



# les 3 vallées

COURCHEVEL / BRIDES-LES-BAINS / MÉRIBEL  
SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE / LES MENUIRES  
VAL THORENS / MOÛTIERS & ALENTOURS



**12-13 DÉCEMBRE**  
VAL THORENS [page 2]



ÉVÉNEMENTS  
STATIONS  
MARCHÉS  
DE NOËL  
RACLETTE

ICE-CROSS  
SKI ALPINISME  
ESCALADE  
TÉLÉTHON

GUIDE  
GOURMAND  
SHOPPING  
VTT  
SAPINS

PORTRAITS D'ICI  
ANIMATIONS  
ÉCOLE  
DE SKI  
PISTES





HAUTE TECHNICITÉ

BAS CARBONE

MADE IN EUROPE

TRICOLOR propose des produits textiles pensés pour les professionnels de la montagne. La marque a été créée avec la volonté de proposer des produits technologiquement avancés en prenant en compte les enjeux environnementaux. De l'éco conception à la production made in Europe, en passant par la sélection de matières premières bio sourcées, nos produits allient technicité et impact bas carbone.

Conception : masceiro creations



Tous nos modèles sont notés A à l'écoscore



TRICOLOR est une marque distribuée par :  
Zone Alpine Pro 800 Rue de l'Énergie, ZAC du Château, F-73540 La Bathie

# SOMMAIRE

<b>METEO</b>	SAMEDI		4° -5°
	DIMANCHE		-6° -8°
	LUNDI		-7° -15°
	MARDI		-7° -17°
	MERCREDI		-7° -16°
	JEUDI		-4° -10°
VENDREDI		-8° -17°	

Attention: la météo n'est pas une science exacte.



**OUKISON?**  
**PAUL & RENÉ**  
Serez-vous capables de trouver Paul & René dans notre magazine?  
(hors 1<sup>er</sup> de couverture et sommaire)

DANS LE N°446, PAUL SE CACHAIT EN PAGE 13, ET RENÉ EN PAGE 3.

Envoyez-nous votre réponse à [jeu@infosnews.fr](mailto:jeu@infosnews.fr), (avec n° de page et descriptif de l'endroit). Si vous les avez trouvés, vous ferez partie de notre tirage au sort de fin de saison pour gagner l'un des lots mis en jeu cette année : masques de ski / Lunettes solaires / bonnets / invitation restaurant... Un florilège de cadeaux sympas et pratiques en montagne!

Jeu gratuit sans obligation d'achat. Le participant doit envoyer un mail à [jeu@infosnews.fr](mailto:jeu@infosnews.fr) en précisant, avant le dernier jour de la période couverte par le numéro en cours (date indiquée en couverture), la position exacte (page, article, publicité...) de René et Paul dans le magazine, hors première de couverture, sommaire et pages jeu + nom / prénom / âge / adresse postale / lieu où il a trouvé le magazine infosnews / statut: saisonnier, résident à l'année, vacancier. Tirage au sort parmi les bonnes réponses en fin de saison d'hiver. Conformément à la loi «informatique et libertés» du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous pouvez avoir accès et rectifier les informations qui vous concernent en vous adressant à [contact@infosnews.fr](mailto:contact@infosnews.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.

## LES 3 VALLÉES INFOSNEWS N°447 6 DÉCEMBRE 2024

245 Rue de la Combe de l'Adret - Chef-Lieu - 73350 Montagny  
+33 (0)4 79 410 410  
[infosnews.fr](mailto:infosnews.fr) • [contact@infosnews.fr](mailto:contact@infosnews.fr)  
**ÉDITEUR INFOSNEWS** - Siren 818 149 395.  
**GÉRANT** : Gaëtan Blanrue  
**DIRECTRICE D'EXPLOITATION** : Sabrina Maitre  
**RÉDACTRICE EN CHEF** : Enimie Reumaux  
**RÉDACTION** : Caroline Bernard / Émilie Haensler / Céline Leclair (indépendante) / Fanny Nayrolles / Enimie Reumaux  
**TRADUCTION** : Katrien Servranckx (indépendante)  
**GRAPHISME** : Ludovik Hencze / Marianne Gay  
**PUBLICITÉ** : Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre / Caroline Bernard / Émilie Haensler  
**IMPRESSION** : Lorraine Graphic  
◆ Publi-rédactionnel

Crédits photos : Infosnews, sauf mention contraire



### LE MUST TO DO !

2 – La coupe du monde de ski-cross, à Val Thorens

### NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 4 – Le plan des pistes
- 6 – **Shopping** : Spécial Made in Tarentaise
- 7 – Les 10 commandements de la raclette
- 8 – Association Les 3 Vallées : mission promotion
- 10 – L'actu des champions
- 11 – **Le saisonnier de la semaine** : Hansley L'Espérance, à Val Thorens
- 12 – La magie des marchés de Noël en Tarentaise

### COURCHEVEL – LA TANIA

- 13 – La Saulire, le grand retour
- 14 – **Championne** : Emily Harrop, en ski alpinisme
- 16 – Ski Service-Ski Set : allons enfants de la fratrie

### BRIDES-LES-BAINS

18 – Hugo et Frédéric, jusqu'à Istanbul à vélo

### MÉRIBEL

- 20 – Coupe de France de ski alpinisme
- 21 – Un opening de folie!
- 22 – **Métier** : Géraldine Bau, directrice de restaurant d'altitude

### SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

24 – Cap sur un bel hiver

### LES MENUIRES

- 27 – Un bouquet de pistes pour fêter l'ouverture
- 28 – Les festivités, d'un bout à l'autre de la saison

### VAL THORENS

- 31 – Ice-cross, prêts pour le grand show ?
- 32 – **Champion** : Pierre Paturel, handballeur du CSMBH

### MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 34 – Fais ton marché pour Noël à Bozel
- 34 – **Be-Cause** : Un concert solidaire
- 35 – **Be-Cause** : Le ski pour tous
- 36 – Mon beau sapin, roi des forêts
- 38 – Rêve de blocs, trouvons chausson à nos pieds!

### GUIDE GOURMAND

- 41 – Notre sélection de bonnes tables
- 42 – **Coup de fourchette** : La Petite Bergerie, à Courchevel Le Praz
- 40 & 46 – Les recettes gourmandes



10-31-1-404 / PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT / PEFC-FRANCE.ORG  
Tous les produits Infosnews s'inscrivent dans une démarche éco-responsable, respectueuse de l'environnement.



LES 3 VALLÉES COURCHEVEL BRIDES-LES-BAINS MÉRIBEL BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN BELLEVILLE - VAL THORENS MOÛTIERS / BOZEL ... GUIDE GOURMAND



COUPE DU MONDE DE SKI-CROSS

# COURSE folle

12 & 13  
DÉC.

À VAL THORENS



JE CONNAIS  
LA PISTE **PAR  
CŒUR !**

**MELVIN,**  
LE LOCAL DE L'ÉTAPE

**Rencontre avec Melvin Tchiknavorian, du club des sports de Val Thorens et membre de l'équipe de France, qui vise les podiums cet hiver.**

*Quels sont tes objectifs pour cette saison ?*

Retourner sur les podiums le plus possible. On a Val Thorens en décembre, puis on reprend en mars avec beaucoup de courses (une vingtaine cette saison) et les Championnats du monde. Mon but est d'être très bon quand je suis en forme, et de limiter la casse quand ça va moins bien ! L'idée est d'engranger un max d'expérience.

*Un mot sur la piste de Val Thorens...*

C'est en endroit très particulier pour moi, car c'est à la maison, il y a toujours les amis et la famille qui viennent. C'est aussi là où j'ai commencé le ski-cross, mes premiers entraînements, mes premières courses... Je connais la piste par cœur : un long plat tout en haut, avec souvent du vent, puis on arrive dans une partie plus technique avec des virages injectés. Un de mes parcours préférés de l'hiver !

*Courir à la maison : motivation ou pression ?*

Il y a les deux. Le côté stressant de la première course, on ne sait pas trop ce qu'on vaut, ni les autres... Et d'un autre côté, on est à la maison, ça fait plaisir de revoir tout le monde, c'est galvanisant.

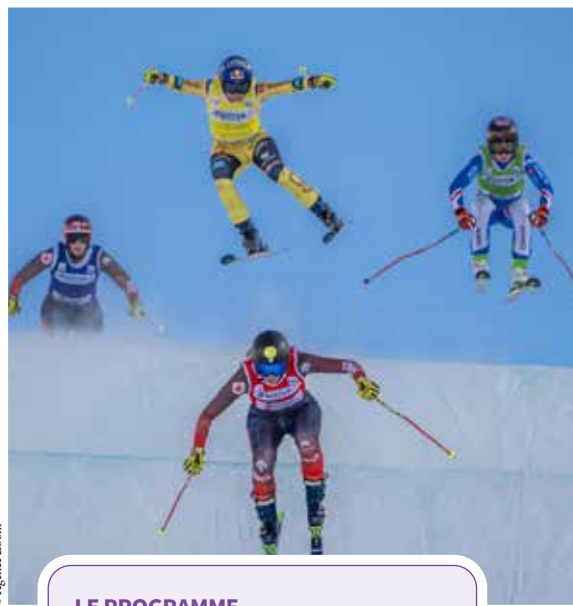
**Événement incontournable dans le calendrier des sports d'hiver, la coupe du monde de ski cross reprend ses droits les 12 et 13 décembre pour sa 12<sup>e</sup> édition valthorinoise. Poussées d'adrénaline, spectacle de haut vol, ambiance festive... Vous n'allez pas manquer ça ?**

Le ski-cross, vous ne savez pas ce que c'est ? Né à la fin des années 1990 aux États-Unis, le ski-cross est devenu une épreuve olympique depuis les Jeux d'hiver de Vancouver en 2010. La recette de cette discipline spectaculaire ? Faire mijoter quatre skieurs simultanément sur un parcours assaisonné de divers obstacles : bosses, tremplins... et on relève de quelques virages. À servir bien givré bien sûr !

Le tracé exigeant met à l'épreuve la technique, la vitesse et la stratégie des compétiteurs, offrant un spectacle palpitant aux spectateurs. La règle est simple : seuls les deux premiers de chaque descente sont qualifiés pour l'étape suivante et ce jusqu'à la grande finale !

Les 12 et 13 décembre, la station de ski la plus haute d'Europe s'apprête à vibrer au rythme de la 12<sup>e</sup> édition de la coupe du monde de ski-cross. Le parcours, conçu par le champion olympique Jean-Frédéric Chapuis, mettra les skieurs au défi, le tout dans un cadre majestueux au cœur de la station.

À noter une petite nouveauté cette année dans le tracé, avec un départ décalé dû au remplacement du télésiège des 2 Lacs par une toute nouvelle télécabine. (C.L.)




## LE PROGRAMME

**Judi 12 décembre**  
Finales de 14h à 15h30 :  
Hommes & Dames

**Vendredi 13 décembre**  
Finales de 12h30 à 14h :  
Hommes & Dames

**Et les deux jours**  
De 9h à 16h : Animations, ski test, espace partenaire, buvette et musique sur le village officiel au niveau du stade de ski-cross.

 Ski cross, born in the late 1990s in the United States, became an Olympic event at the 2010 Vancouver Winter Games. This thrilling discipline puts four skiers against each other on a course filled with jumps, bumps, and short turns, testing their technique, speed and strategy. On 12 and 13 December, Europe's highest ski resort hosts the 12th edition of the Ski Cross World Cup, with a challenging course designed by Olympic champion Jean-Frédéric Chapuis, accompanied by live music, animations, ski testing...

 **COUPE DU MONDE DE SKI-CROSS • VAL THORENS**

Stade de ski-cross Jean-Frédéric Chapuis  
+33 (0)4 79 00 08 08 • valthorens.com



**RESTAURANTS SUR LES PISTES**

- 1 Ineos Club House +33 (0)4 79 00 12 44
- 2 La Cabane des Skieurs
- 3 Il Rifugio +33 (0)4 79 08 98 98
- 4 Le Blanchot +33 (0)4 79 00 55 78
- 5 Le Plan des Mains +33 (0)4 79 07 31 06
- 6 La Buvette de Tueda +33 (0)4 79 00 45 08
- 7 Le Corbeleys +33 (0)4 79 08 95 31

- 8 La Ferme de Reberty +33 (0)4 79 00 77 01
- 9 Les Chalets du Thorens +33 (0)4 79 00 02 80
- 10 Le Caribou +33(0)6 03 45 62 23
- 11 Le Chalet de la Marine +33 (0)4 79 00 11 90
- 12 Le Chalet des 2 lacs +33 (0)4 79 00 28 54

**PARAPENTE • BAPTÊME DE L'AIR**

L'Atelier du Vent +33 (0)6 71 90 21 95  
 atelierduvent.com



VERSANT OREILLE



FACILE Easy	DIFFICULTÉ MOYENNE Average difficulty	DIFFICILE Difficult	TRÈS DIFFICILE Very difficult	TÉLÉSKI / TAPIS Drag Lift / Magic carpet	PISTE DE LUGE Sledge run	PORTIONS PLATES Fast sections	TÉLÉSIÈGE Chairlift	TÉLÉSIÈGE À BULLE Chairlift with bubbles	TÉLÉBENNE Cable car	TÉLÉCABINE Gondola	FUNTEL Cable car	SECOURS / INFORMATION First aid / Information Point	RESTAURANT D'ALTITUDE Mountain restaurant	WC PUBLICS Public toilets	AIRE DE PIQUE-NIQUE Picnic area	SALLE DE PIQUE-NIQUE Ski lift	ALTISURFACE Airfield	TYROLIENNE Zip line	VUE INCONTORNABLE Panoramic view	PASSERELLE PANORAMIQUE Panoramic pass	ZONE SKI & FUN Ski & Fun area	ZONE SKI & CHALLENGE Ski & Challenge area	BASCULE 3 VALLÉES 3 Vallées Link	SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES Iconic 3 Vallées Peak
----------------	--	------------------------	----------------------------------	---	-----------------------------	----------------------------------	------------------------	---	------------------------	-----------------------	---------------------	--	--	------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-------------------------	------------------------	-------------------------------------	--	----------------------------------	--	-------------------------------------	--

**LES 3 VALLÉES À PORTÉE DE MAIN  
 LAISSEZ-VOUS GUIDER**

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH  
 LET US GUIDE YOU



- PLANS  
MAPS
- WEBCAMS
- POINTS D'INTÉRÊTS  
POINTS OF INTEREST
- OUVERTURES  
LIFT STATUS
- FORAITS  
SKI PASSES
- RESTAURANTS

Download on the  
App Store

GET IT ON  
Go ogle Play

LES 3 VALLÉES  
 COURCHEVEL - BRIDES-LES-BAINS  
 MÉRIBEL  
 BELLEVILLE - MÈNUIRES / ST MARTIN  
 BELLEVILLE - VAL THORENS  
 MOUTIERS / BOZEL ...  
 GUIDE GOURMAND

# SPÉCIAL SHOPPING

## MADE IN TARENTAISE

Il est bon mon saucisson ! Quel beau fromage en direct des alpages ! Les bons produits Made in Tarentaise pour faire le plein de saveurs locales, c'est ici...

### TROP FORT, CE BEAUFORT

Fromage local par excellence, le beaufort AOP se caractérise par ce goût fruité inimitable, sa texture fondante et ses arômes subtils. Le lait dont il est fait, provient exclusivement de deux races de vaches montagnardes locales : les tarines et les abondances.



BEAUFORT HIVER, ÉTÉ, ALPAGE, EN TARENTAISE  
DÈS 21€/KG

### ON EN FAIT DES TARTINES

A tartiner sur du bon pain, la tarentine est une préparation fromagère à base de sérac et de beaufort AOP, délicatement parfumée à l'ail des ours qui vous surprendra par sa fraîcheur et sa douceur en bouche.



COOPÉRATIVE LAITIÈRE HAUTE TARENTAISE  
3,70€ LE POT DE 150G

### CHAUD DEVANT !

Soupe La Rebloch' (au bon goût de tartiflette !), aux orties, à l'ail des ours ou Soupe du skieur (5 fruits et 5 légumes à déguster dans ce breuvage)... le plus dur sera de choisir sa saveur pour un moment réconfortant après le ski.



LO CORTI, À BOURG-SAINT-AURICE  
8,50€

### OH, MON DIOT !

Nature, fumé artisanalement, sec... le diot est une saucisse de Savoie, à base de porc que l'on peut cuisiner de multiples façons : au vin blanc, au barbecue, avec des crozets... Et même déguster sec en apéro !



SALAIISON LA DENT DU VILLARD GUY GROS  
LE VILLARD DU PLANAY

### ÇA VA FAIRE MALT...

Brassées dans la vallée des Belleville, au Châtelard, les bières bio Bráva Vela se déclinent en blonde (La Belleville), brune (La Masse), blanche (La Thorens, qui a reçu deux fois la médaille d'argent au Concours international de la ville de Lyon), IPA et même à la framboise (La Framboisette).



BIÈRES BRÁVA VELA, LES BELLEVILLE  
DÈS 3,50€

### TCHIN, TCHIN !

Pour conclure un bon repas en douceur, la tisane Tchín des cimes est parfaitement recommandée. Composée de plantes sauvages comme le framboisier, l'ortie, le sureau, l'hysope... elle offre à votre corps une pause bienfaisante... (C.L.)



