

- RED ROCK MOUNTAIN BIKE TRAILS**
- 1 HAARD-RED | 24,5KM | LEVEL S1-S2 | TOTAL CLIMB 630M
  - 2 HAARD-BLACK | 27,6KM | LEVEL S2+ | TOTAL CLIMB 687M
  - 3 ELLERGRONN | 28,7KM | LEVEL S2 | TOTAL CLIMB 830M
  - 4 LALLÉNGERBERG - GAALGEBIERG | 36,5KM | LEVEL S2 | TOTAL CLIMB 1115M
  - 5 BELVAUX - DIFFERDANGE | 28,1KM | LEVEL S0 | TOTAL CLIMB 707M
  - 6 WEILER-LA-TOUR | 21,6KM | LEVEL S0 | TOTAL CLIMB 295M



**POINTS D'INTERÊT | POINTS OF INTEREST**

- MONUMENTS**
- A MINNETT PARK FOND-DE-GRAS | NIEDERCORN
  - B HAUTS FOURNEAUX | BELVAL
  - C MUSÉE NATIONAL DES MINES DE FER LUXEMBOURGEOISES | RUMELANGE
  - D MONUMENT NATIONAL DES MINEURS | KAYL
  - E CHÂTEAU D'EAU, POMHOUSE & CNA | DUDELANGE
  - F PARC MERVEILLEUX | BETTEMBOURG

**SPORTS RADICAUX | RADICAL SPORTS**

- T PUMPTRACK | BELVAUX  
1, Rue de la Poste | L-4477 Belvaux | every day 7h - 22h
- U KARTING | MONDERCANGE
- V DOWNHILL | RECKANGE-SUR-MESS  
Rue des Trois Cantons | L-4980 Reckange-sur-Mess | www.downhillreckange.lu
- W PUMPTRACK | MONDERCANGE  
Rue des Champs / Rue d'Esch | L-3921 Mondercange | every day 7h - 22h
- X RED ROCK SKATEPARK | SCHIFFLANGE
- Y SKATEPARK & DIRTLINE-SCHMELZ | DUDELANGE
- Z PARC L'EPH ADVENTURE | DUDELANGE

**PISTES CYCLABLES | CYCLING PATHS**

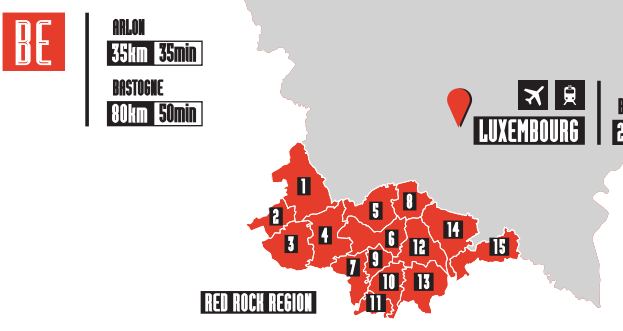
- 1 Piste cyclable des trois cantons | 54 km
- 2 Piste cyclable de la Terre Rouge | 20 km
- 3 Piste cyclable du Faubourg Minier | 15 km
- 4 Piste cyclable François Faber | 9km
- 5 Piste cyclable de l'Attart | 17km

**DE**  
 TRIER  
 65km 45-50min  
 SARRAUBACH  
 100km 70min

**COMMUNES**

- 1 KÄRLING
- 2 PÉRINGE
- 3 DIFFERDANGE
- 4 SANEM
- 5 RECKANGE-SUR-MESS
- 6 MONDERCANGE
- 7 ESCH-SUR-ALZETTE
- 8 LEUDELANGE
- 9 SCHIFFLANGE
- 10 KAYL
- 11 RUMELANGE
- 12 BETTEMBOURG
- 13 DUDELANGE
- 14 ROESER
- 15 FRISANGE

