

# Espace VTT-FFC Vallons des Vosges

Circuits VTT - Mountain bike routes - Mountainbike routes - Mountainbike-Touren

# 48

## Le Sonray

SENS - Direction -  
Richtung - Richtung

Départ : Haut de Ménémont 88640 Laveline du Houx



Type : Boucle

Distance : 4,3 km

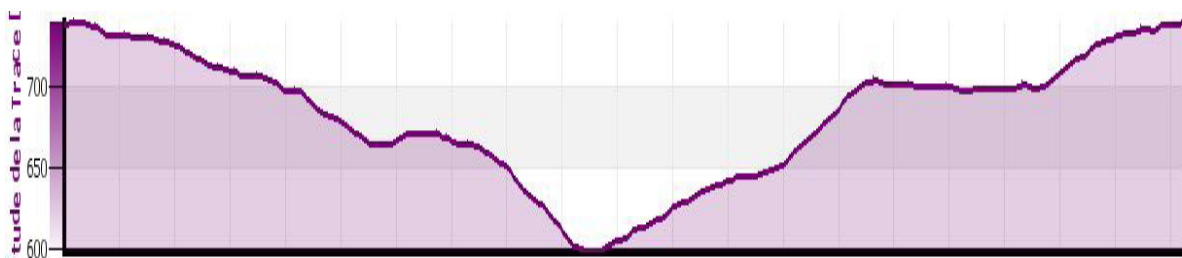
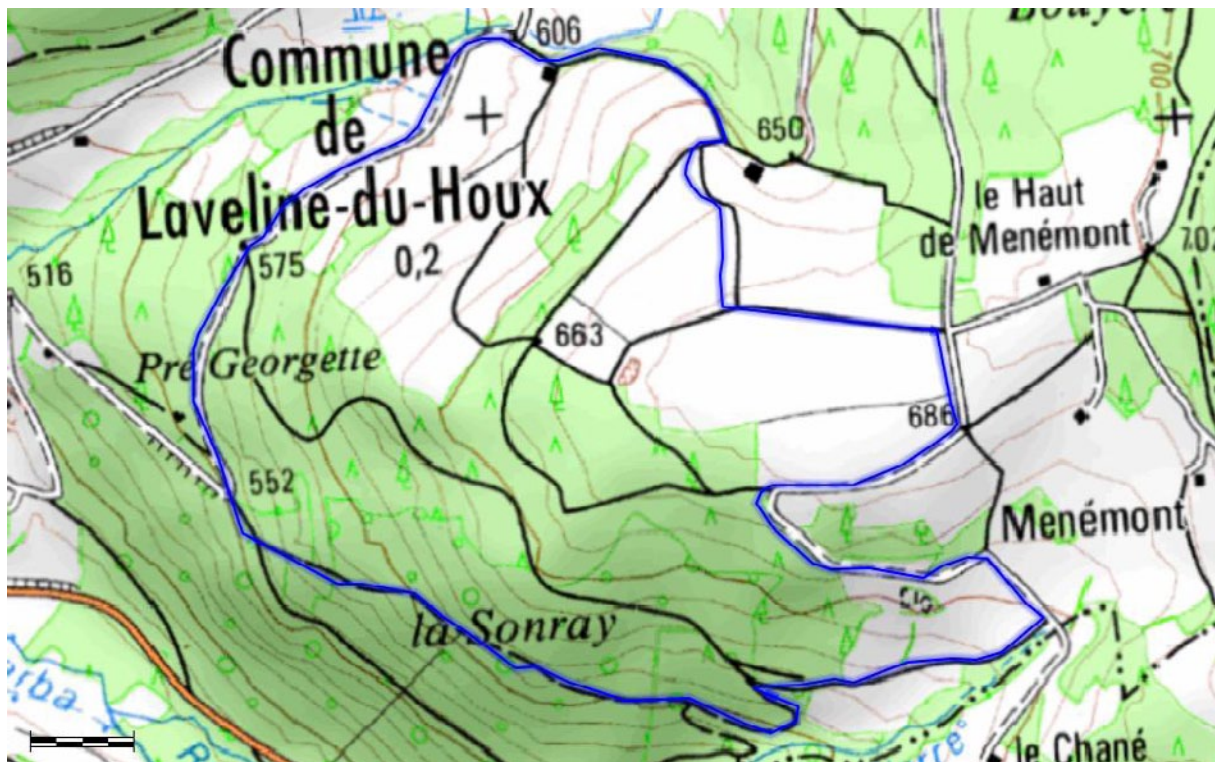
Dénivelé + : 148 m / Dénivelé - : 148 m

Balisage : **Balises rouges FFC**

Carte IGN : 3618 OT

Niveau circuit : Difficile

Durée : +/- 40 minutes



Nos circuits sont classés par couleur en fonction de la difficulté.

Our tours are color-coded according to difficulty.

De moeilijkheidsgraad van de routes worden aangeduid door vier verschillende kleuren.

Unsere Touren sind nach Schwierigkeitsgrad farbcodiert.

**très facile**

very easy  
zeer makkelijk  
sehr einfach



**facile**

easy  
makkelijk  
einfach



**difficile**

difficult  
uitdugend  
schwer



**très difficile**

very difficult  
zeer uitdagend  
sehr schwer



**Balisage**  
Marking  
Bewegwijzering  
Markierung



**Fausse route**  
Wrong way  
Verkeerde richting  
falsche Richtung



**Prudence**  
Caution  
Voorzichtig  
Gefahrenstelle



**Liaison**  
Link  
Verbindingsroutes  
Verbindungsrouen