ne coupez pas les contours. Do not cut the edges.
- Fermez les portails et ne nourrissez pas les animaux. Close the gates and do not feed the animals.
- Ramassez vos déchets. Pick up your garbage.



### SÉCURITÉ · SECURITY

- Ne partez pas seul et informez d'autres personnes de votre randonnée. Don't go alone and tell other people about your trip.
- Ne vous surestimez pas. Don't overestimate yourself.
- Tenez compte de la météo et des prévisions. Consider the weather and forecast.
- Équipez-vous correctement. Equip yourself properly.
- Ayez toujours un téléphone avec batterie rechargée. Always have a phone with a charged battery.

INFORMATIONS

NAX REGION  
WWW.NAX-REGION.CH

PARTENAIRE VTT · BIKE PARTNER



URGENCE · EMERGENCY

144



### légende des itinéraires :

- 3 villages (facile - sentier)
- Le Chiesso (facile - route forestière)
- 3 forêts (en boucle - facile - route forestière)
- Le clos de guidon (modéré - sentier) - extension Leiretta (difficile - sentier)
- Le Côpa - extension Erbio (modéré - sentier)
- Le Rimble (modéré - sentier) - extension Riva (difficile - sentier)
- stations de recharge e-bike

### échelle des difficultés :

Les difficultés ci-contre ne tiennent pas compte du niveau du biker. Veuillez vous référer aux détails de chaque itinéraire présentés sur le site internet de l'OT.



BIKE  
PLANET.CH