**FR**  
 METZ  
 150km 45min  
 LANGUY  
 23km 30min



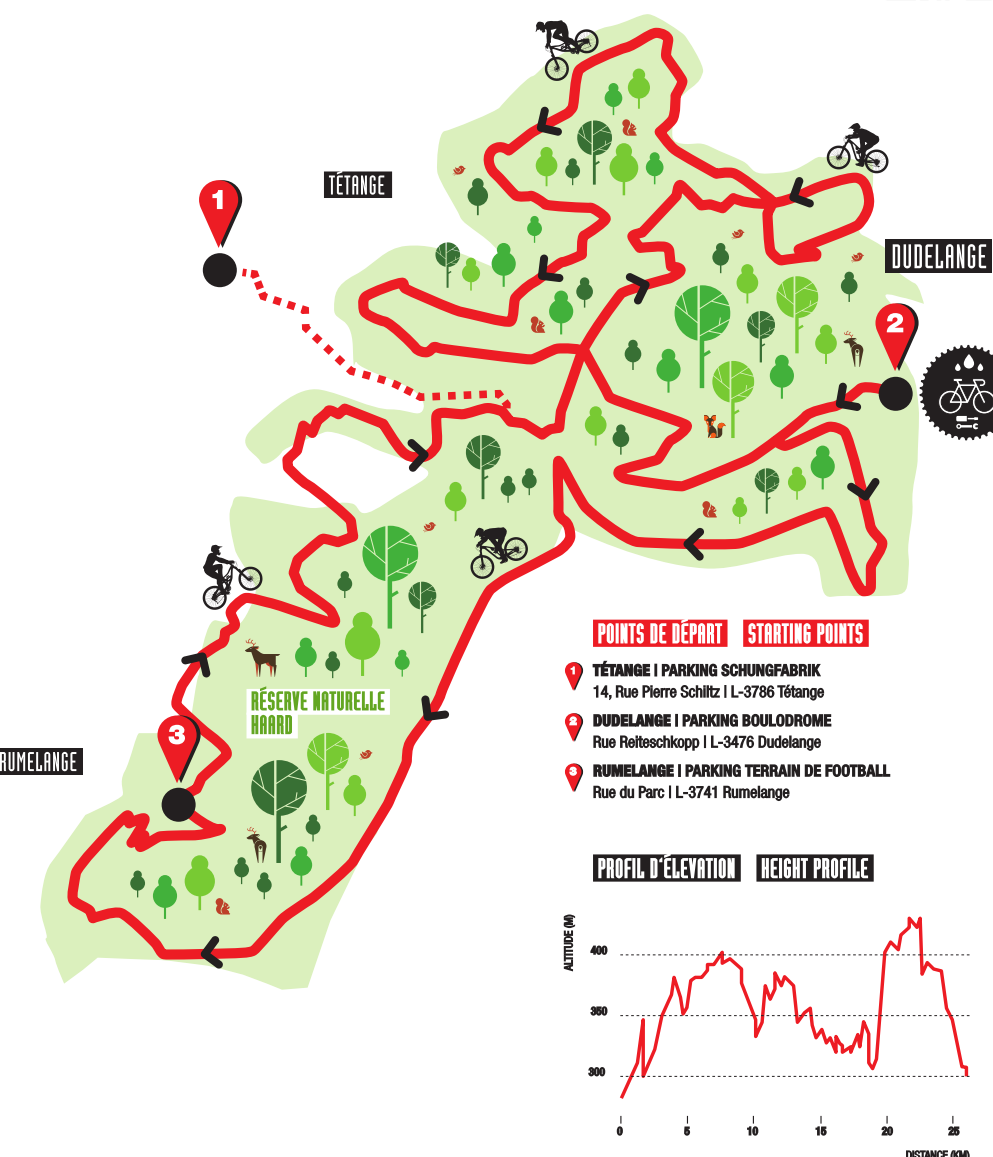
**SVP RESPECTEZ LA NATURE ET RESTEZ SUR LES CHEMINS BALISÉS  
 PLEASE STAY ON THE PATH AND RESPECT THE NATURE**