ORTIE MENTHE • 8,50€ LES 30G  
CHAMPAGNY, PRALOGNAN, BOURG-SAINT-AURICE

Prix publics conseillés par les fabricants

— LES 3 VALLÉES —

## LES 10 COMMANDEMENTS



## de la raclette



Ce vendredi 13 décembre, c'est votre jour de chance... Eh oui, c'est la journée mondiale de la raclette ! Alors que s'ouvre la saison d'hiver dans les stations, voici quelques recommandations pour savourer, au présent comme sur la durée, cet incontournable de la gastronomie alpine.

### LA TOP QUALITÉ, TU PRIVILÉGIERAS

Direction la coopérative laitière ou la fromagerie locale qui sélectionne ses petits fromages avec amour. Pour la quantité, c'est 200 grammes minimum par personne. Pour la charcuterie, c'est pareil, on ne lésine pas sur la qualité, et en plus il y a le choix en Savoie !

### LE BON APPAREIL, TU CHOISIRAS


Appareil familial à poêlons ou duo à la bougie, appareil suisse pour faire fondre un gros morceau de meule ou grill de la cheminée... Tant que ça fond, on a tout bon.

### LA DIVERSITÉ, TU ESSAYERAS

Au foin, au poivre, au cumin, au piment d'Espelette... Allez, on se lâche et on teste des mélanges. Morbier, tomme, chèvre... Mais oui, tout ce qui fond, c'est trop bon !

### LA SPATULE EN BOIS, TU N'OUBLIERAS PAS

On ne racle pas son poêlon avec un couteau ou sa fourchette, malheureux ! Tu ne veux quand même pas abîmer ton appareil fêtiche...

 Friday, 13 December, it's World Raclette Day ! Opt for top-quality local cheese (200g/person) and cold meats. Choose the right fondue set as long as it melts. Experiment with diverse flavours like cumin or goat cheese, grilled vegetables and seafood. Don't forget to wear stretchy pants... Use wooden spatulas to protect your gear, and ventilate before going to bed. Pair with a dry white wine or fruit red, and end with a light dessert. Enjoy !

### JOURNÉE MONDIALE DE LA RACLETTE

En Savoie, la raclette est une Indication géographique protégée (IGP). Retrouvez recettes, infos et conseils sur [raclette-de-savoie.fr](http://raclette-de-savoie.fr)

### LES FENÊTRES, TU OUVRIRAS

Pour éviter l'effet « hammam senteur vestiaire de gymnase », une petite aération n'est jamais superflue.

### LES VÉGÉTARIENS, TU CONVIERAS

Petits légumes, poissons fumés, crevettes... Finalement tout se grille ou accompagne parfaitement le fromage fondu ! C'est le moment d'expérimenter de nouveaux goûts et des textures originales.

### LE PANTALON TAILLE ÉLASTIQUE, TU REVÊTIRAS

Un bon legging ou un vieux jogging feront l'affaire. Évitez également les t-shirts à manches bouffantes ou chauve-souris, sauf si vous voulez enflammer la soirée et vous avec...

### DU VERT, TU PRÉVOIRAS

Salade et cornichons apportent toujours un peu de croquant et de fraîcheur... et de déculpabilisation : ça fait toujours 2 légumes... Allez, 3 avec les petits oignons !

### DES VERRES, TU PRÉVOIRAS AUSSI...

Pour accompagner tout ce fromage, on privilégie le blanc sec qui apportera de la fraîcheur. Vous êtes plutôt rouge ? Ok, alors plutôt un fruité, comme un gamay.

### UN DESSERT LÉGER, TU CUISINERAS

Évitez le kouign amann en dessert, l'exposition au soleil sur les pistes le lendemain vous transformerait en caramel mou ! (C.L.)



# ASSOCIATION LES 3 VALLÉES

## Mission promotion



CLAUDE JAY

### Claude, quelle est la vocation de l'A3V ?

Les 3 Vallées, c'est plus qu'une association, c'est tout une histoire qui s'est construite pas à pas... Sa vocation est multiple : promouvoir le territoire, travailler à la notoriété des 3 Vallées, avoir un rôle d'animation. C'est un outil formidable, une structure qui doit être fédératrice de tous les acteurs des 3 Vallées. On a plusieurs marques fortes dans nos stations, mais on est encore plus forts tous ensemble...

### Où en est l'association aujourd'hui ?

Un important travail a été effectué par l'équipe de l'association ces dernières années, notamment pour lancer l'agence de voyage et adapter nos outils de communication. Les résultats sont là, la partie commerciale fonctionne, on est dans les objectifs que nous nous sommes fixés.

### Et les chantiers de demain ?

On a parfois tendance à oublier la chance que nous avons d'être dans les 3 Vallées, qui a un tel rayonnement à l'international. Nous devons continuer à entretenir cette notoriété, et pour cela, plusieurs actions sont prévues, avec notamment de jolis événements en réflexion pour 2026. L'été doit aussi être une de nos préoccupations importantes pour l'avenir. Il y a sans doute plus de besoins ou d'enjeux qu'en hiver, où la saison se déroule naturellement. Nous devons utiliser les moyens actuels de nos territoires obtenus grâce à l'hiver, tous ensemble, pour enclencher la dynamique de l'été. Et je suis persuadé que les 3 Vallées, c'est la bonne échelle pour cela.

IL FAUT  
ENTREtenir  
NOTRE  
NOTORIÉTÉ



ALEXANDRE BOUET



### Alexandre, concrètement, comment fait-on rayonner Les 3 Vallées ?

L'association fonctionne avec un comité de direction qui définit les grands axes stratégiques et nouveaux projets, un comité de gestion qui porte le volet opérationnel, et bien sûr une équipe de 9 personnes, dirigée par Olivier Desaulty, qui se charge de la mise en œuvre. Les 3 Vallées, c'est un domaine immense (le plus grand), des paysages fantastiques, avec du ski à tous les étages. Notre slogan, Infinite Mountain Experiences, n'usurpe pas sa réputation...

### Travailler ensemble est la clé ?

Dans la réalité, il y a déjà beaucoup de connexions. Dès qu'une station porte un projet, le sujet déborde vite vers les voisins, donc l'échange entre nous est indispensable. Travailler ensemble, c'est une opportunité plus qu'une contrainte ! LA3V a un rôle de coordination. Nos clients doivent penser 3 Vallées : ça va de l'homogénéisation de la signalétique des pistes, à l'utilisation des logos ou l'organisation d'événements...

### Quelques exemples de ces collaborations ?

La création de 3 Vallées Travel, l'agence de voyage, a été un gros changement qui porte aujourd'hui ses fruits. La nouvelle application, plus moderne et fonctionnelle, vient d'être lancée en ce début d'hiver. En été, le sujet vélo est fédérateur, avec plein d'améliorations possibles. On pourrait aussi citer les thématiques environnementales, la collaboration avec le Parc de la Vanoise...

### Un retour sur les deux réunions de début de saison ?

Tout le monde ne sait pas forcément ce qu'il y a derrière l'A3V... D'où ce nouveau format de rencontres en ce début d'hiver, à destination d'abord des salariés des offices de tourisme, des mairies, des remontées mécaniques, puis des socio-professionnels des stations, pour rappeler les missions et le travail engagé. C'est une bonne occasion de nous croiser et de mieux nous connaître avant le rush de l'hiver. (E.R.)

À lire la semaine prochaine :  
les nouveautés de l'hiver dans les 3 Vallées



THIERRY SUCHET, OLIVIER DESAULTY, CLAUDE JAY,  
VINCENT ROLLAND & BRUNO PIDEIL

TRAVAILLER  
ENSEMBLE,  
C'EST UNE  
OPPORTUNITÉ



For 20 years, Association Les 3 Vallées (A3V) has promoted the world's largest ski area in France and abroad. Led by President Claude Jay, mayor of Les Belleville, and Vice-President Alexandre Bouet, director of Méribel Alpin, the association A3V focuses on enhancing the ski resort's reputation, coordinating stakeholders, and creating unity. Recent achievements include a booking platform and updated communication tools. Future plans aim to boost summer activities and global recognition through events.

ASSOCIATION LES 3 VALLÉES (A3V)  
les3vallees.com



# L'ACTU DES CHAMPIONS

Retour sur l'actualité sportive de nos champions des 3 Vallées qui représentent fièrement notre domaine tout autour de la planète... et en Tarentaise !



MARIE LAMURE

## SKI ALPIN

Coupe du monde • Killington (USA)  
SLALOM FEMME – 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE

17<sup>e</sup> **MARIE LAMURE** Courchevel

26<sup>e</sup> **CLARISSE BRECHE** Courchevel

GÉANT FEMME – 30 NOVEMBRE

16<sup>e</sup> **CLARISSE BRECHE** Courchevel

## SAUT À SKI

Coupe du monde • Ruka (Finlande)  
INDIVIDUEL HOMME – 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE

23<sup>e</sup> **VALENTIN FOUBERT** Courchevel

INDIVIDUEL HOMME – 30 NOVEMBRE

20<sup>e</sup> **VALENTIN FOUBERT** Courchevel

## SKI DE FOND

Coupe du monde • Ruka (Finlande)  
20KM MASS START H. – 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE

65<sup>e</sup> **RICHARD JOUVE** Méribel

SPRINT HOMME – 30 NOVEMBRE

36<sup>e</sup> **RICHARD JOUVE** Méribel

42<sup>e</sup> **RENAUD JAY** Les Menuires

10 KM INTERVAL START H. – 29 NOVEMBRE

27<sup>e</sup> **RICHARD JOUVE** Méribel

## HOCKEY-SUR-GLACE

Division 1  
30 NOVEMBRE

Home  
HCMP

Guest  
STRASBOURG

03

VS

05

HCMP - Mont-Blanc  
le 07/12 à 19h30 à Courchevel

GO BOUKS GO !

# LE SAISONNIER DE LA SEMAINE

VAL THORENS

## Hansley GRAIN DE SABLE ET FLOCON DE NEIGE

Si vous vous rendez au Beef & Lobster à Val Thorens, vous serez accueillis par Hansley qui entame sa deuxième saison en tant que responsable de salle. Originaire de l'Île Maurice et amoureux de la montagne, il nous raconte ses premiers pas en altitude et nous parle de son métier qui le passionne.

### Comment es-tu arrivé ici ?

Avant, j'étais responsable de salle dans de grands hôtels à l'Île Maurice. J'ai travaillé pendant des années au Shangri-la, un hôtel 5\* en bord de mer. Passionné de trail, j'ai toujours eu envie de vivre à la montagne. Le milieu de la restauration française m'attirait aussi. Quand j'ai eu cette opportunité de travailler à Val Thorens, j'ai sauté le pas.

### Pas trop dure, l'acclimatation ?

Ce n'était pas facile au début, mais je me suis habitué progressivement. Quand j'ai vu la neige pour la première fois, c'était Wahoo ! C'était un rêve de gamin qui se réalisait. Par contre, j'avais très peur de glisser sur la terrasse pendant le service. J'ai failli chuter une fois !

### Quel est le rôle d'un responsable de salle ?

Le responsable de salle est un peu le chef d'orchestre du restaurant. Il est là pour coordonner l'équipe et faire en sorte de proposer le meilleur accueil. Il faut apporter le sourire au client, faire en sorte qu'il se sente comme à la maison, répondre à tous ses désirs et même les devancer. Il est là aussi pour présenter les produits et les valoriser.

### Qu'aimes-tu dans ce métier ?

Le contact client avant tout. Faire en sorte de proposer un accueil personnalisé à chacun. Maintenant que j'entame ma deuxième saison d'hiver, je commence à bien connaître les habitués, je peux préparer la table en fonction de leurs préférences. Il faut avoir une bonne mémoire, mais surtout mettre beaucoup d'amour dans son métier.



### Profil

**Prénom :** Hansley  
**Nom :** L'Espérance  
**Âge :** 35 ans  
**Origine :** Île Maurice  
**Job :** Responsable de salle  
**Où :** Beef & Lobster  
**Station :** Val Thorens

### Des passions ?

Le trail ! J'ai fait presque tous les lacs de Val Thorens et des Menuires. J'ai adoré le lac du Lou et le lac Blanc. Ma deuxième passion, c'est le foot. En travaillant au Shangri-la, j'ai eu la chance de côtoyer de grands footballeurs comme Gianluigi Buffon, Marco Asensio et James Milner.

### Tu skies ?

J'ai commencé, mais très peu. J'espère profiter des pistes avant la fermeture de la saison !

### Si je te dis fromage ?

Je dis beaufort ! J'aime le fromage, mais le beaufort, c'est mon péché mignon.

### Un cri de guerre ?

Si mo envi, mo kapave ! Ce qui veut dire en créole mauricien : Si on veut, on peut ! (F.N.)

At Beef & Lobster, Hansley, 35 years old, originally from Mauritius, begins his second season as the restaurant manager. A mountain enthusiast and former Shangri-La hotel manager, he moved to Val Thorens for its French cuisine and alpine lifestyle. As a manager, he orchestrates the team, ensuring warm, personalized service. He loves the contact with the clients. Passionate about trail running, Hansley loves exploring the mountains.

© Juliette Rebour



© Manu Reyboz

# La magie DES MARCHÉS

NOËL EN TARENTEISE

Le grand bal des marchés de Noël continue en Tarentaise tout au long du mois de décembre. De Moûtiers à Saint-Martin-de-Belleville, chaque village dévoile un programme enchanteur mêlant artisanat, gourmandises et animations festives pour petits et grands.

À Moûtiers, le 7 décembre, la salle des fêtes et la place de l'hôtel de ville s'animent de 10h à 21h avec concerts, balades en calèche, marché d'artisanat (près de 50 exposants) et feu d'artifice. Le lendemain, direction Bozel où 51 exposants vous accueillent à la salle polyvalente, de 10h à 18h. Ateliers pour enfants, tombola et gourmandises promettent une journée conviviale. Le 15, c'est au tour du centre du village de Saint-Martin-de-Belleville de briller avec un marché artisanal de 10h à 18h, des ateliers créatifs pour enfants et un concert en soirée.

Et pour ceux qui viseraient des idées cadeaux de dernière minute, notez que le parvis de Bourg-Saint-Maurice s'illumine du 20 au 22 décembre pour trois jours de magie : animations, chasse au trésor et vin chaud réjouiront petits et grands. Pour la première fois, un marché de Noël se tient aux Menuires du 21 au 26, en après-ski de 16h à 19h sur la Croisette. Enfin, si vous êtes du côté de La Plagne, rendez-vous le 23 à Montchavin-les-Coches (rue principale, de 15h à 20h) ou à Montalbert (rue piétonne) pour peaufiner vos achats de Noël et profiter des animations. (F.N.)

From 7 to 23 December, festive Christmas markets light up the Tarentaise Valley. Highlights include concerts, workshops for children, arts and crafts, and fireworks in Moûtiers, Bozel and Saint-Martin-de-Belleville. The magic continues in Bourg-Saint-Maurice, Les Menuires and La Plagne for last-minute Christmas shopping.



## LES MARCHÉS DE NOËL EN TARENTEISE

- Moûtiers, le 07/12
- Bozel, le 08/12
- Saint-Martin-de-Belleville, le 15/12
- Bourg-Saint-Maurice, du 20 au 22/12
- Les Menuires, du 21 au 26/12
- Montchavin, le 23/12
- Montalbert, le 23/12



© Pixabay

# La Saulire, LE GRAND RETOUR

Ça y est, le mythique téléphérique de La Saulire reprend du service ! Avec sa vue panoramique à 360°, la balade suspendue à plus de 70m de hauteur s'annonce vertigineuse...

Après 3 ans de travaux et une rénovation en profondeur, c'est un voyage extraordinaire qui est proposé dans une cabine toute en transparence direction La Saulire. Fini le plexiglas, place à des parois en verre feuilleté pour admirer le panorama sur les glaciers de la Vanoise et le massif du Mont Blanc.

À 2740 mètres d'altitude, ce sommet majestueux est un lieu incontournable pour tous les amoureux de points de vue à couper le souffle et de pistes à n'en plus finir. Piste noire du Grand Couloir pour se challenger dans des pentes pouvant atteindre jusqu'à 85%, piste rouge de la Combe de la Saulire pour des sensations de ski inégalables, piste bleue des Creux pour une descente tout en douceur... à vous de choisir ! (C.L.)

After three years of renovation, a whole new transparent cabin is now accessible to take you to the top. At 2740m, La Saulire is worth a visit offering amazing views and varied slopes : the black slope Grand Couloir, the red slope Combe de la Saulire, and the blue slope Creux await all skiers.



## TÉLÉPHÉRIQUE DE LA SAULIRE

Ouverture dès le 6 décembre  
Inauguration le 12 décembre  
Infos sur [skipasscourchevel.com](http://skipasscourchevel.com)

© Alexis Brez



© Arthur Bertrand



© ASS

EN +

MARDI 10.12

Family Time • Jeux de plein air  
Family Time • Outdoor Games  
16h • Accès libre  
Courchevel 1550 • Front de neige

MERCREDI 11.12

Mascotte Party  
Mascots Party  
16h • Accès libre  
Parvis de l'Alpinium • Le Praz

VENDREDI 13.12

Escape Game Tico & Itzà  
Escape Game Tico & Itzà  
16h • Accès libre  
La Tania

Office de tourisme  
Courchevel

+33 (0)4 79 08 00 29  
[courchevel.com](http://courchevel.com)

LES 3 VALLEES  
COURCHEVEL  
BRIDES-LES-BAINS  
MÉRIBEL  
BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN  
BELLEVILLE - VAL THORENS  
MOÛTIERS / BOZEL ...  
GUIDE GOURMAND





© Arthur Bertrand

**EMILY HARROP**  
**LE SKI** *cristallin*

Après son troisième gros globe de cristal remporté la saison dernière, Emily rechausse les skis pour une nouvelle saison décisive, avec les JO 2026 en ligne de mire. Point d'étape juste avant le lancement des coupes du monde de ski alpinisme avec une première épreuve chez elle, à Courchevel...