ECHELLE APPROXIMATIVE | APPROXIMATE SCALE 1 : 60,000



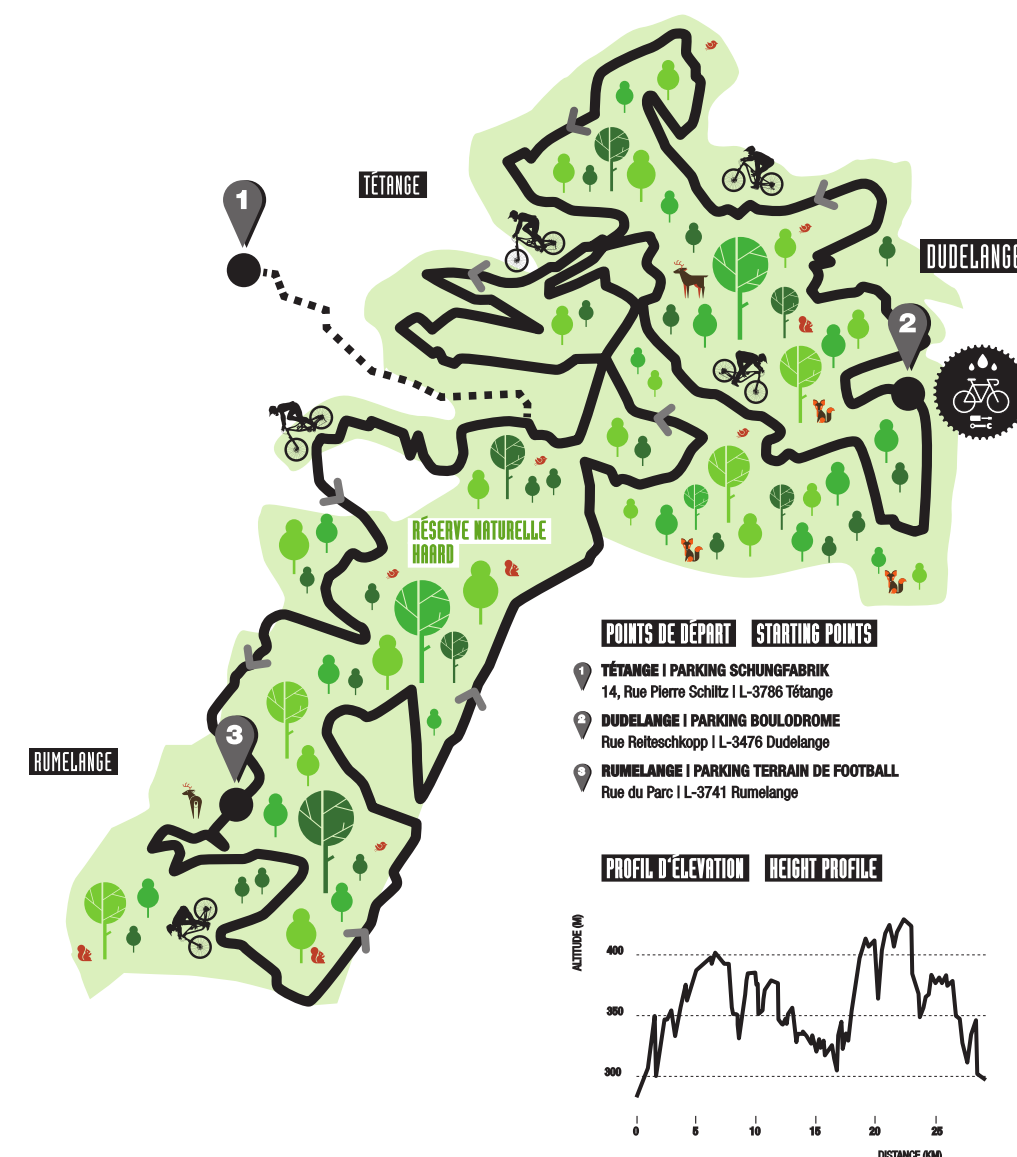
**1 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL HAARD-RED**

LEVEL S1-S2 | TOTAL CLIMB 630m  
120-150min  
24,5km

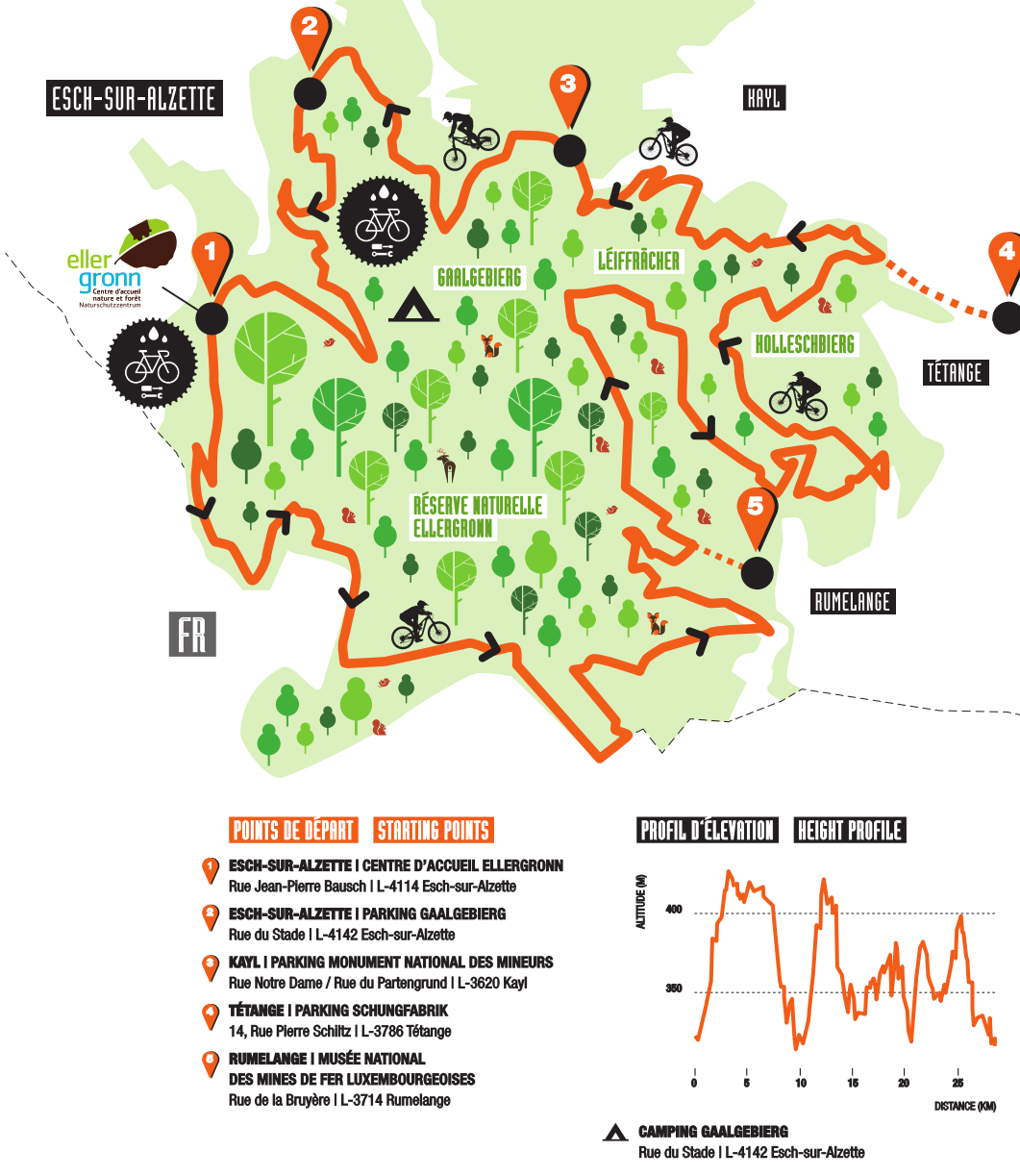
**2 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL HAARD-BLACK**