*Les flops et les tops de la saison dernière ?*

Globalement, je suis très satisfaite de moi. Ce fût une saison pas évidente à gérer, car on a débuté tôt les courses. Je n'ai pas commencé de la manière que j'aurais aimée en coupe du monde à Val Thorens avec des problèmes matériels. Après, il y a eu une longue pause, puis je suis tombée malade aux championnats d'Europe, je n'ai pas pu faire les courses... Enfin, la saison s'est relancée avec des beaux enchaînements en coupe du monde, j'ai réussi à revenir à une bonne forme dans toutes les disciplines.

*Comment se passe ton entraînement d'intersaison ?*

Tout commence par un break de 3 semaines, sans programme. On reprend ensuite tranquillement les entraînements, on fait d'autres sports... L'été, on essaye de poser les fondements de l'entraînement en vélo ou à pied, on vient greffer les intensités, et à partir de l'automne, on va vers des choses plus spécifiques : marche bâton, ski-roue, muscu... jusqu'à la remise des skis !

*Quels sont tes objectifs ?*

Cette saison est importante car qualificative pour les Jeux olympiques 2026. Mon objectif est d'avoir de la consistance, de la régularité, dans les disciplines olympiques, sprint et relais. J'ai aussi les championnats du monde en ligne de mire.

*Niveau discipline, as-tu des préférences ?*

Elles sont très différentes en ski alpi, et jusqu'à maintenant, j'ai la chance d'être polyvalente. L'individuel, c'est celle que j'ai fait en premier : les racines du ski alpi, j'adore la technicité et l'effort. Le sprint, c'est un vrai jeu, il y a une notion de performance, c'est athlétique... Et le relais, à deux, c'est trop cool, car il y a l'aspect collectif, on court pour l'équipe. Chacune a sa beauté !

*Les JO 2026, plutôt en mode pression ou motivation ?*

Un peu des deux ! Je suis hyper motivée, j'ai envie de saisir l'opportunité, et forcément ça met la pression ! Mais elle est bonne, ça me booste. J'essaye de toujours me rappeler que ce que l'on fait : c'est un jeu, cela permet de me détacher.

*La première coupe du monde a lieu à Courchevel les 14 & 15 décembre. A-t-elle un goût particulier ?*

J'ai super hâte ! Parce qu'il y a du monde que je connais, et la Vertical, on la maîtrise bien, cela va jouer en notre faveur je pense. Pour le sprint, qui va devenir un parcours permanent et comme j'étais dans ce projet, cela me motive de savoir si les athlètes vont aimer.

*Un petit mot sur ce parcours sprint ?*

La spécificité de ce parcours est son passage à pied, très raide pour la partie portage, il y a carrément des escaliers. J'ai l'impression que c'est un bon parcours, et le fait qu'il soit permanent, c'est une première. Une belle occasion d'essayer cette discipline. En plus c'est à côté de la Vertical Race des Millet Ski Touring, un point de rencontre facilement accessible. (C.L.)



© Justin Galant



*Profil*

**Prénom :** Emily  
**Nom :** Harrop  
**Âge :** 27 ans  
**Discipline :** Ski-alpinisme  
**Club :** Courchevel

*Palmarès*

**Sa saison 2023-2024 en bref**

- Gros globe de cristal - Général WC
- Petit globe de cristal - Sprint WC
- Petit globe de cristal - Individual WC
- Vainqueur de la Pierra Menta
- 3 x championne de France

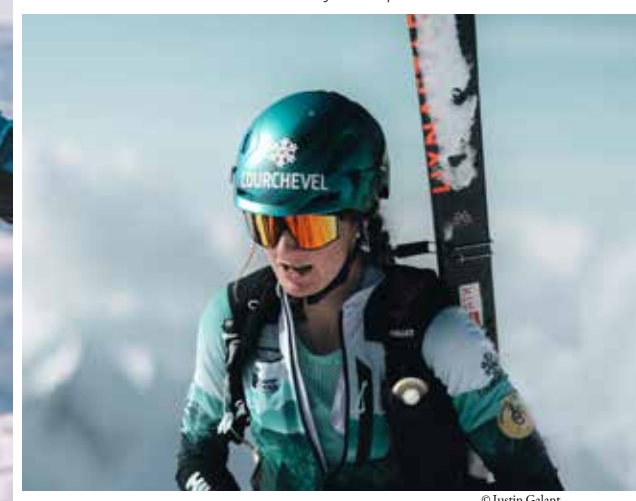
CETTE SAISON EST **IMPORTANTE CAR QUALIFICATIVE POUR LES JO 2026**



© Justin Galant

**L**ast winter season was challenging but rewarding for ski mountaineering athlete Emily Harrop. She won her 3rd Crystal Globe. This year, she focuses on the World Championships, and consistency in Olympic disciplines like sprint and relay, aiming for a qualification for the 2026 Olympic Games. She is looking forward to the first World Cup in Courchevel organised on 14 and 15 December, with its whole new permanent sprint course.

Pour la suivre  
[emilyharrop.com](http://emilyharrop.com)



© Justin Galant

LES 3 VALLEES  
COURCHEVEL  
BRIDES-LES-BAINS  
MÉRIBEL  
BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN  
BELLEVILLE - VAL THORENS  
MOUTIERS / BOZEL ...  
GUIDE GOURMAND



GROUPE SKI SERVICE - SKISET

## ALLONS ENFANTS DE LA FRATRIE...

Derrière ce célèbre loueur de ski se cache une belle histoire familiale qui s'écrit depuis 1957 chez les Lepeudry. Aujourd'hui, Alric et Laetitia, les petits-enfants, reprennent le flambeau. Avec humilité et énergie, ils veulent perpétuer cette aventure avant tout humaine, où leurs équipes sont les acteurs principaux.

### Plongez-nous dans l'histoire de cette saga unique...

**Alric et Laetitia :** Nos grands-parents, Daniel et Nanny, ont créé le second magasin de ski à Courchevel. Capitaine de la marine marchande, Daniel est venu un hiver voir son cousin lors d'une permission. Et il a rencontré notre grand-mère ! Ils ont développé ainsi en famille le magasin du Chamois (actuel magasin leader du groupe) et Le Tovet (Louis Vuitton actuel).

### C'est ensuite votre père qui a pris le relais...

**A. et L. :** Nos parents, Patrick et sa femme Laurence, ont repris la société dans les années 1980 créant leur premier magasin Patrick Snow Shop (Rossignol actuel), avant de racheter les deux magasins d'origine à nos grands-parents. En 40 ans, il a développé 13 magasins.

**A. :** J'ai rejoint l'aventure il y a 10 ans en créant un site internet qui vendait les produits de nos magasins. J'ai pris la responsabilité du 1er magasin de mon père de 2017 à 2019, avant de lui racheter le concept store Prend ta luge et tire-toi en 2019.

### Cette année est un grand tournant pour vous...

**A. :** On reprend les rênes avec ma sœur. Notre force, c'est notre complémentarité.

**L. :** J'ai passé 15 ans en Suisse menant un parcours très hétéroclite (gestion clientèle chez Vuitton, merchandising chez Dior, audit, banque et co-création d'une application mobile de paiements bancaires...) qui peut servir ici. On a toujours eu envie de travailler à deux et de revenir aux sources. L'exemple de nos parents nous a donné envie d'entreprendre à deux, toujours avec la présence de notre père.



© Famille Lepeudry

SANS NOS  
ÉQUIPES, ON  
N'EST RIEN

### Que souhaitez-vous perpétuer ?

**A. et L. :** On veut continuer à pérenniser la société, garder nos équipes et nos partenariats de longue date, en plaçant toujours les valeurs humaines au centre de cette odyssée.

### Quelle est la marque de fabrique du Groupe Ski Service ?

**A. et L. :** La qualité de l'expérience client, qui passe par un service personnalisé, des prix cohérents, du bon matériel. On touche les pieds des gens, c'est très intime. Il faut que la relation skiman/client soit de qualité. On n'est pas juste des loueurs, on a un rôle de conseil et d'écoute. Du scanfeet au pôle bootfitting, on chausse et déchausse nos clients ! Le bootfitting a été poussé à son maximum, car ne pas avoir mal aux pieds, c'est la problématique n°1.

### Un mot sur vos équipes, très fidèles ?

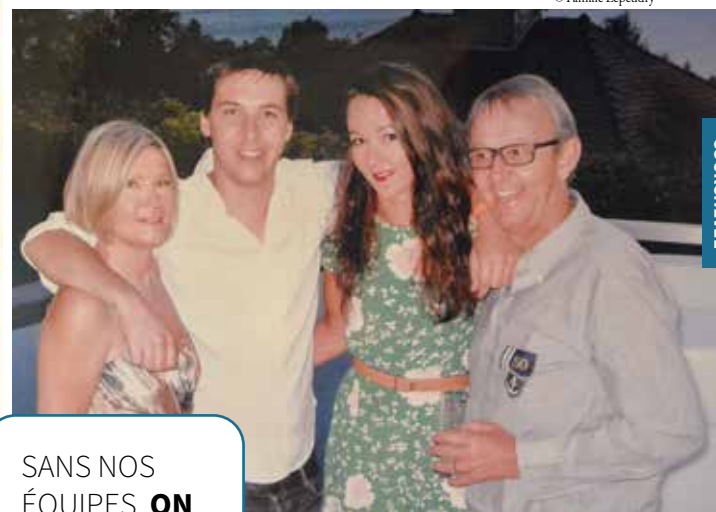
**A. et L. :** Sans nos équipes, on n'est rien... Alors on essaye de leur fournir des appartements décentes, des salaires cohérents, et d'être humain et à l'écoute. La quasi-totalité de nos directeurs sont là depuis plus de 10 ans.

### Avez-vous des anecdotes marquantes de cette jolie saga ?

**A. :** C'est touchant quand on voit nos équipes appeler nos parents « papa et maman ». Lors de l'accident de ski de notre mère (6 semaines de coma), leur soutien nous a touchés au plus profond de notre cœur. Dès qu'on peut leur rendre, on le fait. En 2017, on leur avait organisé un week-end hélicoptère-ski entre Champagny et Val Thorens pour les remercier de la belle saison effectuée. C'était pouvoir leur offrir un rêve plus qu'une prime. (C.B.)



© Famille Lepeudry



© Famille Lepeudry



© Famille Lepeudry

**Alric and Laetitia's** grandparents, Daniel and Nanny, founded Courchevel's second ski shop, followed by the shops Le Chamois and Le Tovet. In the 1980s, their parents, Patrick and Laurence, took over, growing the business to 13 shops. Alric joined 10 years ago, launched an online shop, and acquired a concept store in 2019. Today, Alric and Laetitia co-lead the company, valuing teamwork, customer experience, and long-standing partnerships, while prioritizing their employees' well-being and maintaining a personalized, high-quality service.

 GROUPE CHALET SKI SERVICE / SKISET

13 magasins à Courchevel  
+33 (0)4 79 08 24 09 • contact@ski-service.fr  
ski-service.fr



HUGO ET FRÉDÉRIC



**3 000 KM ET  
35 000 M DE D+**

# TARENTEISE - ISTANBUL À VÉLO

À 22 ans, Hugo Mater et Frédéric Jay ont fait le pari fou de rejoindre Istanbul au départ de Bourg-Saint-Maurice en 28 jours. Pari plus que réussi, car c'est en seulement 25 jours que nos deux amis ont atteint la Perle du Bosphore. Retour sur cet exploit sportif avec Hugo.

### Peux-tu te présenter ?

J'ai 22 ans et je suis en école d'ingénieur informatique à Grenoble et en alternance chez Synergie à Albertville. J'habite à La Saulce, un hameau de Brides-les-Bains où j'ai grandi. Le sport a rythmé ma jeunesse. Mes parents sont moniteurs de ski à Courchevel 1550 et mon père, également moniteur de vélo, tient Le Petit Vélo Rouge de Bozel.

### Comment t'es venue l'idée d'aller à Istanbul en vélo ?

C'était un peu un coup de tête, je me suis levé un matin avec cette idée. C'était en février 2024. J'ai entraîné mon meilleur ami, Frédéric Jay, qui m'a dit : « Ok, c'est parti ! ». On s'est ensuite lancés dans les préparatifs.

### Comment s'est passée cette phase de préparation ?

On a fait un document partagé avec une liste de matériels donc on allait avoir besoin. L'équipe du Petit Vélo Rouge nous a beaucoup aidés dans le choix des équipements. Avec l'application OpenRunner, on a défini notre parcours en évitant les grandes routes. Ça nous a donné une idée de la distance à parcourir et des pays à traverser : Italie, Slovénie, Croatie, Bosnie, Montenegro, Kosovo, Macédoine du Nord, Bulgarie, Grèce et enfin la Turquie. On s'est fixé un objectif de 28 jours pour arriver à Istanbul.

### Et le voyage ?

C'était très éprouvant. On a roulé en moyenne 10h par jour sans pouvoir vraiment profiter des lieux qu'on traversait, on était surtout là pour le défi sportif. En tout, on a parcouru 3 000 km et 35 000 m de D+. On a dépassé nos attentes en arrivant à Istanbul au bout de 25 jours, ce qui nous a laissé du temps pour profiter de la ville.

### Qu'as-tu retenu de cette expérience ?

On est repartis chargés de souvenirs. On a fait de belles rencontres et on a toujours été bien accueillis, notamment dans les restaurants où on s'arrêtait pour manger et charger nos téléphones. Sur le plan sportif, ça nous a fortifié mentalement. On a tenu bon malgré la fatigue et on s'est soutenu jusqu'au bout. Je n'aurais jamais pu faire ça sans Frédéric. Ça m'a donné envie de refaire un voyage à vélo, de traverser l'Écosse ou la Norvège, mais en prenant plus le temps de visiter. (F.N)

At the age of 22, Hugo Mater and Frédéric Jay decided to cycle from Bourg-Saint-Maurice to Istanbul in just 28 days. They planned meticulously, mapping a route through Italy, Slovenia, Croatia, Bosnia, Montenegro, Kosovo, North Macedonia, Bulgaria, Greece and Turkey. Cycling 10 hours daily for 3 000 km, they completed the journey faster than expected, in only 25 days, and treasured the friendships, and memories made along the way.

### "CE VOYAGE A ÉLARGI MA VISION DU MONDE"

À la base, on voulait faire le GR20, mais on a vu les choses en grand. C'est un voyage à faire dans sa vie. Ça a élargi ma vision du monde. C'était aussi un sacré défi sportif. Personnellement, je n'étais pas bien entraîné et j'ai eu beaucoup de mal, à partir du 3<sup>e</sup> jour. Après, j'ai pris progressivement le rythme et je me suis adapté. C'est fou de voir qu'on est capable de relier des distances gigantesques, juste avec la force de ses jambes ! (Frédéric Jay)



### HUGO MATER • LA SAULCE

Dispo pour donner des conseils sur comment préparer un voyage à vélo  
+33 (0)7 68 07 74 45



## EN +

### SAMEDI 07.12

#### Couscous party à emporter

Takeaway Couscous Party  
De 19h à 20h • Sur réservation  
La Dova

### TOUS LES JOURS

#### Bibliothèque municipale

Public Library  
9h-12h / 14h30-18h30  
À l'office de tourisme

#### Office de tourisme Brides-les-Bains

+33 (0)4 79 08 00 29  
brides-les-bains.com

# COUPE DE FRANCE DE SKI ALPINISME

7 & 8  
DÉC.

Méribel accueille la Coupe de France de ski alpinisme les 7 et 8 décembre. Une occasion pour les skieurs de se mesurer aux meilleurs, à une semaine de la coupe du monde de Courchevel, faisant de cette compétition une étape clé pour les athlètes confirmés.

La compétition débute le samedi avec l'épreuve de Sprint, qui se tiendra au stade de l'Aigle à Mottaret. Il s'agit d'une course à haute intensité où les participants enchaînent montées et descentes sur un parcours court mais technique. « Cette épreuve exige rapidité et dextérité : les skieurs doivent maîtriser parfaitement les manipulations et l'enchaînement des gestes », souligne Chloé Astier, responsable événementiel du Club des sports de Méribel. Le dimanche, la compétition se poursuit avec la Verticale Race, épreuve d'endurance où seule la montée est chronométrée. Tous les participants partent en même temps pour une montée intense. Cette course met à l'épreuve la capacité des athlètes à maintenir un rythme soutenu. « La Verticale est un vrai test de persévérance, poursuit Chloé, où l'effort est constant du début à la fin. » Show assuré ! (F.N.)

**UK** Méribel hosts the French Ski Mountaineering Cup on 7 and 8 December, a key event for athletes participating in the World Cup in Courchevel. On the programme : a high-intensity Sprint race at Mottaret on Saturday, and an endurance-focused Vertical Race with a timed uphill climb on Sunday.