LEVEL S2+ | TOTAL CLIMB 687m  
120-150min  
27,6km

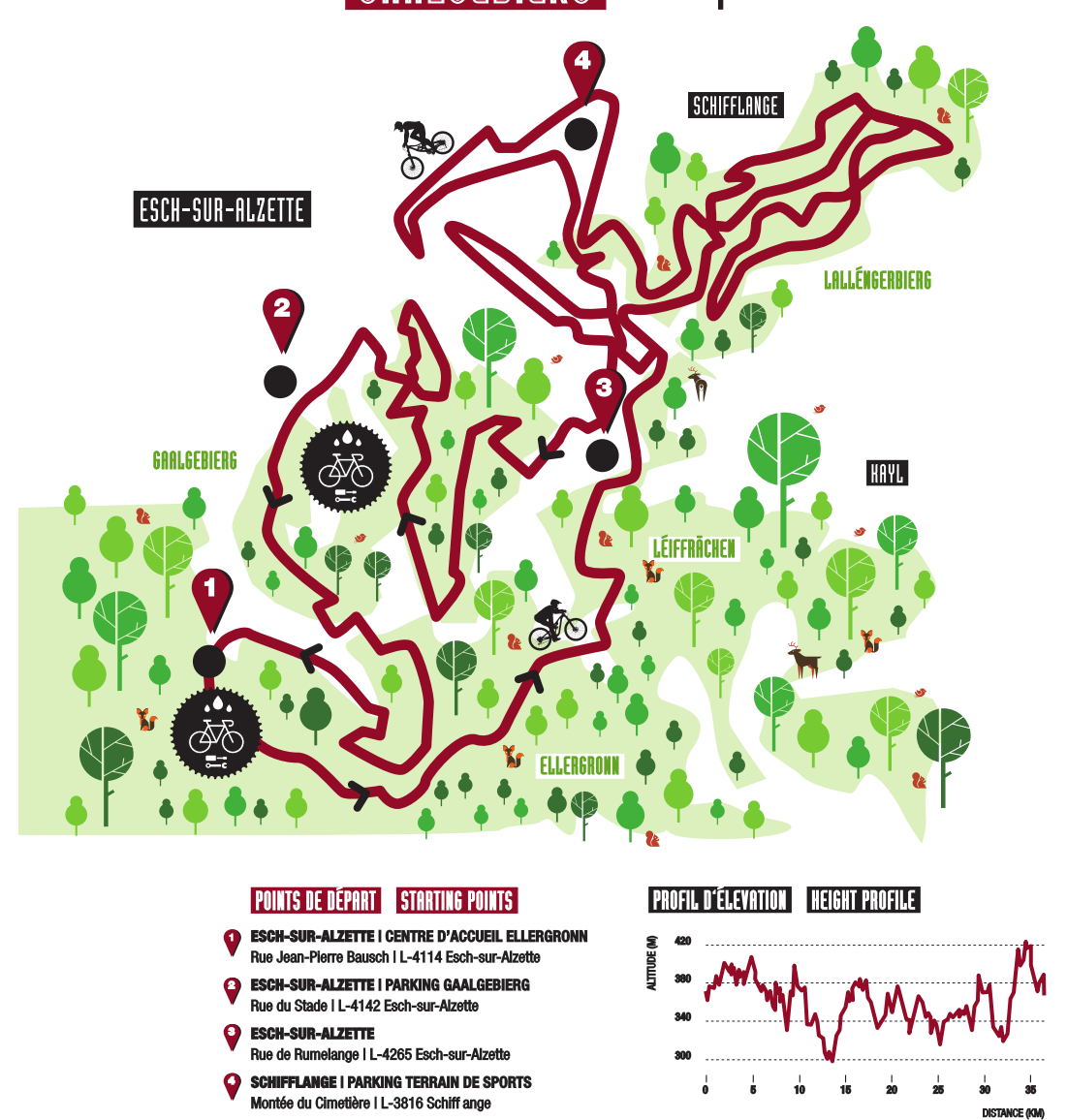
**3 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL ELLERGRONN**

LEVEL S1 | TOTAL CLIMB 830m  
150-180min  
28,7km

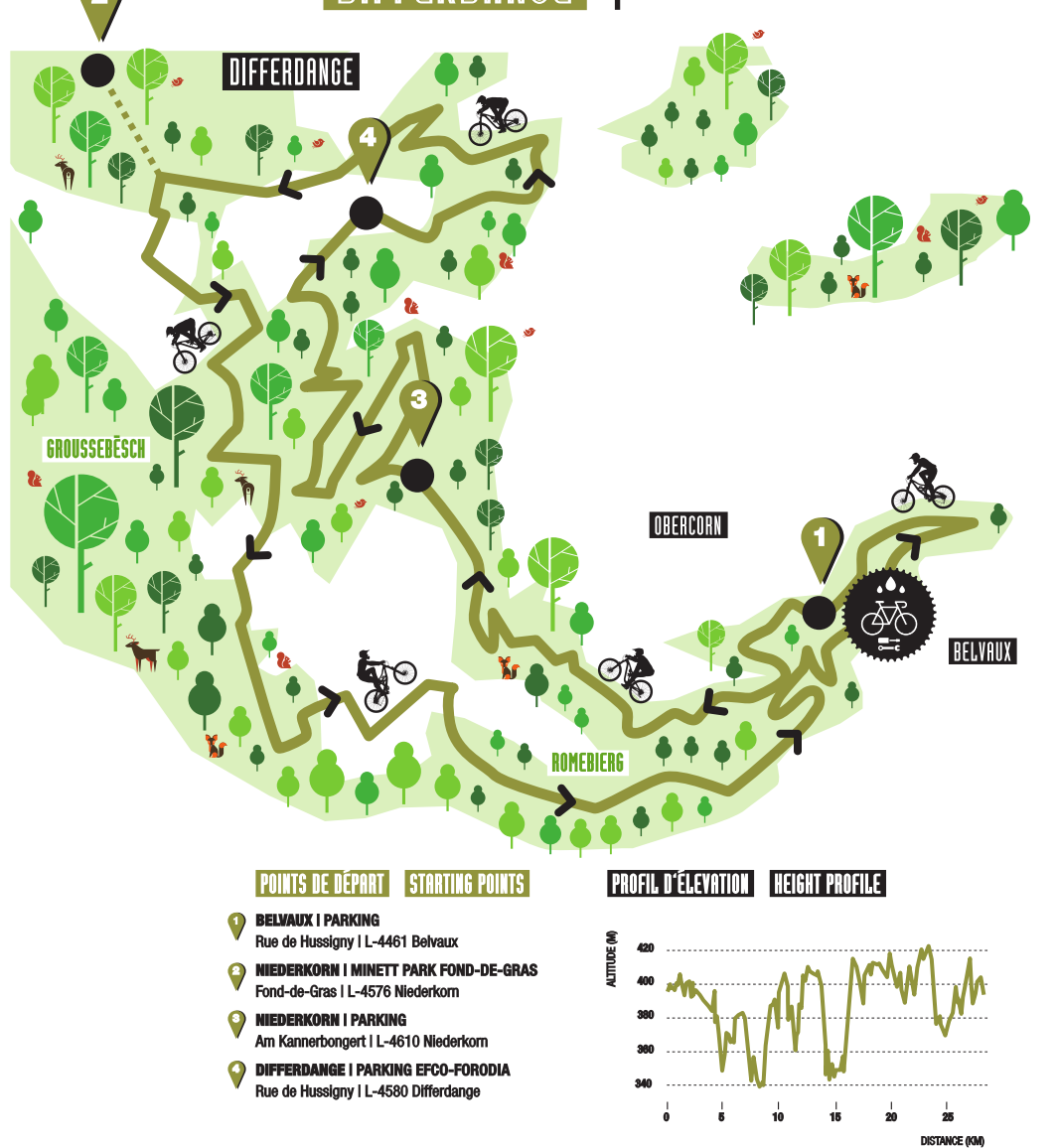
**4 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL LALLENGERBERG-GAALGEBIERG**