© Photos Sylvain Aymoz



## COUPE DE FRANCE DE SKI ALPINISME

Stade de l'Aigle • Méribel Mottaret  
Samedi 9h-17h • Dimanche 9h-12h30  
+33 (0)4 79 00 50 90 • club-des-sports-meribel.fr



**EN +**

**SAMEDI 07.12**  
DJ Storm – Opening set  
*DJ Storm – Opening set*  
De 22h à 2h • Accès libre  
Downtown bar • Mottaret

**JEUDI 12.12**  
Concert de ManMax  
*Concert by ManMax*  
De 22h à 1h • Accès libre  
Galerie du Ruitor

**Office de tourisme  
Méribel**  
+33 (0)4 79 08 60 01  
meribel.net



7  
DÉC.

# UN OPENING de folie !

Le 7 décembre, Méribel invite les fans de ski à une journée d'ouverture unique, qui mêle plaisirs gourmands, traditions montagnardes et festivités musicales électrisantes. Une belle manière de lancer une la saison sous les meilleurs auspices.

## PETIT-DÉJ' DANS LES REMONTÉES

Il est 9h. La station s'éveille... Pour célébrer comme il se doit l'ouverture de ses pistes, Méribel offre un accueil matinal gourmand aux premiers arrivants. De 9h à 11h, les skieurs qui emprunteront les remontées mécaniques du Pas du Lac et du Saulire Express auront la chance de se voir offrir un panier petit-déjeuner. Thermos collector Méribel, viennoiseries fraîches et autres douceurs seront à savourer en profitant des premiers instants sur la montagne. Attention, le nombre de paniers est limité. Premiers arrivés, premiers servis !

## LE TERROIR SUR LES PISTES

À partir de 11h30, Méribel met à l'honneur le folklore savoyard avec l'association l'Alluétaise. Sur les pistes, les visiteurs pourront se plonger dans l'ambiance chaleureuse et authentique de la région. Chants savoyards accompagnés d'accordéon et dégustations de produits locaux feront le bonheur des petits et des grands. Cette animation se déroulera jusqu'à 13h et promet de belles rencontres autour des traditions et de la convivialité montagnarde.

**UK** Don't miss the opening of the ski resort on 7 December. From 9am to 11am, Méribel welcomes early skiers with breakfast at Le Pas du Lac and Saulire Express (first come, first served). At 11.30am, enjoy Savoyard songs, accordion music and local delicacies with the association L'Alluétaise. As from 5.30pm, DJ Matteo of Chinese Man invites Tsunami, Kermitta, and Bob Sleigh for an amazing DJ set combining hip-hop, afro-funk and electro.



## SOIRÉE ÉLECTRO

À partir de 17h30, Matteo de Chinese Man invite sur scène Tsunami, Kermitta et Bob Sleigh pour une expérience sonore inédite. Sous les étoiles de Méribel, les DJ enflammeront les platines, tandis que des performances visuelles illumineront la station. Un show qui célèbre la diversité musicale avec des sets mêlant hip-hop, afro-funk et électro. Une navette spéciale sera mise à disposition des spectateurs. N'hésitez pas à venir vibrer au rythme de cette nuit exceptionnelle. (F.N.)



© Photos Sylvain Aymoz



## OPENING DE MÉRIBEL

De 9h à 20h30  
Événements gratuits en accès libre  
(forfait nécessaire sur les pistes)



DIRECTRICE DE RESTAURANT D'ALTITUDE

# Géraldine TOUJOURS AU **BAU** FIXE !

Depuis une trentaine d'années, Géraldine Bau a fait des 3 Vallées son espace de travail et de plaisirs ! Directrice depuis trois ans du Plan des Mains, sur les pistes de Méribel-Mottaret, elle adore sa vie à 100 à l'heure, où chaque jour lui réserve de belles surprises...

### Quel a été ton parcours professionnel ?

Après un emploi en secrétariat, j'ai travaillé à la Mode des Montagnes... Puis, avec mes 3 enfants, j'ai pris 5 ans de congé parental. Ensuite, un ami m'a proposé de travailler l'hiver dans son restaurant d'altitude. Et depuis 14 ans, je travaille sur les pistes à Méribel-Mottaret au Plan des Mains.

### Quel est ton rôle ?

Je suis directrice de l'établissement depuis trois ans. J'ai plusieurs objectifs : préparation, recrutement, trouver des logements, organiser toute la logistique pour les navettes du personnel, mise en place du restaurant, de l'équipe (une quarantaine de salariés, dont la moitié de nouveaux chaque année)...

### Une journée type au Plan des Mains ?

Rendez-vous à 7h du matin à Mottaret pour les livraisons de produits frais qu'il faut acheminer en scooter. Les employés prennent ensuite le télésiège à 8h30 pour commencer à 9h : préparation en cuisine et salle, déneigement... le timing est assez court ! Repas à 11h, début du service à 11h30 jusqu'à 15h30-16h. Puis on redescend à ski à la fermeture !

## Profil

**Prénom :** Géraldine  
**Nom :** Bau  
**Âge :** 54 ans  
**Origine :** Albertville  
**Job :** Directrice du restaurant Le Plan des Mains  
**Où :** Méribel-Mottaret

### Quelles sont les particularités de ce travail en altitude ?

Les difficultés sont nombreuses : acheminer les marchandises pour les avoir en temps et en heure avant l'ouverture des pistes ; faire avec les conditions météo et gérer le déneigement en plus de la cuisine et de la mise en place. À 2100m d'altitude, tout est plus compliqué, pour les réparations par exemple, si on a une fuite d'eau comme l'année dernière...

### Mais tout cela te plaît !

J'aime cette vie à 100 à l'heure dans un lieu de toute beauté et qui peut changer d'un jour à l'autre : tempête de neige, grand soleil... On doit tout le temps s'adapter : un jour à 50 couverts et le lendemain à près de 500 ! Et puis, on a une clientèle très sympa, qui revient chaque année. Je suis depuis 30 ans sur les 3 Vallées, alors je connais un peu de monde !

### Et as-tu encore un peu de temps pour ta passion...

Je pratique le ski alpinisme tous les jours, c'est mon échappatoire ! Et je ne manque pas aussi de participer au Millet Ski Touring à Courchevel le mercredi soir !

### Une dernière anecdote ?

J'aime bien monter à pied en novembre, quand il n'y a pas encore beaucoup de neige. Une fois en descendant, j'ai vu deux loups : un moment fort entre joie et peur... (C.L.)

**UK** For 14 years, Géraldine Bau has worked at the altitude restaurant Le Plan des Mains in Méribel-Mottaret, becoming the manager three years ago. Her role involves recruitment, logistics and management. The restaurant counts around 40 employees. Her workdays start early, with tight schedules and challenges like changing weather conditions, snow removal and supply transport. Passionate about alpine skiing, Géraldine loves this demanding yet rewarding mountain lifestyle.

J'AIME  
CETTE VIE  
**A 100  
À L'HEURE**



© Géraldine Bau



© Géraldine Bau





# LE *bel* HIVER

SÉBASTIEN POMINI

Alors que les pistes de Saint-Martin-de-Belleville s'éveilleront le 14 décembre prochain, la station-village s'apprête à vivre un bel hiver, jouant sur ses atouts et quelques belles nouveautés, dont le centre de bien-être La Belle Vie. Tour d'horizon avec Sébastien Pomini, directeur de la Maison du Tourisme.

### Alors Sébastien, quoi de neuf du côté de Saint-Martin-de-Belleville ?

La principale nouveauté de cet hiver, c'est l'ouverture du centre La Belle Vie, qui conforte l'offre de bien-être déjà existante à Saint-Martin-de-Belleville, puisque certains chalets et hôtels disposent d'équipements privés et de spas. Avec la gastronomie, l'art de vivre, le patrimoine... le bien-être est l'un des atouts de la station village. Avant, il fallait monter aux Menuires ou à Val Thorens, désormais, nous allons bénéficier d'un équipement sur place, au cœur du village !

### À quel type de clientèle s'adresse La Belle Vie ?

Il y a un espace aqualudique, à destination des familles et enfants, qui n'ont pas toujours accès aux spas privés, et un espace bien-être ouvert aux adultes. Le centre sera aussi doté d'une piscine extérieure ouverte en été, la première de la vallée des Belleville. C'est intéressant, surtout lorsqu'on sait que l'accès à l'eau est une des premières demandes de la clientèle en été. Sans oublier le club house et le petit restaurant...



CENTRE DE BIEN-ÊTRE LA BELLE VIE

### Côté événements, qu'est-ce que la station concocte de beau cet hiver ?

On débute le dimanche 15 décembre, avec un vrai nouveau temps fort autour de Noël, un marché artisanal et un concert dans l'église, et de magnifique décoration de M. Moustache... On retrouvera ensuite nos deux semaines thématiques autour de Noël au Village et Feu et glace, pendant les vacances scolaires. Les bars éphémères sont reconstruits, avec 5 dates au programme (26/12, 2/1, 20/2, 24/2 et 16/4), et toujours l'idée soit d'aller vers une dégustation de produits de qualité, ou d'assister à un show artistique original au cœur du village. Les rendez-vous musicaux se perpétuent tous les 15 jours du 6 janvier au 31 mars. Enfin, nous terminerons en beauté avec la Yogiki, du 6 au 11 avril, qui monte vraiment en puissance à Saint-Martin, et le Ski&Bike, la dernière semaine avant la fermeture...

### Et pour les animations plus régulières ?

Nous réinstallons notre Dôme sur la place du village, qui permet d'accueillir tous types d'événements et de rendez-vous à l'abri, dans une ambiance sympathique. Le développement du village, avec les constructions ces dernières années du Lodji, du M Lodge, du M, nous a conduits à développer la partie animation sur le haut du village... Pendant les vacances de février, nous retrouverons aussi les traditionnelles descentes aux flambeaux de l'ESF et feu d'artifice le mercredi, et les spectacles enfants à 18h le mardi. Et cet hiver, nous avons complètement revue la partie culturelle avec la Facim, ce qui promet de nouveaux jolis rendez-vous autour du patrimoine à déguster sans modération ! (E.R.)



© Vincent Lottenberg

**THE** opening of Saint-Martin-de-Belleville is programmed on 15 December. New this winter is the wellness centre La Belle Vie, offering an aqualudic space for families, a spa for adults, and the first outdoor swimming pool in the Belleville Valley. Events include the Christmas market, themed weeks, pop-up bars, live music, torchlight descents, kids' shows and cultural activities. The season ends with the Yogiski and Ski & Bike events. The dome in the centre of the village will be hosting various events in a cozy atmosphere.

### NOUVEAUTÉS ET ÉVÉNEMENTS DE L'HIVER

Informations et programme détaillé à l'office de tourisme

AVEC LA GASTRONOMIE, L'ART DE VIVRE, LE PATRIMOINE, **LE BIEN-ÊTRE EST UN DE NOS ATOUTS**

### EN +

**MERCREDI 11.12**  
Atelier création de Noël  
Christmas Creative Workshop  
16h-17h30 • Accès libre  
Bibliothèque municipale  
+33 (0)4 79 08 96 28

**Maison du tourisme**  
**Saint-Martin-de-Belleville**  
+33 (0)4 79 00 20 00  
st-martin-belleville.com

HIVER 2024/25 **7J/7**



**WELLNESS**  
**SPORT**  
**FUN**  
**MASSAGES**  
**CINEMAS**

BY SOGEVAB  
.com



— LES MENUIRES —

## UN BOUQUET DE PISTES *pour fêter l'ouverture*

Ce week-end, la station lance le début des festivités hivernales. En plus d'un joli programme d'animations, les skieurs apprécieront un domaine plus large que les années précédentes. Alors, on se retrouve sur quelle piste ?

Les amateurs de premières traces vont être servis. Cette année, la Pointe de la Masse ouvre dès ce samedi 7 décembre, comme près de la moitié des remontées mécaniques de la station. Un prévisionnel plus grand, pour la plus grande satisfaction des clients. Dans la liste des appareils en service : télécabine Masse 1, télébenne Croisette, télésiège des Menuires, téléphérique de Preyerand... Deux points de bascule seront possibles pour rejoindre les 3 Vallées, grâce au télésiège Roc 2 et, nouveau, celui du Mont de la Chambre, assurant la connexion vers Méribel et Val Thorens au départ de la Croisette. Enfin, les piétons ne sont pas oubliés, puisque le secteur de la Masse et du Plan de l'eau seront accessibles.

Pour le programme des festivités, on cochera la soirée du samedi, à la Croisette, avec un concert de Manu Digital à 18h30, et un feu d'artifice. Et dimanche matin, rendez-vous pour un petit-déjeuner offert à La Masse aux premiers arrivés, pour un lever de soleil mémorable au rythme de la musique jazz. (E.R.)

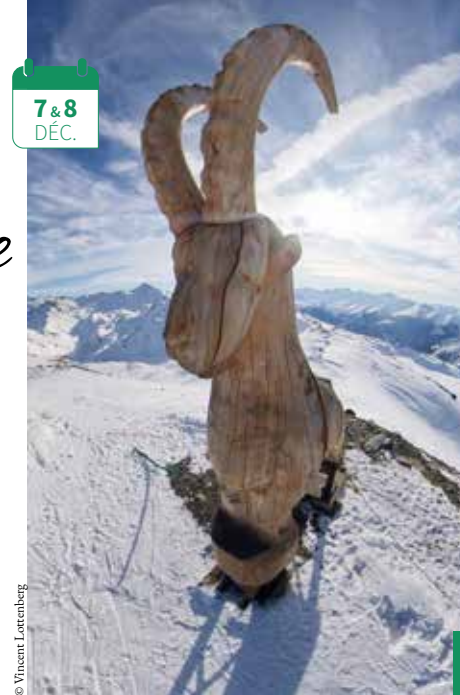
**Don't miss the opening of La Pointe de la Masse this Saturday, 7 December, along with nearly half of the resort's ski lifts, for skiers and pedestrians. Festivities include a live concert with Manu Digital and fireworks on Saturday, and free breakfast at La Masse on Sunday.**



### OUVERTURE DU DOMAINE SKIABLE

Remontées mécaniques ouvertes de 9h à 16h30  
Programme, informations, tarifs, plan des pistes  
+33 (0)4 79 00 73 00 • lesmenuires.com

7 & 8  
DÉC.



LES 3 VALLÉES

COURCHEVEL  
BRIDES-LES-BAINS

MÉRIBEL

BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN

BELLEVILLE - VAL THORENS

MOÛTIERS / BOZEL ...

GUIDE GOURMAND

LES FESTIVITÉS DE L'HIVER

# D'UN BOUT à l'autre

**Tout au long de la saison, Les Menuires réservent à sa clientèle un programme d'animation pour tous. Ici, pas de creux ! La station bat son plein et ne s'arrêtera que le 21 d'avril. Zoom sur les temps forts de cet hiver, avec Kévin Chincholle et Paul Bourget, du service animation de l'office de tourisme.**

## OPENING & CLOSING

La saison s'ouvre le 7 décembre avec un week-end festif. Samedi soir, rendez-vous dès 18h30 à La Croisette pour un concert de Manu Digital suivi d'un feu d'artifice. « Chocolat et vin chauds seront offerts, précise Kévin, responsable animation. À condition d'apporter son verre ou de faire un don de 1 € à l'association Petits Princes ! » Dimanche matin, les premiers arrivés au sommet de la Pointe de la Masse profiteront d'un petit déjeuner offert, accompagné d'un concert jazz de Paris Swing. La saison se prolongera ensuite jusqu'au 21 avril, date de la clôture festive, avec des animations de Pâques et une grande chasse aux œufs.

## LE DJ ANTOINE GARREL POUR CHANGER D'ANNÉE

Le premier marché de Noël des Menuires s'installe à La Croisette du 21 au 26 décembre, avec des chalets, de l'artisanat et des spécialités locales. « Deux moments forts marqueront cette période, annonce Paul, chargé d'animation : le 24 décembre aux Bruyères, un spectacle son et lumière, suivi d'une descente aux flambeaux et d'un feu d'artifice ; puis le 25, des déambulations et le passage du Père Noël dès 11h à La Croisette. » Pour le Nouvel An, la station promet une soirée exceptionnelle : descentes aux flambeaux, spectacles, feu d'artifice et une fête dansante animée par le DJ Antoine Garrel.

## LES INCONTOURNABLES

La Semaine des Vignerons, du 6 au 9 janvier, ravira amateurs de vin et curieux. « Certains en profitent pour remplir leur cave, d'autres viennent simplement découvrir et déguster des crus en direct avec les vignerons, » explique Kévin. En février, le Trophée de l'Espoir revient avec pour objectif de collecter des fonds pour l'association Alpysia. « Cette journée, parrainée par David Douillet, met à l'honneur le handiski et le partage entre valides et non-valides, » souligne Paul. Côté humour, le Friendly Menuires Festival, du 10 au 13 mars, accueillera Antoine Le Bret, Anthony Joubert et Élie Semoun. Fort de son succès, Complètement à la masse fête sa troisième édition le 29 mars pour le plus grand plaisir des amateurs de ski et des compétiteurs. Le printemps s'éveillera sous le signe du bien-être avec Yogiski du 6 au 11 avril : yoga en plein air, randonnées en raquettes et ateliers de relaxation seront au programme.

© Vincent Lottenberg



## LES HEBDOMADAIRES

En janvier et février, La Croisette et Les Bruyères vibrent au rythme des Crazy After Ski les mardis et des Thursday Night Show les jeudis. « Notez bien la date du 23 janvier pour le concert de La Petite Culotte ! » insiste Kévin. En mars, un nouveau concept voit le jour : ski le matin, animations sur le front de neige l'après-midi. « De 14h à 17h, quatre fois par semaine, on pourra participer à des courses en draisienne, jouer au snow volley ou s'amuser sur des structures gonflables, » précise Kévin.

## LA TENDANCE 2025

« L'objectif est d'offrir une densité d'animations constante, de décembre à avril. Peu importe la période, les vacanciers retrouveront toujours la même qualité de prestations, » concluent Kévin et Paul qui travaillent main dans la main pour concevoir une programmation d'animation à toute épreuve ! (F.N.)