LEVEL S2  
TOTAL CLIMB 1115m  
180-200min  
36,5km

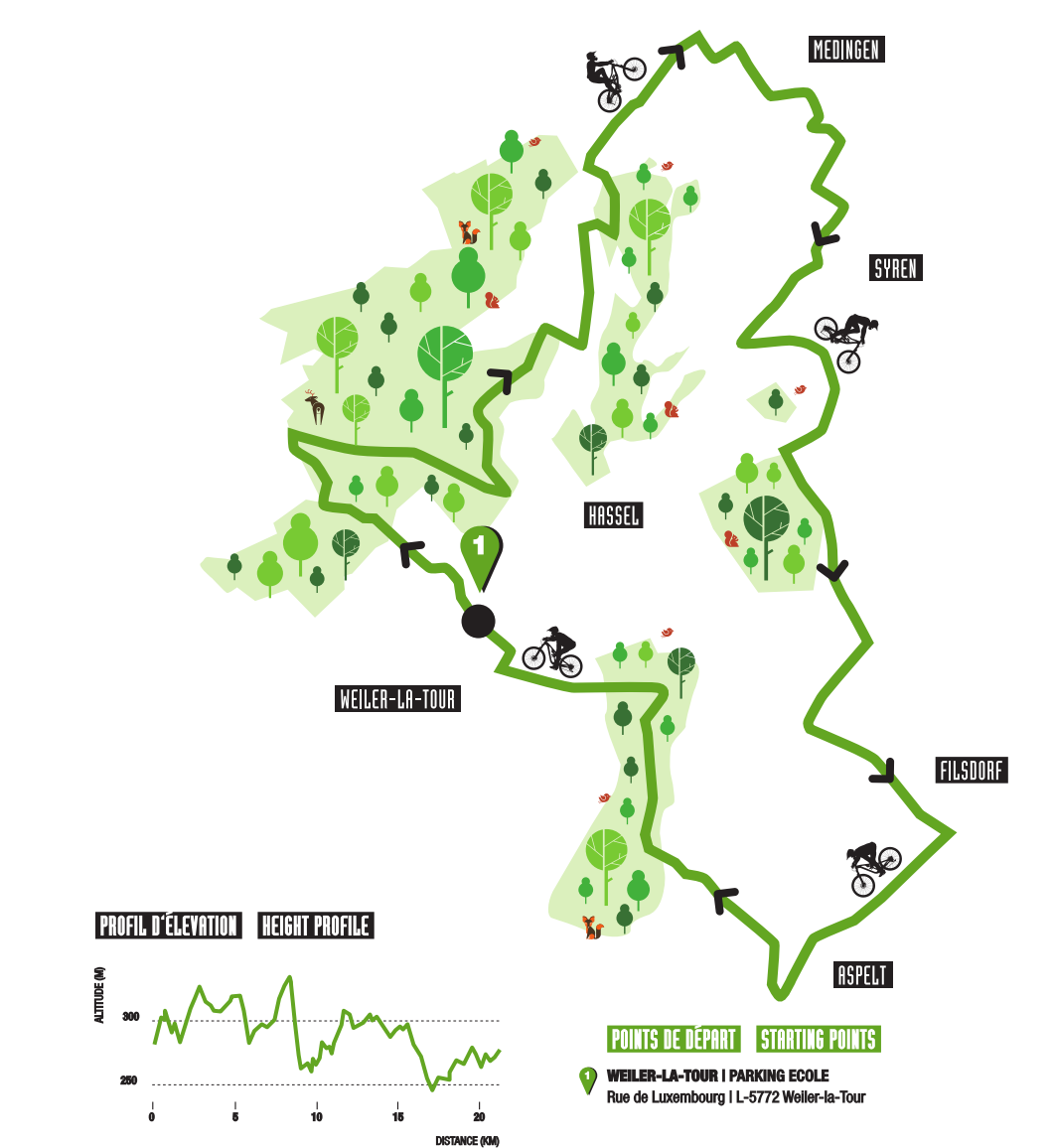
**5 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL BELVAUX-DIFFERDANGE**

LEVEL S0  
TOTAL CLIMB 707m  
120-150min  
28,1km

**6 REDROCK MOUNTAIN BIKE TRAIL WEILER-LA-TOUR**

LEVEL S0 | TOTAL CLIMB 295m  
120min  
21,6km

**NIVEAUX DE DIFFICULTÉ - LEVELS SO-S5**

**S0** Minérale sur large chemin, revêtement très stable, pas d'obstacles, petites pentes, vastes courbes, pas de qualités de pilotage requises.

**S1** Adhérence parfois irrégulière, quelques pierres et racines, petites obstacles, pentes < 40%, virages serrés, destiné aux pratiquants initiés.

**S2** Adhérence parfois limitée, grosses pierres et racines, sauts et marches, pentes < 70%, virages serrés, qualités de pilotage avancées requises.