KÉVIN CHINCHOLLE ET PAUL BOURGET

**UK** Les Menuires opens on 7 December with a festive weekend including live music, fireworks and breakfast at La Pointe de La Masse. Don't miss the Christmas market, New Year's Eve party with DJ Antoine Garrel, and other events like Semaine des Vignerons in January, Trophée de l'Espoir in February, Friendly Menuires Festival and Complètement à La Masse in March, and Yogiski in April. Weekly events, such as Crazy After Ski on Tuesdays and Thursday Night Show on Thursdays complete the animations programme.



© Marine Vernaz



© Office de tourisme Les Menuires



## LES TEMPS FORTS DE L'HIVER

Programme et informations détaillées à l'office du tourisme

EN +

### JEUDI 12.12

Atelier construction de cabane

Tree house building workshop

Gratuit sur réservation

De 16h à 18h30 • La Croisette

Office de tourisme  
Les Menuires

+33 (0)4 79 00 73 00

lesmenuires.com



# Casino des Vallées

BRIDES  
— LES —  
BAINS

RESTAURANT  
— BAR

OUVERT  
7j/7

dès le 15/12  
BLACK-JACK  
19H30-3H

dès le 15/12  
14H - 3H  
MACHINES À SOUS  
ROULETTE  
ÉLECTRONIQUE

PRÉSENTATION OBLIGATOIRE D'UNE PIÈCE D'IDENTITÉ, EN COURS DE VALIDITÉ, POUR ENTRER DANS L'ÉTABLISSEMENT.  
ACCÈS DE LA SALLE DES JEUX RÉSERVÉ AUX PERSONNES MAJEURES. 18

LES JEUX D'ARGENT ET DE HASARD PEUVENT ÊTRE DANGEREUX : PERTES D'ARGENT, CONFLITS FAMILIAUX, ADDICTION...  
RETROUVEZ NOS CONSEILS SUR JOUEURS-INFO-SERVICE.FR (09 74 75 13 13 - APPEL NON SURTAXÉ).



CASINO3VALLEES.COM

## VAL THORENS



COUPE DU MONDE D'ICE-CROSS

6 & 7  
DÉC.

PRÊTS POUR

*le grand show ?*

Les 6 et 7 décembre, en partenariat avec la FFSG et l'ATSX, Val Thorens accueille pour la première fois une coupe du monde d'ice-cross. Le rendez-vous s'annonce spectaculaire, en plein cœur de la station...

Du sport, de la vitesse, un show nocturne en plein cœur de la station... C'est le programme de ces deux journées dédiées à l'ice-cross, cette discipline qui gagne aussi bien les sportifs que le public. Une centaine d'athlètes venus des États-Unis, du Canada, de France, etc., sont ainsi attendus à Val Thorens pour s'affronter dans les catégories hommes, femmes et juniors. Une véritable piste de glace naturelle a été créée en plein centre de la station. Au programme : 330 mètres de parcours pour près de 40 secondes de pure adrénaline.

### UNE PISTE DE GLACE AU CŒUR DE VAL THO'

Le matin, place aux entraînements, puis, en nocturne, rendez-vous pour les courses. Les patineurs de l'extrême prendront le départ par groupe de quatre depuis le rooftop du Board et dévaleront un parcours avec des virages serrés, des sauts et des obstacles jusqu'à l'arrivée au bout de la rue piétonne de Caron. Les deux premiers se qualifieront pour le tour suivant, et ainsi de suite jusqu'à la finale ! Et pour que la fête soit encore plus belle, un DJ set de folie accompagnera le spectacle. Idéal pour un après-ski ou un afterwork de folie. (E.R.)

Ice cross, a young and thrilling sport, emerged in the early 2000s. In Val Thorens from 6 to 7 December, around 100 athletes (men, women, junior) from France, USA, Canada,... will race the 330m ice track in groups of four in the centre of Val Thorens, accompanied by a live DJ set !



### COUPE DU MONDE D'ICE-CROSS

Centre station / En nocturne / Gratuit

#### LE PROGRAMME

- Vendredi 06/12  
18h-20h : Last Chance Qualifier (LCQ)
- Samedi 07/12  
9h-11h : entraînements libres  
17h : cérémonie d'ouverture  
18h-20h : finales



© Photos ATSX, X



EN +

#### TOUS LES JOURS

Centre sportif Le Board  
Le Board Sports Center  
De 10h à 21h • Entrée payante  
Galerie Caron

#### Office de tourisme Val Thorens

+33 (0)4 79 00 08 08  
valthorens.com

# PIERRE PATUREL

## la force de l'ombre

Capitaine et pivot emblématique du Chambéry Savoie Mont Blanc Handball (CSMBH), Pierre Paturel était, avec son équipe, en stage d'oxygénation à Val Thorens en juillet dernier. L'occasion pour nous de le rencontrer et d'échanger avec ce leader naturel, joueur fidèle et meneur d'hommes.

### Parle-nous de ton parcours.

J'ai grandi à Bonneville, en Haute-Savoie, où j'ai débuté le handball. Et c'est en 2005, à l'âge de 15 ans, que j'ai intégré le centre de formation de Chambéry : je suis des 2 Savoie. J'ai signé mon premier contrat professionnel en 2011.

### En tant que pivot, quel est ton rôle ?

Le pivot est un joueur au service des autres. Il doit occuper la défense adverse et la mettre en difficulté par ses déplacements, ses prises de position pendant que ses coéquipiers tentent de trouver une solution. Si je parviens à mettre la défense adverse en difficulté, cela profite à mes coéquipiers qui auront la possibilité de prendre des espaces et de tirer. J'ai une carrière de défensif, ce qui me correspond bien.

### Quelles sont tes forces sur le terrain ?

Je n'ai pas de grandes qualités, mais je sais être régulier. Je suis toujours là, avec un niveau d'exigence assez élevé. Avec les années, j'ai acquis de l'expérience et pris du leadership, ce qui fait que je suis capitaine de l'équipe.

### Profil

- Prénom :** Pierre
- Nom :** Paturel
- Âge :** 35 ans
- Originaire :** Bonneville (74)
- Poste :** Pivot et capitaine
- Club :** Chambéry Savoie Mont Blanc Handball



© C. Villere / OT Val Thorens

### TEAM CHAMBÉ LE PLEIN DE MATCHS EN DÉCEMBRE

Au terme de 12 journées de championnat, le Chambéry Savoie Mont Blanc Handball pointe à la 13<sup>e</sup> place du classement de la Liqui Moly Starligue (Division 1). Et plusieurs matchs vont s'enchaîner avant la trêve de Noël ! Samedi 7/12 : Nantes-Chambéry ; vendredi 13/12 : Chambéry-Limoges ; samedi 21/12 : Toulouse-Chambéry. Sans oublier, ce mardi 10 décembre, les 1/8 de finales de la Coupe de France, la Team Chambé accueillant Chartres à 20h au Phare. [teamchambe.com](http://teamchambe.com)

### Quel est ton rôle en tant que capitaine ?

Il reste un joueur avant tout, mais je suis actif quand il y a une prise de parole nécessaire pour du reporting auprès des dirigeants ou de l'entraîneur. Je fais de mon mieux pour que tout le monde se sente bien, pour intégrer les nouveaux et pousser mes coéquipiers à être les meilleurs.

### Quel est le moment le plus marquant de ta carrière ?

On a gagné la coupe de France en 2019, c'est un souvenir inoubliable. Cela faisait quelques années que l'on était frustrés et cette saison-là fut incroyable. C'est aujourd'hui l'Accor Arena, mais à l'époque c'était le Palais Omnisports de Paris-Bercy, il y avait 16 000 personnes... Dont un mur jaune de supporters chambériens. Un TGV de 1000 personnes avait fait le déplacement et 350 étaient déjà sur place. Il y avait une telle émulation, c'était magique !

### Cela fait 2 ans que vous êtes partenaires avec Val Thorens, et que vous venez en stage l'été dans la station...

Nous recevons un super accueil de la part de toutes les équipes : le Board et ses équipements sont exceptionnels pour que l'on puisse bien se préparer, le Hameau du Kashmir a un super chef cuisinier, on a fait du VTT aux Menuires avec une belle équipe... Et le cadre nous permet d'être au calme, au cœur des montagnes, où on ne suffoque pas de chaleur. L'objectif de ces stages, c'est d'être ensemble, de créer une cohésion, d'intégrer les jeunes recrues et de ne rien avoir à penser d'autre qu'au handball. (S.M.)

🇬🇧 Captain and emblematic player of Chambéry Savoie Mont Blanc Handball (CSMBH), Pierre Paturel was with his team on an oxygenation camp in Val Thorens last July. Pierre, 35 years old, grew up in Bonneville, Haute-Savoie. In 2005, aged 15, he joined the Chambéry training center and signed his first professional contract in 2011. As a pivot, his role is to disrupt the opposing defense and create space for teammates. He's now the team's captain, known for his consistency and leadership.

L'OBJECTIF DE CES STAGES, C'EST D'ÊTRE ENSEMBLE, DE CRÉER UNE COHÉSION...



© Team Chambéry / Laurent Théophile



© Team Chambéry / Laurent Théophile

## Fais ton marché POUR NOËL

Entre cadeaux originaux, animations et gourmandises de saison, le marché de Noël de Bozel vous attend le dimanche 8 décembre. Un moment festif et solidaire où petits et grands pourront préparer les fêtes dans une ambiance et conviviale, avec la visite du Père Noël en prime !



© DRK - Bozel Animation

8  
DÉC.

Rendez-vous au marché de Noël de Bozel où 51 exposants vous attendent. De quoi trouver une multitude d'idées de cadeaux et décorations pour les fêtes de fin d'année : gourmandises, objets déco, bijoux, produits bien-être, créations textiles... Des associations seront également présentes et des ventes seront organisées au profit de bonnes causes comme le Téléthon. Petits et grands pourront profiter des animations, dont une tombola et un atelier d'écriture de lettres au Père Noël qui passera à trois reprises faire un petit coucou aux enfants. Côté gourmandises, crêpes, boissons chaudes et restauration rapide seront proposées par le Club de ski de fond et Bozel Animation. L'événement se déroule à la salle polyvalente, en continu de 10h à 18h. (F.N.)

Visit Bozel's Christmas market on 8 December from 10am to 6pm. Not less than 51 exhibitors will be present : gifts, decorations, treats, jewelry, and more. The occasion for different associations to raise funds for good causes. And don't miss Santa's visit !



### MARCHÉ DE NOËL

De 10h-18h • Salle Polyvalente  
Visites du Père Noël à 11h, 14h et 16h  
+33 (0)4 79 55 03 77 • valleedebozel.com  
Bozel Animation



## LE SKI pour tous

La mission du Club alpin ? Rendre accessible à tous une pratique autonome et responsable de la montagne. Et cela commence par les plus jeunes ! Focus sur l'école de ski de Moûtiers ouverte par le CAF MHT.

Pour les jeunes dès 6 ans qui habitent sur les communes de la communauté de communes Cœur de Tarentaise (Moûtiers et ses environs), le Club alpin de Moûtiers Haute-Tarentaise (CAF MHT) a ouvert une école de ski alpin. Le club assure le transport jusqu'à Courchevel, le forfait de ski et les cours dispensés par des moniteurs ESF de Courchevel Moriond tous les samedis du 11 janvier jusqu'à fin mars. Le tarif est calculé en fonction du quotient familial et débute à 80€ la saison (hors adhésion au Club Alpin). De quoi offrir la possibilité de skier à tous ! Petite info : il reste encore quelques places pour cette saison... Faites vite ! (C.L.)



© Photos ES.M - Club alpin MHT

For children aged 6 and older, living in Moûtiers and its surroundings, the Club Alpin of Moûtiers and Haute Tarentaise proposes a ski school. Transport, ski passes, and lessons with Courchevel ESF instructors are included every Saturday from January to March. Prices start at 80€ based on income.



### ÉCOLE DE SKI DE MOÛTIERS

Tarif en fonction du quotient familial  
clubalpinmht.org/jeunes/ecole-de-ski



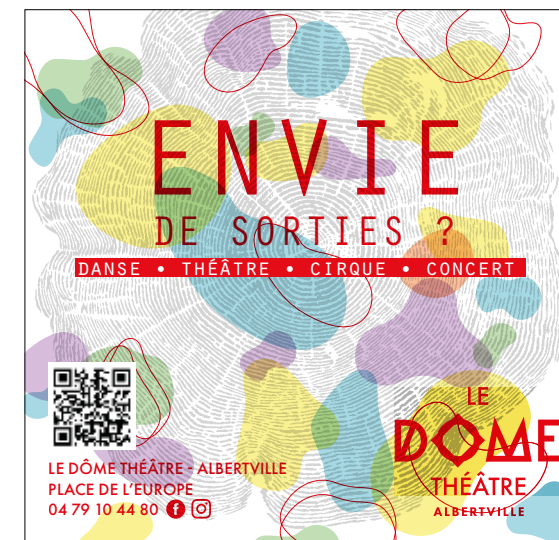
13  
DÉC.

© Michel Pellicier



### CONCERT TÉLÉTHON

Église de Bozel • 19h  
Participation libre • choraledebozel.fr



ENVIE DE SORTIES ?  
DANSE • THÉÂTRE • CIRQUE • CONCERT  
LE DÔME THÉÂTRE - ALBERTVILLE  
PLACE DE L'EUROPE  
04 79 10 44 80

EN +

#### MARDI 10.12

Marché de Moûtiers  
Moûtiers Market  
De 8h30 à 12h • Accès libre  
Place Saint-Pierre

#### JUSQU'AU 28.12

Exposition :  
Cicatrices de guerre  
Exhibition: Scars of war  
De 9h à 18h • Accès libre  
Médiathèque • Place Louis Lungo

Cœur de Tarentaise Tourisme  
+33 (0)4 79 04 29 05  
coeurdetarentaise-tourisme.com



KÉVIN ET NOÉMIE



## MON BEAU SAPIN *roi des forêts*

Plongez dans les coulisses d'un métier passion : la culture artisanale de sapins avec Kévin et Noémie de Aux Beaux Sapins, à Sainte-Hélène-sur-Isère. Entre savoir-faire familial, respect de la terre et astuces branchées, découvrez comment ces arbres majestueux poussent et apprenez à les choisir et les conserver. D'actualité en cette période de Noël, non ?!

### Comment a commencé cette aventure agricole ?

La culture de sapins est un métier de famille qu'on a décidé d'exercer à notre tour en activité secondaire. On est entrepreneur dans l'âme. C'était un retour aux sources, à la nature et à un travail respectueux de la terre. On a commencé la plantation en 2019. Il faut attendre environ 5 ans pour que le sapin atteigne une hauteur d'1m, la première gamme que l'on trouve en magasin.

### Quelles sont les différentes phases de culture ?

En hiver, on prépare la terre en la retournant avec une charrue avant de la tasser. On sème ensuite du trèfle, un excellent engrais vert qui va nourrir les sapins pendant leurs premières années. La période d'avril à octobre est consacrée à l'entretien : fertilisation, désherbage et coupe. De mai à juin, c'est le temps des pousses !

### Votre culture est 100% naturelle ?

Tout à fait ! On produit des sapins locaux, de Savoie, avec une culture raisonnée. Pour protéger les jeunes plants, on utilise de la toile de paillage biologique en jute biodégradable. Notre engrais est à base de minéraux, de fientes d'oiseaux et de potasse de betterave. L'entretien est uniquement manuel et mécanique.

### Quelles conditions favorisent la pousse ?

La qualité de la terre et l'exposition principalement. Sur une même parcelle, on va avoir des sapins qui ont très bien réussi leur croissance et d'autres qui stagnent. On a beaucoup de pertes. Les chevreuils adorent manger les jeunes pousses. La canicule nous a aussi beaucoup impactés. C'est un métier qui demande de la patience et de l'envie. On peut vite se décourager.

### Quel type de sapins cultivez-vous ?

Des nordmann et des épicéas. L'épicéa a cette particularité d'avoir une odeur de sapin très agréable, mais il est fragile et perd ses épinettes. Le nordmann n'a pas d'odeur, mais il est plus résistant. On peut l'installer dès début décembre et le garder jusqu'à deux mois en fonction de sa taille et des conditions de conservation. (F.N.)




© Aux Beaux Sapins / DR



© Aux Beaux Sapins / DR



 Kévin and Noémie from "Aux Beaux Sapins" grow beautiful Nordmann and spruce trees in Sainte-Hélène-sur-Isère near Albertville. They started the adventure in 2019, combining family expertise, respect for nature, and a traditional know-how. It takes five years for trees to reach 1m tall. Their eco-friendly methods include manual maintenance, biodegradable jute mats, and natural fertilizers. Patience is key in this challenging yet rewarding field.



© Art Dbrine

### TRUCS ET ASTUCES BRANCHÉES

#### Choisir son espèce

- **Nordmann** : Sans odeur, ne perd pas ses aiguilles, à mettre en place 3 semaines avant Noël (2 semaines si moins d'1,30m).
- **Épicéa** : Odeur de sapin, perd ses aiguilles, à mettre en place 1 semaine avant Noël. Moins cher que le nordmann.

#### Conserver son sapin

Plutôt en extérieur (mais pas abrité) si on ne souhaite pas l'installer tout de suite. Se renseigner sur la date de coupe lors de l'achat. Un sapin qui vient de loin et est issu d'une grosse production a plus de chance d'être coupé tôt.

#### L'installer

Enlever le filet la veille pour qu'il reprenne sa forme naturelle. Frapper l'ensemble sapin et bûche au sol pour bien enfoncer le pied. Couper les branches basses et tailler si besoin. Installer loin des sources de chaleur, des lieux de passage/courant d'air. Le surélever en cas de sol chauffant.

#### Mettre l'eau à la bûche

Même coupé, le sapin peut boire jusqu'à 50cl d'eau par jour. Le placer dans une bassine avec 2 cm d'eau. Vaporiser le pied du sapin (jonction avec la bûche) tous les 2 jours. Ne pas utiliser d'eau avec des installations électriques décoratives.




### AUX BEAUX SAPINS • KÉVIN & NOÉMIE

30 chemin des Pervenches • Sainte-Hélène-sur-Isère

Ouvert du lundi au vendredi • 9h-12h / 14h-18h

+33 (0)6 44 66 20 34 • auxbeauxsapins.fr

 auxbeauxsapins

SALLE D'ESCALADE

# TROUVONS CHAUSSON

*à notre pied*

**Appel à tous les grimpeurs en recherche de plaisir et d'adrénaline. La grimpe, ça se pratique même l'hiver du côté d'Aime, à Rêve de Blocs. L'unique salle d'escalade indoor nous attend avec ses voies sans cesse renouvelées et ses nouveautés. Vous l'aurez compris, c'est THE spot pour trouver sa voie !**

La réputation de Rêve de Blocs a largement dépassé les murs de sa salle de plus de 500m<sup>2</sup>. Depuis plus d'un an, Pyf et son équipe de professionnels passionnés en ont fait une salle de blocs doublée d'un véritable lieu de partage et d'échange. Ici, débutants et pratiquants confirmés sont les bienvenus du lundi au dimanche. Pourquoi venir ?

## 4 BONNES RAISONS DE FAIRE LE MUR

**1** Pour ceux qui veulent continuer à perfectionner leur technique de grimpe une fois les beaux jours passés, c'est l'occasion de grimper au chaud à l'abri des intempéries. Impossible de s'ennuyer avec les 8 niveaux de difficultés, symbolisés par différentes couleurs. Des cours sont même proposés pour petits et grands.

**2** Grâce à une équipe dynamique et professionnelle composée de Pauline, Baptiste, Jean-Loup et Cédric (l'ouvreur), on peut tester les différentes voies en toute sécurité, et bénéficier de leurs conseils avisés. Cédric renouvelle 14 voies sur les 100 répertoriées chaque semaine, pour ceux qui craindraient de se lasser.



**3** C'est aussi dépasser ses limites physiques et mentales dans une ambiance bon enfant. On pourrait dire « Venez comme vous êtes » ! Ici personne ne se juge, et les encouragements sont de la partie. L'avantage du bloc, c'est de pouvoir démarrer sans prendre de cours avec la piste jaune débutante. « En fonction de ta progression, ta pratique reste la même, que ce soit pour les débutants ou les confirmés, atteste Cédric. Ce qu'on cherche, c'est s'échauffer, essayer des blocs qu'on arrive presque à faire mais pas encore ! »

**4** Après l'effort, place au réconfort... L'espace buvette et restauration nous attend avec pizzas, paninis, boissons soft et bières et le tout sur demande. (C.B.)

« Il y a une super ambiance et l'équipe encadrante est très conviviale. Partager une bière avec eux en fin de séance est toujours un plaisir ! »  
*Ludovik, graphiste Infosnews et pratiquant régulier*

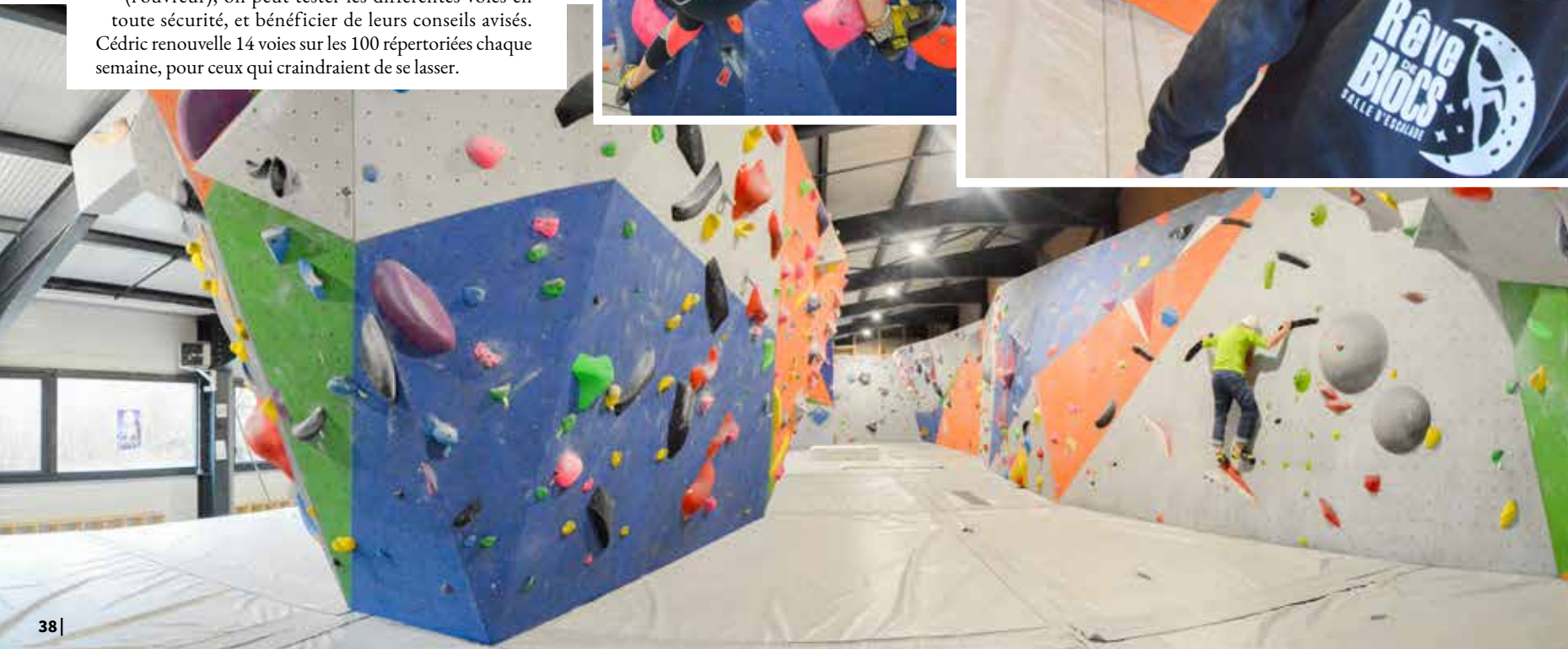
**DES NOUVEAUTÉS À DÉCOUVRIR**  
Que faire de nos bambins hyperactifs ? Un nouvel espace enfant vient s'ajouter au mur existant. Deux étages dotés d'un espace avec filet et cheminée pour accéder à l'étage supérieur ont été créés. « C'est un coin plus protégé pour eux, ils peuvent s'amuser en toute sécurité », témoigne Baptiste. Pour les grimpeurs confirmés, un pan d'entraînement incliné à 21° accompagné de deux pans verticaux nous font de l'œil. Un nouveau devers de 38 à 51° s'offre aux grimpeurs ambitieux. La détente grimpe en flèche avec les nouveaux baby-foot et mezzanine qui nous attendent pour déguster crêpes et gaufres en plus des gourmandises déjà proposées. Pour une fois, il est bon d'aller droit dans le mur !



NOUVEAU DEVERS 51°

**🇬🇧 R**êve de Blocs, the 500m<sup>2</sup> indoor climbing hall in Aime, has become the meeting point for climbers of all levels. Open daily, it provides 8 difficulty levels, courses on Tuesdays and Wednesdays, in a friendly atmosphere. A professional team ensures safety and guidance. Every week, new routes are proposed, no time to get bored ! Ideal for beginners and advanced climbers, come and improve your climbing techniques, without judgment. After effort comes comfort at the bar offering pizzas, snacks and drinks.

**📍 RÊVE DE BLOCS - SALLE D'ESCALADE**  
À Aime, 1026 Route des Îles (derrière E.Leclerc)  
Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 14h-22h  
Mercredi : 10h-22h  
Samedi et dimanche : 10h-18h  
Tarifs par séance :  
Adulte 14€ • 12-17 ans 10€ • 4-11 ans 8€  
+33 (0)4 79 41 55 21 • revedeblocs.com



LA RECETTE  
QUI VOUS REND

**ACCRO**

100% VÉGÉTAL



## TARTIFLEX 100% VÉGÉTALE

### INGRÉDIENTS POUR 2 PERSONNES

- Préparation : 20 min.
- Cuisson : 25 min.

- 300g d'allumettes végétales ACCRO
- 600 g de pommes de terre
- 180 g d'oignons émincés
- 1/2 reblochon
- 40 ml de vin blanc
- 80 ml de crème liquide
- 15 g de beurre
- 8 ml d'huile
- Sel, poivre

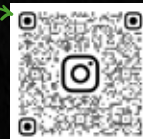


ENVIE DE  
CHANGER  
LES CHOSES ?



**ACCRO.FR**  
PRO@ACCRO.FR

RETROUVEZ  
TOUS NOS PRODUITS  
ET NOS ACTUS



### LES POMMES DE TERRE

Épluchez puis coupez les pommes de terre en rondelles. Faites-les cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

### LA GARNITURE

Dans une sauteuse bien chaude, faites chauffer un peu de beurre et d'huile. Ajoutez les allumettes végétales ACCRO et faites-les revenir jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Réservez-les.

Ajoutez le reste du beurre et de l'huile dans la sauteuse, puis faites suer les oignons. Une fois les oignons cuits, remettez les allumettes avec les oignons. Déglacez avec le vin blanc, laissez réduire de moitié, puis incorporez la crème. Assaisonnez de sel et de poivre.

### L'ASSEMBLAGE ET LA CUISSON

Ajoutez les pommes de terre cuites à la garniture. Mélangez bien le tout pour homogénéiser. Disposez le mélange dans un plat à gratin.

Coupez le reblochon en deux et placez-en une moitié, croûte vers le haut, sur le mélange d'allumettes ACCRO, pommes de terre et oignons.

Enfournez à 140 °C pendant environ 20-25 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et doré.

Servez la tartiflette bien chaude, accompagnée d'une salade verte.

**Guide Gourmand**  
LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES



*La Petite Bergerie*

*Côte de bœuf charolaise*

COURCHEVEL LE PRAZ



# La Petite Bergerie

COUP DE FOURCHETTE  
COURCHEVEL LE PRAZ

Dans cette ancienne bergerie familiale, transformée en refuge gourmand au cœur du petit village du Praz, le temps semble s'être arrêté. Entre pierres patinées, objets d'autrefois et viandes grillées dans la cheminée, La Petite Bergerie célèbre avec chaleur le charme de l'antan.

## L'ODEUR DES SOUVENIRS

Autrefois abri pour les troupeaux, la bergerie semble avoir gardé en ses murs la chaleur des hivers passés. Ici et là, les photographies d'époque et les objets de pastoralisme nous parlent d'un village où l'on vivait de l'élevage. Sur le fronton de la cheminée, le nom de Jeannot, ancien maître des lieux, veille comme une ombre bienveillante. Une odeur de feu de bois flotte dans l'air. On se sent à l'abri du froid, du bruit et du temps.

## CHAQUE PRODUIT A UNE HISTOIRE

Les assiettes arrivent fumantes. Tout se partage : une ardoise de charcuterie, une terrine de cochon de montagne et un guacamole maison qui défie les traditions. Puis viennent les plats, portés par un rare souci du détail. La côte de bœuf charolaise – 1,3 kg de tendreté – nous est présentée comme une œuvre d'art avant de s'embraser sous nos yeux. Le magret de canard grillé au miel de montagne et le filet mignon cochon Bellota étonnent par leur tendresse et leur saveur, tandis que l'on redécouvre le plaisir intemporel d'une bonne fondue savoyarde. « Chaque produit a une histoire, confie Éric Brèche, maître des lieux. Au fil des années, La Petite Bergerie conserve son



Pain perdu



Foie gras mi-cuit

## À L'OMBRE DES BRAISES

Le feu s'apaise, mais pas notre plaisir. Le dessert arrive, promesse d'enfance : une crème brûlée à la vanille, fine et délicate, un pain perdu tiède escorté d'une glace onctueuse ou un fondant au chocolat qui, sous sa croûte timide, dévoile un cœur coulant. L'instant est suspendu, comme si le monde pouvait attendre encore un peu. Attablés, nous laissons la chaleur et les histoires de la bergerie s'imprimer en nous, renouant avec l'essentiel : les flammes qui dansent, les pierres qui parlent et le goût simple des choses vraies. (F.N.)

🇬🇧 The restaurant La Petite Bergerie, once a shelter for sheep, has kept its warm, rustic charm. The photos and objects share the story of a village that lived by farming. The name of Jeannot, the former owner, is carved on the fireplace, watching over with care. The chef proposes tender meats braised in the fireplace in front of the client, local specialities, and delicious desserts. Here, time slows down, celebrating tradition and simple pleasures.



ADN. Nous sommes heureux et chanceux de vivre au milieu de nos racines. » Du miel de montagne aux légumes de saison, tout célèbre le terroir et les rencontres humaines.



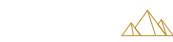
Le poisson du jour



Gratin dauphinois maison



Le "Bréchu" arrose sa poire



116 rue de la Chapelle  
Courchevel Le Praz  
Ouvert du mardi au dimanche de 17h à 23h30  
+33 (0)4 79 06 96 32  
lapetitebergerie-courchevel.com

## COURCHEVEL LE PRAZ

### L'Épicerie du Praz

C'est le repaire des gourmets, où l'on retrouve une sélection de produits utilisés dans les restaurants de La Maison Pinturault : pain, fromages, charcuteries de Savoie ou miels, vins, jus de fruits artisanaux, mais aussi casse-croûtes et desserts maison.

♥ La Mousse du chef, bière créée par Jean-Rémi Caillon

Ouvert du mardi matin au dimanche midi de 8h30 à 13h30 et 15h à 19h

147, Rue du Lac • Courchevel Le Praz  
+33 (0)4 79 08 42 90 • restaurant@lespeupliers.com  
lespeupliers.com



© Maram

## COURCHEVEL LE PRAZ

### L'Étable des Lys



© Maram

L'Étable des Lys se dévoile dans une ancienne étable du village. On y déguste des spécialités fromagères et paysannes savoyardes, comme le potchon et la matouille dans un cadre rustique et authentique, avec des produits venus des fruitières et les fermes avoisinantes.

♥ Le potchon (pommes de terre et fromage de chèvre)

Du mercredi au lundi de 19h30 à 22h  
22 Passage des Écoliers, Le Praz

+33 (0)4 79 07 97 71 • restaurant@lespeupliers.com  
lespeupliers.com

## COURCHEVEL LE PRAZ

### La Table de Mon Grand Père

Au cœur du village, La Table de Mon Grand-Père incarne la générosité et le partage. La carte locale et durable sublime la richesse et la saisonnalité des produits montagnards, les saveurs et textures revisitant avec finesse les inspirations alpines.

♥ Le grand menu de partage

Ouvert 7j/7 midi et soir  
Restaurant de L'Hôtel Les Peupliers  
119 Rue du Lac • Courchevel Le Praz

+33 (0)4 79 08 41 47 • restaurant@lespeupliers.com  
lespeupliers.com



© Un duo

## COURCHEVEL 1850

### Alpage\*



© Rou d'images

Quand la nuit tombe sur les sommets de Courchevel, Alpage\* s'éveille. Inspiré par une balade au clair de lune, le chef Jean-Rémi Caillon sublime le terroir alpin. Pêche, chasse et cueillette s'unissent dans une symphonie de saveurs audacieuses.

♥ Une véritable expérience immersive

Ouverture le 18 décembre  
Dès 19h30, du mercredi au dimanche inclus  
Hôtel Annapurna • 734 Route de l'Altiport

+33 (0)4 79 08 04 60  
restaurant@annapurna-courchevel.com  
annapurna-courchevel.com

## COURCHEVEL 1850

### La Fèrma

Déguster une raclette ou une fondue fait partie des grands plaisirs des sports d'hiver. D'où la création de La Fèrma, un refuge sophistiqué et chaleureux, mêlant bois, laine et zelliges bleus pour sublimer les spécialités savoyardes dans un parfait équilibre entre prestige et tradition.

♥ Fondue au Grand Brut Alpin

Ouverture le 12 décembre  
Ouvert 7j/7 midi et soir

Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport  
+33 (0)4 79 08 04 60  
restaurant@annapurna-courchevel.com  
annapurna-courchevel.com



© ma BestSelection Paul

## COURCHEVEL 1850

### Rendez-Vous



© Paul Brecchu

C'est le cœur gourmand de l'Hôtel Annapurna. Résidents et visiteurs s'y retrouvent autour d'une cuisine de tradition française mettant à l'honneur des produits locaux et de saison, avec des plats servis en salle pour le plaisir des yeux.

♥ Les desserts du chef pâtissier  
Téophane Faucher

Ouverture le 12 décembre  
Dîner 7j/7 de 19h30 à 21h

Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport  
+33 (0)4 79 08 04 60  
restaurant@annapurna-courchevel.com  
annapurna-courchevel.com

## COURCHEVEL LE PRAZ

### La Petite Bergerie

Quand on passe la porte, on plonge dans un univers pastoral très chaleureux. Dans l'assiette, la viande grillée dans l'imposante cheminée est l'ADN du lieu. Ici la cuisine très locale est à l'honneur, et plus qu'ailleurs le client est roi !