**S3** Parcours glissants, éboulis, pentes escarpées, pentes > 70%, courbes serrées et en épingle, destiné aux pratiquants confirmés.

**S4** Parcours glissants, éboulis, pentes prononcées, marches hautes, courbes serrées et en épingle, destiné aux pratiquants experts.

**S5** Piste parsemée d'ombrières, parcours glissants, éboulis, pentes très raides, marches hautes, descentes > 70%, courbes serrées et en épingle avec obstacles, destiné aux pratiquants experts/compétiteurs.

**SINGLE TRAIL SCALE - LEVELS SO-S5**

**S0** Firm and even underground, no obstacles, small drops, wide curves, no particular riding skills required.

**S1** Loose undergrounds possible, stones and roots, small obstacles, drops < 40%, tight curves, basic riding techniques required.

**S2** Loose undergrounds, bigger stones and roots, drops and stairs, drops < 70%, sharp bends, advanced riding skills required.

**S3** Slippery undergrounds, loose scree, steep rocks, drops > 70%, narrow curves, very good riding skills required.

**S4** Slippery undergrounds, loose scree, steep ramps, barely rideable passages, narrow hairpin curves, perfect riding skills required.

**S5** Slippery undergrounds, loose scree, steep ramps, barely rideable passages in combination, drops >> 70%, narrow hairpin curves with obstacles, excellent riding skills required.

**BIKE STATIONS**

- Lavage du vélo
- Atelier de réparation
- Gonf age des pneus
- Washstation
- Fahrad-Reparatur-Station
- Lufpump
- Bike wash station
- Bike repair station



**bed + bike**

Choisir un établissement labellisé «bed+bike» est un gage de qualité d'accueil et d'infrastructure pour les touristes souhaitant visiter le Luxembourg à vélo. De plus, cela vous permet de rencontrer d'autres voyageurs animés par la même passion du vélo.

www.BEDANDBIKE.LU

If you choose to stay at a place with bed+bike label, you are assured of a warm welcome and the quality facilities you need to explore Luxembourg by bike. Plus you will meet other travellers who share your passion for cycling.

**CODE DE BONNE CONDUITE**

Pour votre sécurité, il suffit de respecter les règles suivantes

- N'oubliez jamais de laisser votre itinéraire à un proche
- Pensez à adapter votre vitesse à vos capacités
- Respectez scrupuleusement le code de la route
- Portez toujours un casque et contrôlez avant chaque tour votre équipement (trains, sonnette, phares)
- Veillez à avoir avec vous les outils nécessaires en cas de panne
- Une trousse de premiers soins n'est jamais inutile
- Respectez les propriétés privées et publiques
- Soyez prudents, des barrières peuvent se trouver sur votre chemin
- Respectez les promeneurs, piétons, la faune et la flore
- Né laissez aucun débris après votre passage
- Évitez les sentiers et chemins où des panneaux vous indiquent des battues

**CODE OF GOOD CONDUCT**

For your own safety, please follow a few basic rules

- Never forget to let somebody reliable know where you are going
- Always adjust your speed to suit your ability
- Scrupulously abide by the Highway Code
- Protect your head with a helmet and always check the equipment before starting a tour (brakes, bell, light)
- Ensure that you have the tools necessary to deal with a break-down
- A first-aid kit is never too much
- Respect private and public property
- Be careful, there may be obstacles along your route
- Respect walkers, pedestrians, wildlife and nature
- Never leave rubbish behind
- Avoid paths where signs indicate hunting



**USEFUL INFORMATION**

**BUS | TRAIN - INFO POINT**  
Gare Belvaux/Université | Train Station Belvaux/University  
(Mo-Fr) 7h - 19h | T. +352 24 65 24 65  
www.mobilitat.lu

**BUY TICKETS: APP**  
www.of.lu

**TRAIN**  
BUS | T. +352 57 42 32 | www.flo.lu

**OFFICE RÉGIONAL DU TOURISME SUD**  
T. +352 27 54 6991  
info@redrock.lu | www.redrock.lu

**FACEBOOK: /RedRockRegion**  
**INSTAGRAM: @redrockregion**  
**#visitredrock**

Numéro d'urgence | Emergency number: 112