♥ Croque-monsieur savoyard à la truffe

Ouvert du lundi au samedi soir  
116 rue de la Chapelle • +33 (0)4 79 06 96 32



## COURCHEVEL VILLAGE

### La Chapelle 1550



À La Chapelle 1550, qu'il est bon de s'installer bien au chaud près du poêle à bois pour savourer des recettes traditionnelles savoyardes, ou même sur la terrasse ! Amateurs de bonne cuisine faite maison et de lieux authentiques où la convivialité est de mise, La Chapelle 1550 exaucera tous vos vœux.

♥ La célèbre Chapelloise : 3 fromages savoyards avec de l'ail passés à la poêle

104 rue des Rois  
Ouvert tous les jours, midi et soir  
+33 (0)4 79 55 46 48 • lachapelle1550.fr

## COURCHEVEL MORIOND

### Bistrot Manali

Offrez-vous un déjeuner ou un dîner avec vue ! Bistrot Manali, le restaurant de l'hôtel Manali Lodge, reçoit skieurs et piétons en quête d'une pause épicurienne à chaque moment de la journée sur le font de neige de Courchevel Moriond. Après avoir déposé les enfants au jardin d'enfants de Moriond, rendez-vous pour le brunch, dès 9h du matin, avant le déjeuner sur la grande terrasse ensoleillée, puis pour le goûter autour du feu de cheminée et, enfin, pour un dîner d'exception dans un cadre chaleureux et décontracté. Les mardis soir, rendez-vous pour les soirées L'Apéro des Copains avec musique live et tapas.

♥ La nouvelle carte de brunch tous les matins

✓ Accès ski aux pieds et piétons

🇬🇧 Bistrot Manali, the restaurant of the hotel Manali Lodge, welcomes skiers and pedestrians in search of a culinary break on the slopes of Courchevel Moriond, offering a majestic panorama on La Saulire and Courchevel 1850. Perfect for brunch, lunch on the sunny terrace, tea-time near the fireplace, or dinner in a warm and relaxed setting.



© Philippe Gal



© Aline Hudry



© Aline Hudry

Ouverture le 7 décembre  
Restaurant de l'hôtel Manali Lodge  
234 rue de la Rosière • +33 (0)4 79 23 19 41  
bistrot-manali.com



# provencia

Savourez nos terroirs

## MOÛTIERS market



### LÉGUMES D'AUTOMNE CONFITS AU MIEL

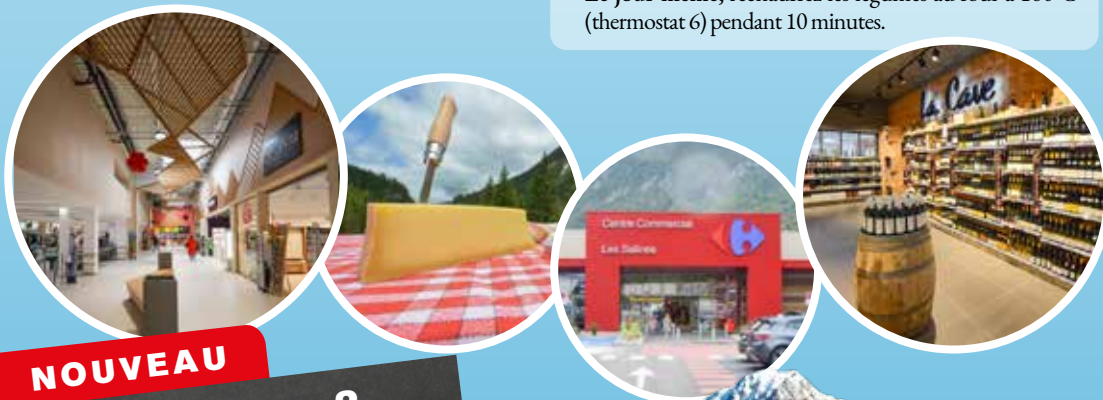
#### POUR 4 PERSONNES INGRÉDIENTS

- × Potiron ou butternut
- × 3 navets
- × 6 carottes jeunes
- × 500 g pommes de terre
- × 1 c.s. de mélange 4 épices
- × 4 gousses d'ail
- × 15 cl d'huile d'olive
- × 2 c.s. de romarin effeuillé
- × 2 c.s. de miel liquide



#### PRÉPARATION

- La veille de la dégustation, préchauffez le four (180°)
- Épluchez et coupez les navets en deux dans le sens de la longueur.
- Épluchez les carottes ainsi que les pommes de terre.
- Ouvrez le potiron, épépinez-le et coupez la chair en quartiers et en cubes.
- Tranchez en lamelles les pommes de terre.
- Déposez les légumes sur la lèchefrite du four avec les gousses d'ail entières.
- Assaisonnez avec le romarin, le miel, du sel et du poivre.
- Versez l'huile d'olive et mélangez soigneusement avec les mains en rajoutant la cuillère à soupe de 4 épices.
- Enfourez pour 45 minutes.
- Vérifiez la cuisson des légumes en les piquant avec la pointe d'un couteau, ils doivent être tendres.
- Augmentez alors la température du four à 210°C (thermostat 7), et poursuivez la cuisson 10 à 15 minutes, jusqu'à obtenir une belle coloration.
- Laissez refroidir à température ambiante, puis filmez le plat.
- Le jour même, réchauffez les légumes au four à 180°C (thermostat 6) pendant 10 minutes.



**NOUVEAU**

- ✓ +800 m<sup>2</sup>
- ✓ Rayon marché
- ✓ Galerie commerciale
- ✓ Cave à vin

**8H - 20H**  
**VENDREDI JUSQU'À 20H30**  
**DIMANCHE 8H30 - 12H30**  
 +33 (0)4 79 24 12 44

### COURCHEVEL 1850 Cabane des skieurs

C'est LE spot pour les gourmands en quête d'une pause rapide qui ne fait pas l'impasse sur la qualité. Sandwichs, salades, soupes et desserts satisferont tous les appétits, des recettes les plus simples aux plus élaborées.

♥ Le croque montagnard

🇬🇧 La Cabane des Skieurs is the place to be for a quick meal prepared with quality products : sandwiches, salads, soups and desserts.



Accès piétons et skieurs  
 Au sommet de la TC des Verdons  
 cabanedeskieurs@3valleesrestauration.com  
 f Snack La Cabane des Skieurs

### COURCHEVEL 1850 Il Rifugio

Chez Il Rifugio, la pause déjeuner, en salle ou en terrasse, c'est un voyage au parfum d'Italie. Antipasti, plats de pâtes et pizzas faits maison : la cuisine est simple mais généreuse, avec de bons produits régionaux.

♥ L'ambiance Dolce Vita



🇬🇧 At Il Rifugio, savour antipasti, homemade pasta dishes and pizzas, in the dining room or on the terrace : simple and generous dishes prepared with local products.

Ouverture le 14 décembre  
 Accès piétons et skieurs  
 Au sommet de la TC des Verdons  
 au pied de la TC Vizelle  
 +33 (0)4 79 08 98 98  
 ilrifugio@3valleesrestauration.com

### COURCHEVEL 1850 Ineos Club House

L'Ineos Club House, temple de l'événementiel, à l'architecture moderne, offre une expérience culinaire exceptionnelle. Situé au pied du stade de slalom Emile Allais, il est accessible à ski depuis les pistes, comme à pied en empruntant l'ascenseur. Le chef Aurélien Lardeux, propose une carte traditionnelle française, sans oublier une belle proposition de pizzas et quelques spécialités savoyardes. Le chef pâtissier, Guy Lamure, réveillera votre gourmandise avec son buffet de desserts magique.

♥ Le buffet de desserts de Guy Lamure

🇬🇧 Ineos Club House offers an exceptional culinary experience : traditional French dishes, pizzas and Savoyard specialities by chef Aurélien Lardeux, and the dessert buffet prepared by pastry chef Guy Lamure. Located at the foot of the Emile Allais slalom stadium, it is accessible both on skis and on foot.



Ouverture le 7 décembre  
 7j/7 • Uniquement le midi de 12h à 15h30  
 83 rue Park City à Courchevel 1850  
 +33 (0)4 79 00 12 44 • ineosclubhouse.com

## MÉRIBEL ALTIPOINT Le Blanchot

Au cœur des sapins enneigés, Le Blanchot offre une vue magique sur les sommets environnants. Cette année, en plus du midi, le restaurant ouvre ses portes le soir pour une ambiance plus chaleureuse et intimiste. En cuisine, tout est fait maison, à base de produits frais et locaux. La carte simple et efficace répond à toutes les attentes : belle sélection de viandes, spécialités savoyardes, plats veggie et desserts (sur place ou à emporter). Sans oublier la carte des vins élaborée avec soin et l'espace lounge avec chaises longues. En plus, la P'tite Boutique du Blanchot ravira les amateurs d'accessoires et objets déco en tout genre.

♥ La terrasse ensoleillée

✓ Nouveau : ouverture le soir

🇬🇧 Le Blanchot is situated in an exceptional setting with magical view on the surrounding mountains. In the kitchen, all dishes are homemade, prepared with local and fresh products: meats, local specialties, vegetarian dishes, and delicious desserts. This year, the restaurant opens its doors in the evening for a more intimate atmosphere. Don't miss the souvenir shop and the lounge area.



Ouverture le 7 décembre  
3921 Route de l'Altiport - Méribel  
Réservation en ligne uniquement  
leblanchotmeribel.com

## MÉRIBEL Marius

Le midi, Marius invite à une pause gourmande sur sa terrasse ensoleillée, entre burgers, viandes grillées et salades. Le soir, le chef Steven Subinlou présente une cuisine élégante au cœur d'une salle aussi spacieuse que chaleureuse.



♥ La cave à vins du propriétaire, aussi exploitant du domaine Terres Destel

Ouverture le 7 décembre  
En face du Parc Olympique  
+33 (0)4 79 40 06 16 • restaurant-marius.com

## MÉRIBEL Le Refuge



Nouveauté cette année : le brunch, tous les jours dès 8h, avec croissant, pancake, œuf brouillé, lard, saumon fumé maison... Le soir, on retrouve le fameux potiron de Julie, bien connu des habitués des Pierres Plates, et une carte traditionnelle au large choix, sans oublier les pizzas et fondues.

♥ La formule brunch à 29€

🇬🇧 New is brunch from 8am with a large choice in croissants, pancakes, scrambled eggs, bacon, homemade smoked salmon... In the evening, enjoy Julie's famous pumpkin, and a traditional menu, pizzas and fondues.



Méribel Centre  
+33 (0)4 79 08 61 97

## MÉRIBEL-MOTTARET Le Plan des Mains

Au pied du Mont-Vallon, le restaurant propose une cuisine de brasserie créative et soignée, avec des produits frais et locaux, dans une ambiance cosy. Pour une pause rapide mais gourmande, direction le coin sandwicherie, et ses encas aussi variés que délicieux.

♥ La terrasse ensoleillée



🇬🇧 At the foot of Mont Vallon, Le Plan des Mains offers creative, refined brasserie-style dishes made with fresh, local ingredients in a cozy atmosphere. For a quick culinary break, head to the sandwich corner, proposing a variety of delicious snacks.

Ouverture le 7 décembre  
Accès ski et piéton : au pied du TC Mont Vallon  
+33 (0)4 79 07 31 06  
plandesmains@3valleesrestauration.com  
f Restaurant Le Plan des Mains

## MÉRIBEL-MOTTARET La Buvette de Tueda

Au bord du lac de Tueda, on déguste de généreux plats, salades, crêpes et autres spécialités savoyardes. L'accent est mis sur les produits locaux et le circuit court, des boissons jusqu'aux desserts !

♥ Le délice savoyard à la crème de marron



🇬🇧 Situated near the lake Tueda in an amazing setting, La Buvette de Tueda proposes traditional dishes, Savoyard specialties, salads, pancakes using local produce and short distribution channels, from drinks to desserts !

Ouverture le 7 décembre  
Chemin de Tueda, à Mottaret  
Accès à pied ou en raquettes  
+33 (0)4 79 00 45 08

## MÉRIBEL-MOTTARET La Réserve

Idéalement situé au bord des pistes de Mottaret, et donc accessible aux piétons comme aux skieurs, le restaurant offre une pause gourmande et réconfortante, dans une salle élégante ou sur la terrasse panoramique ensoleillée. Pad thai, souris d'agneau, entrecôte Wagyu, plats savoyards et végétariens... la cuisine à base de produits locaux et de saison allie les saveurs du monde, l'audace et la tradition. Lounge bar, musique et cheminée complètent l'expérience cosy et chaleureuse !

♥ La terrasse accessible à ski

🇬🇧 Ideally located by the slopes, this restaurant offers a gourmet and comforting break in an elegant dining room or on the sunny panoramic terrace. The menu features pad Thai, lamb shank, Wagyu meat, Savoyard and vegetarian dishes. A lounge bar, music, and fireplace complete the cosy and convivial experience.



Ouverture le 7 décembre  
Ouvert 7j/7, midi et soir  
Restaurant de l'hôtel La Tarentaise  
60 Chemin des Primevères • Méribel-Mottaret  
+33 (0)4 65 84 86 62 • hoteltarentaise.com



SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys



Dans leur chalet d'alpage, Martine et Bruno perpétuent une véritable tradition familiale et montagnarde, pétrie de chaleur, de valeurs et d'hospitalité. Restaurant aux gourmandises authentiques, ils proposent également un goûter généreux pour les petits creux.

♥ La terrasse ensoleillée

🇬🇧 Martine and her brother Bruno offer their guests a warm welcome and a gourmet break on the magnificent sun-exposed terrace overlooking the Belleville valley. Summer and winter alike, this former mountain pasture chalet has been a restaurant for almost 40 years.



Ouverture le 14 décembre  
À droite départ TSD St Martin Express  
+33 (0)4 79 08 95 31 • info@lecorbeleys.com  
le-corbeleys.com • f lecorbeleys



LES MENUIRES  
La Ferme de Reberthy



Une cuisine traditionnelle et gourmande, où se mêlent spécialités savoyardes et cuisine de montagne revisitée: le midi sur la terrasse skis aux pieds (service tardif), le soir au coin de la cheminée. L'après-midi se passe en musique sur les transats près du bar à gin, et le soir côté pub.

♥ La côte de bœuf de chez Gaston

Ouverture le 7 décembre  
Reberthy 2000  
Accès skis: piste des Boyes  
lafermedereberthy.com • +33 (0)4 79 00 77 01

LES MENUIRES  
Là-Haut



Une cuisine de cœur au gré de l'ardoise. Les plats sont bon enfant et 100% maison, les desserts jouent avec les fruits d'ici et la jolie carte des vins fait le tour des vignobles. La salle est cosy, la cheminée propice au «cocooning» et les couleurs sont douces.

♥ La côte de bœuf dans la cheminée

Ouverture le 7 décembre  
Quartier de Preyerand  
+33 (0)4 79 01 04 76  
Ouvert tous les jours

LES MENUIRES  
L'Ours Blanc



Dans un cadre chaleureux avec une vue imprenable, découvrez une carte qui célèbre les saveurs locales avec des produits frais et de saison. Le soir, un buffet varié ravit les gourmands avec des mets délicats. Un véritable voyage gustatif!

♥ Truite en gravlax, myrtilles et génépi

Restaurant de l'hôtel Ours Blanc  
Ouvert 7j/7 midi et soir • Quartier Reberthy  
+33 (0)4 79 00 61 66 • hoteloursblanc.com  
@laterrassedeloursblanc

LES MENUIRES  
Le Comptoir

Sabrina et Béatrice vous accueillent dans ce lieu de convivialité gourmand et chaleureux. Pour le déjeuner, restauration en libre-service aux teintes de cantine gourmande et montagnarde, généreuse et 100% maison. À découvrir aussi, le bar à pâtes fraîches maison, les huîtres et fruits de mer. Le soir, en plus de la restauration à table, notre bar à vins et nos cocktails maison sont à découvrir jusqu'à minuit.

♥ Nouveauté : service à table de 7h30 à 18h30, scannez le QR code

🇬🇧 Sabrina and Béatrice will be welcoming you, where influences from the mountains and modern cuisine combine in beautiful harmony. At lunchtime the Comptoir is a mountain-gourmet self-service restaurant. In the evening you can enjoy our restaurant and a wine and cocktail bar until midnight.

Ouverture le 7 décembre  
Bâtiment L'Oisans • La Croisette  
+33 (0)4 79 00 69 20 • lecomptoirmenuires.com  
f LeComptoir.Menuires



LES MENUIRES  
L'Alpin

Concept unique dans la vallée des Belleville, Steak House avec des viandes d'exceptions au grill ou à la rôtissoire géante (pièces de deux à 12 pers. épaule d'agneau, cochon de lait etc.). L'Alpin, c'est aussi une carte brasserie, des pizzas maison, des burgers, des spécialités savoyardes et toutes les pâtisseries maison.

♥ Soirées alpines ultra cocooning igloo (6 à 10 pers.) et télécabines / 25°C

🇬🇧 Unique concept in the Belleville Valley, a steak house offering exceptional grilled meats. The restaurant L'Alpin also offers homemade pizzas, burgers, and the dish of the day for lunch.

Quartier des Bruyères  
+33 (0)4 79 00 61 01 • f Alpinlesmenuires



LES MENUIRES  
La Marmite

La Marmite propose une carte de montagne aux produits frais, locaux et originaux à la fois (label Maître Restaurateur). La carte des vins est à découvrir absolument car revisitant toutes les régions de France. La Marmite, c'est aussi une délicieuse offre de snacking salés, crêpes et gaufres de Liège. Nouveau : pâtes fraîches et gourmandes faites maison.

♥ Repas insolite dans une télécabine chauffée ou igloo

🇬🇧 La Marmite's menu centres around fresh, local, original produce. The wine list is not to be missed. La Marmite is also a large choice of takeaway food including savoury snacks, pancakes and waffles.

Ouverture le 7 décembre  
Quartier des Bruyères  
+33 (0)4 79 00 74 75 • lamarmite-lesmenuires.fr  
f lamarmitelesmenuires



## LES MENUIRES Le Lou-Bar



Tu aimes déguster de bonnes bières du monde, siroter un cocktail maison ou bien te réchauffer autour d'un vin chaud, viens traîner ton museau au Lou-Bar ! Côté cuisine : tarte flambée, tapas, charcuterie et fromage de la région, à partager (ou pas) si tu as les crocs.

♥ Les soirées mémorables avec music live

Ouverture le 17 décembre  
Galerie la Croisette • 16h-02h  
+33 (0)6 09 07 40 71 • @loubar\_pub

## LES MENUIRES / VAL THORENS Refuge du Lac du Lou



C'est dans un cadre naturel unique et magique, à 2035m d'altitude, dans le vallon préservé du lac du Lou, que Coralie, Marie et Jonathan accueillent skieurs et randonneurs pour une pause gourmande ou une nuit en refuge (sur réservation) au cœur des montagnes. La carte du restaurant est à l'image de leurs valeurs : simple, authentique et responsable.

♥ La cuisine locale et bio



Ouverture le 7 décembre  
Midi et soir • fermé le lundi (sauf vacances scolaires)  
Accès depuis parking Plan de l'Eau (1h)  
Hors-piste (non sécurisé) depuis La Masse,  
Cime Caron et Boismint  
+33 (0)7 70 22 86 79 • refugedulacdulou.com

## VAL THORENS Il Gusto



Dans un décor feutré ou sur la magnifique terrasse panoramique plein sud, on déguste ici de bonnes pizzas italiennes et des plats aux accents asiatiques. Sans oublier la cuisine sincère et généreuse de la Savoie, pour partager un excellent moment de convivialité.

♥ Les tapas à partager le soir

Résidence Oxalys • +33 (0)4 79 23 26 58  
ilgusto-valthorens.fr

## VAL THORENS Beef & Lobster

Le restaurant offre une expérience unique où se mêlent produits de la terre et de la mer. Le midi : burgers, huîtres, moules-frites et grillades. Le soir, des viandes mûrées d'origine française et des produits de la mer. Chaque plat est élaboré à partir de produits frais et bio, et est accompagné de vins choisis.



© Summit Digital Studio

♥ Carte gourmande le midi et bistrannique le soir

Hameau du Kashmir (entrée station - piste du Cairn)  
+33 (0)4 79 09 50 21 • beef-and-lobster.com

## VAL THORENS Le M, hôtel Marielle



Le midi, le M vous invite à une pause bistrannique sur sa belle terrasse ensoleillée, avec viandes grillées et produits de saison. Entre deux pistes, profitez aussi du snack rapide avec burgers et paninis. En soirée, buffet varié de la boucherie à la pâtisserie.

♥ Accessible skis aux pieds

Ouvert 7j/7 midi et soir • 327 Rue du Soleil  
+33 (0)4 58 24 00 80 • hotelmarielle.com  
@hotelmarielle

## VAL THORENS Le Caribou

Joël et son équipe vous accueillent dans ce joli restaurant d'altitude (2750m) aux allures scandinaves. Les bons petits plats se dégustent à l'intérieur, sur la terrasse panoramique ou dans les petits chalets privatisables. Les mardis et jeudis, montée en chenillette et dîner musical.

♥ Coin snack pour les plus pressés

🇬🇧 Joël and his team offer tasty dishes to be enjoyed indoors, on the terrace or in the small private chalets. Le Caribou is open for lunch, and dinner with music every Tuesday and Thursday from 6pm by snowcat.



Ouvert 7j/7 de 11h30 à 16h30  
À l'intersection pistes Génépi et Asters  
Accessible TC Moraine et Funitel de Thorens  
+33 (0)6 03 45 62 23 • chaletcaribou.com

## VAL THORENS Le Chamois d'Or

Le Chamois d'Or, c'est une carte variée, avec des viandes, burgers, pizzas, salades et plats végétariens. Les assiettes sont gourmandes, le décor savoyard chaleureux, et la terrasse ensoleillée bien placée au pied des pistes... Formules demi-pension. Livraison de burgers & pizzas à domicile.

♥ L'omelette aux cèpes



🇬🇧 Enjoy a varied and delicious meal in the rustic and welcoming setting of Le Chamois d'Or. Its reception area is large enough to welcome groups and its sunny terrace is a delight in the afternoon. Access to the restaurant is also possible from the pistes.

Ouvert 7j/7 (8h-23h) • Rue du Soleil  
+33 (0)4 79 00 08 79 • +33 (0)7 61 95 71 00  
valtho1@orange.fr • restaurantlechamoisdor.com

## VAL THORENS Chalet de la Marine

Dans ce chalet traditionnel sur les pistes, le charme de l'antan se marie à l'élégance. Les spécialités savoyardes côtoient une cuisine gastronomique qui célèbre les produits nobles. Côté bistro, un service sur le pouce avec des plats simples, rapides et copieux pour le plus grand bonheur des skieurs.

♥ Le pot au feu au foie gras au coin du feu

🇬🇧 This traditional chalet, situated on the slopes, proposes Savoyard specialities and gourmet dishes prepared with fine ingredients. On the bistro side, quick and hearty dishes are served for the delight of skiers looking for a bite on the go.



🚠 Piste des Dalles  
Ouvert 7j/7 • 9h-16h30  
+33 (0)4 79 00 11 90  
chaletmarine.com

## VAL THORENS Le Confidentiel

Dans un décor chaleureux mêlant bois, alcôves et touches montagnardes, le chef sublime la cuisine française avec des produits de saison et des desserts créatifs. Une adresse intime et gourmande, entre modernité et simplicité.

♥ Le clin d'œil aux Jeux Olympiques d'hiver



🇬🇧 In a warm setting combining wood, cozy nooks, mountain touches, and photos of alpine scenery, come and experience French cuisine prepared with seasonal ingredients, and creative desserts.

Ouvert 7j/7 • 19h - 21h  
Restaurant de l'hôtel des 3 Vallées  
+33 (0)4 79 00 01 86 • hotel3vallees.com

## VAL THORENS La Maison

La Maison vous propose un voyage gustatif unique entre Savoie et Aveyron. Cyril Attrazic, chef doublement étoilé, sublime les produits, soigneusement sélectionnés pour leur qualité et leur production en circuit court. Une très belle expérience gourmande, dans une ambiance cosy et design au pied des pistes.

- ♥ Les viandes de race Aubrac
- ✔ Terrasse ensoleillée avec vue sur les sommets

🇬🇧 La Maison offers a unique culinary journey between Savoie and Aveyron. Chef Cyril Attrazic, awarded two Michelin stars, proposes local quality products. Enjoy an exceptional gourmet experience in a cozy, stylish setting at the foot of the slopes.

Ouvert 7j/7 • Place Caron  
+33 (0)4 79 00 00 48 • la-maison-valthorens.com



## VAL THORENS Club 72 Steakhouse

Angus, Aubrac, Simmentales... Retrouvez les plus prestigieuses races de viande au Club 72 où chaque produit est sélectionné avec soin et travaillé pièce par pièce. Le bar propose un large choix de cocktails classiques et signatures. Un cadre chaleureux où bon temps et convivialité sont mots d'ordre.

- ♥ Noix d'entrecôte Angus

🇬🇧 Angus, Aubrac, Simmental... discover the most prestigious meat breeds at Club 72 Steakhouse. Each product is carefully selected and served in a warm and convivial setting. The bar offers a wide selection of classic and signature cocktails.

7j/7 de 15h à 1h30 • Rue de Gébroulaz  
+33 (0)4 79 01 31 19 • club-72.com



## VAL THORENS La Cabane

Découvrez dans ce lieu atypique l'excellence de la cuisine savoyarde. Les décors tout en bois et la lumière tamisée vous transportent dans l'intimité d'une cabane perchée sur la montagne. Au menu : des plats raffinés mettant le terroir à l'honneur, chaleur humaine et convivialité. On se sent ici comme chez soi !

- ♥ La boîte chaude truffée

🇬🇧 Here, in this unique and intimate setting, discover the excellence of Savoyard cuisine. On the menu : refined dishes prepared with local products, in a warm atmosphere. You'll feel right at home!

Ouvert 7j/7 de 18h à 23h • Rue des Balcons  
+33 (0)4 79 00 83 84  
la-cabane-valthorens.com



## VAL THORENS Les Chalets du Thorens

### UN VILLAGE MINIATURE

Les Chalets du Thorens, c'est un petit village au bord des pistes, où l'on sait recevoir, vivre et faire la fête, du matin jusqu'au soir. Restaurant aux saveurs exquises du chef Valentino, pizzeria, wok et sushis, crêpes, gaufres belges, snack, self, terrasses ensoleillées... les différents espaces rassasient les skieurs affamés et pressés aussi bien que les gourmets. À ne pas manquer : le bar lounge avec scène DJ, l'ambiance après-ski festive, le Festi'Val Tho chaque année en mars, et le village igloo pour des moments insolites.

- ♥ Le Festi'Val Tho (18 au 20 mars) réunissant les meilleurs DJ de la scène électro

- ✔ Les appartements, chambres d'hôtel et sauna pour une nuit de prestige

🇬🇧 Situated on the slopes, Les Chalets du Thorens propose something for everyone : restaurant, pizzeria, wok and sushi, pancakes, Belgian waffles, snack bar, self-service restaurant, ... There is plenty of place on one of the sunny terraces, at the lounge bar with live DJ set, or the igloo village for an unforgettable experience !



### LE RESTAURANT

À l'intérieur des Chalets du Thorens se cache une pépite gastronomique : le restaurant du chef Valentino. Dans un décor montagnard chaleureux et élégant, ses plats mêlent la créativité d'un cuisinier ancré dans ses racines italiennes mais ouvert sur le monde. Des fruits de mer au bœuf Simmenthal, en passant par les spécialités savoyardes et recettes traditionnelles, il en résulte une cuisine généreuse et gourmande, sublimée par l'amour des bons produits. Un régal pour les papilles, de l'entrée au vaste choix de desserts réalisés par le pâtissier de l'établissement. Enfin, mention spéciale pour Maître Dao : ses déclinaisons de sushis sont tout simplement à tomber...

- ♥ Les sushis de Maître Dao

- ✔ La nouvelle verrière, pour manger au chaud et avec la vue



🇬🇧 Hidden inside Les Chalets du Thorens, in an elegant setting, Chef Valentino proposes refined dishes with an Italian touch. From seafood and Simmental beef, to Savoyard specialities and traditional recipes, it's a feast of flavours, enhanced by top-quality products, including superb sushi from Maître Dao.

Au départ Télécabine Moraine • Accès en ski, à pied (et en motoneige sur demande)  
+33 (0)4 79 00 02 80 • leschaletsduthorens.com

VAL THORENS  
Le Koh-I Nor



Le KIN vous invite à une expérience gourmande à Val Thorens. Accessible via la piste Plein Sud, sa terrasse offre une vue époustouflante sur les 3 Vallées. Découvrez nos intemporels et nos plats XXL, le tout dans une ambiance conviviale et décontractée.

♥ Une vue imprenable et une carte généreuse

🇬🇧 Koh-I Nor invites you to a delightful culinary experience in Val Thorens. Accessible via the slope Plein Sud, its terrace offers a breathtaking view. Enjoy the house specialities and XXL meals, in a warm and relaxed atmosphere.



© Photos NG Prod

Koh-I Nor\*\*\*\*\*  
Ouvert midi et soir  
+33 (0)4 65 84 78 44  
hotel-kohinor.com

MOÛTIERS  
Les 3 Vallées Café

Porte d'entrée des 3 Vallées, cette brasserie allie créativité et gourmandise, accueil soigné et confort. Plats savoureux, options rapides, desserts irrésistibles, vins soigneusement sélectionnés : une escale incontournable !

♥ Le magret de canard miel-citron-sésame



Service 7j/7  
Parvis de la gare de Moûtiers  
+33 (0)4 79 00 49 20  
les3vallees-cafe.com

BOZEL  
Achillée

Ici, le mot partage prend tout son sens. Mené par le talentueux chef Pieter Riedijk (ancien chef du restaurant le Montgomerie\*\* K2 Altitude), le lieu nous propose une cuisine du terroir agrémentée de produits locaux savoureux. L'essayer c'est l'adorer !

♥ Les spaetzles gratinés au beaufort



Ouverture le 12 décembre  
Ouvert le soir du jeudi au lundi  
Et le midi les samedi et dimanche  
87 rue Jean-Jaurès, à Bozel  
+33 (0)4 57 37 28 55 • f @ restaurant.achillee

BOZEL  
Au Caprice



La boulangerie/pâtisserie Au Caprice, c'est the place to eat. Depuis plus de 10 ans, Mickaël et son équipe nous servent plus de 20 sandwiches gourmands : magret de canard et figues, beaufort, kebab... Et des desserts à tomber comme le sablé pistache/myrtille ou le Bergeron !

♥ Le Sortilège (fraise, mûre, vanille et praline)

Du jeudi au mardi de 6h à 19h  
Immeuble le Bonrieu, à Bozel  
+33 (0)4 79 22 08 36 f

GRAND-AIGUEBLANCHE  
Le Manoir de Bellecombe



Dans un cadre authentique d'un château du XVII<sup>e</sup> siècle, on déguste une cuisine française raffinée, faite de produits frais et locaux. Entrées gourmandes, viandes fondantes et desserts généreux vous séduiront à coup sûr !

♥ La côte de bœuf de 1kg pour 2 personnes

Mardi soir - Dimanche midi  
12h-14h / 19h-22h  
25 route de Saint-Oyen  
+33 (0)4 79 01 44 49 • lemanoirdebellecombe.com



mon super marché  
**sherpa**

14 magasins au cœur des 3 Vallées

À 2 pas de chez vous, venez découvrir toutes les saveurs et les produits de nos montagnes !

COURCHEVEL 1850  
04 79 08 40 39

LA TANIA  
04 79 08 80 69

VAL THORENS BALCONS  
04 79 00 91 90

VAL THORENS PÉCLET  
04 79 00 01 67

MÉRIBEL 1600  
04 79 06 68 40

MÉRIBEL LES ALLUES  
04 79 08 62 81

MÉRIBEL PLATEAU  
04 79 08 51 20

MÉRIBEL MOTTARET  
04 79 00 40 91

MENUIRES BRELINS  
04 79 08 38 23

MENUIRES BRUYÈRES  
04 79 00 69 59

MENUIRES CROISSETTE  
09 67 49 64 75

MENUIRES PREYERAND  
04 79 00 73 37

MENUIRES REBERTY 1850  
04 79 00 05 62

MENUIRES REBERTY 2000  
04 79 01 05 65

www.sherpa.net

sherpa.supermarche

sherpa\_supermarche

Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour | www.mangerbouger.fr

# Nouveau Kia EV3 100% électrique.

Jusqu'à 605 km d'autonomie. <sup>(3)</sup>



Kia France 349315295 RCS Nanterre

**KIA**  
Movement that inspires™



**AVANT PREMIÈRE**

◀ sur réservation • **TEST JEUDI 12 DÉCEMBRE**  
Chambéry

Entrez dans la nouvelle ère de la mobilité avec la gamme 100% électrique Kia. Offrant jusqu'à 605 km d'autonomie<sup>(2)</sup>, Nouveau Kia EV3, EV9 et EV6 repoussent les limites de l'innovation. Dotés d'un design audacieux, élégant, et d'un intérieur alliant confort et espace, ils concentrent le meilleur du savoir-faire technologique Kia.

*Delta Savoie*

**KIA CHAMBÉRY LA RAVOIRE**  
22 rue Pierre et Marie Curie,  
73490 La Ravoire  
Tél. : 04 79 72 94 08 | [www.deltasavoie.fr/kia](http://www.deltasavoie.fr/kia)

**KIA ALBERTVILLE**  
63 rue Aristide Berges,  
73200 Albertville  
Tél. : 04 79 10 03 37 | [www.deltasavoie.fr/kia](http://www.deltasavoie.fr/kia)

A 0 gCO<sub>2</sub>/km



Consommations mixtes du Kia EV9 100% électrique : de 20,2 à 22,8 kWh/100 km ; du Kia EV6 100% électrique : de 16,5 à 18 kWh/100 km ; du nouveau Kia EV3 100% électrique : de 14,9 à 16,2 kWh/100 km.

\*Garantie 7 ans ou 150 000 km (1<sup>er</sup> des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les états membres de l'UE ainsi qu'en Norvège, Suisse, Islande, Gibraltar, Monaco et Andorre, sous réserve du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur. (1) Movement that inspires = du mouvement vient l'inspiration. (2) Cycle mixte WLTP pour la version EV3 Earth 81,4 kWh. **Modèles présentés** : Versions spécifiques. Conditions sur Kia.fr



Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer