



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



RETROUVEZ-NOUS

EN VIDÉO

WWW.INFOSTV.TV



friendly
Menuires
festival

DU 10 AU 12 MARS

LES MENUIRES [PAGE 2]

**ÉVÉNEMENTS
STATIONS**

**FEMMES ET
MONTAGNE**

VISITES GUIDÉES

PARALYMPIQUES

**COUPE DU MONDE
DE SKI ALPIN**

SPECTACLES

ÉLECTRO

**GUIDE
GOURMAND**

**PORTRAITS
D'ICI**

CINÉMA

TRAIL

PEINTURE

SOLIDARITÉ

COCKTAILS



N°483

AGENDA DU 6 AU 13 MARS 2026



Nouveau Kia EV5.

Le SUV familial 100% électrique.



KIA
Movement that inspires⁽¹⁾

À partir de
499 € TTC/mois⁽²⁾
1^{er} loyer majoré de 3 700 € TTC
grâce à la prime CEE de 300 €⁽⁴⁾
LLD sur 49 mois et 40 000 km

Découvrez Kia EV5, le tout nouveau SUV 100% électrique ultra-spacieux. Son volume de coffre de 566 L et la possibilité d'un plancher plat facilitent tous les chargements. Profitez également de sa grande autonomie allant jusqu'à 530 km⁽³⁾. Et avec Kia Charge, accédez à plus de 150 000 points de charge en France⁽⁵⁾.

Delta Savoie

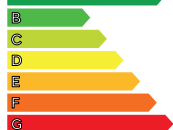
CHAMBERY - LA RAVOIRE
22 rue Pierre et Marie Curie, 73490 La Ravoire
Tél. : 04 79 72 94 08 | www.deltasavoie.fr

ALBERTVILLE
63 rue Aristide Berges, 73200 Albertville
Tél. : 04 79 10 03 37 | www.deltasavoie.fr

Consommations mixtes du Kia EV5 : de 16,9 à 17,8 kWh/100 km.

⁽¹⁾Garantie 7 ans ou 150 000 km (1^{er} des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les Etats membres de l'UE (Norvège, Islande, Gibraltar, Monaco, Andorre et Suisse inclus) sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur. ⁽²⁾Movement that inspires - Du mouvement vient l'inspiration. **Mentions légales KIA FINANCE** (2) Exemple de Location Longue Durée (LLD) de 49 mois et 40 000 km pour le financement d'un Kia EV5 Air batterie 81,4 kWh - 160 kW (218ch) 100% électrique (hors option). 1^{er} loyer majoré de 4 000 € TTC ramené à 3 700 € TTC grâce à la prime CEE de 300 €⁽⁴⁾ puis 48 loyers mensuels de 499 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. **Modèle présenté :** Kia EV5 GT-Line batterie 81,4 kWh - 160 kW (218ch) 100% électrique avec option pack style. 1^{er} loyer majoré de 4 000 € TTC ramené à 3 700 € TTC grâce à la prime CEE de 300 €⁽⁴⁾ puis 48 loyers mensuels de 569 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. Offres réservées aux particuliers, non cumulables, valables du 01/01/2026 au 31/01/2026 chez tous les distributeurs Kia participant à l'opération, dans la limite des stocks disponibles. Sous réserve d'acceptation du dossier par Kia Finance. Kia Finance est une marque exploitée par Hyundai Capital France, SAS au capital de 155 104 000 euros 69 avenue de Flandre 59700 Marcq-en-Barœul SIREN 491 411 542 RCS Lille Métropole. Les marques citées appartiennent à leurs propriétaires respectifs. Conditions sur Kia.fr. (3) Cycle mixte WLTP pour le Kia EV5 Air avec batterie de 81,4 kWh. (4) Prime CerteNergy dans le cadre du dispositif des Certificats d'Economie d'Energie (n° SIREN CerteNergy : 798 641 999) d'un montant de 300 euros si avancée par votre concessionnaire pour le paiement du 1^{er} loyer, auprès des distributeurs participants. Le montant dépend de la qualité du client. Conditions d'éligibilité sur ecologie.gouv.fr/politiques/certificats-economies-denergie-et-kia.fr. (5) Voir : www.kia.com/fr/mobilite-electrique/recharge-publique/.

A 0 gCO₂/km



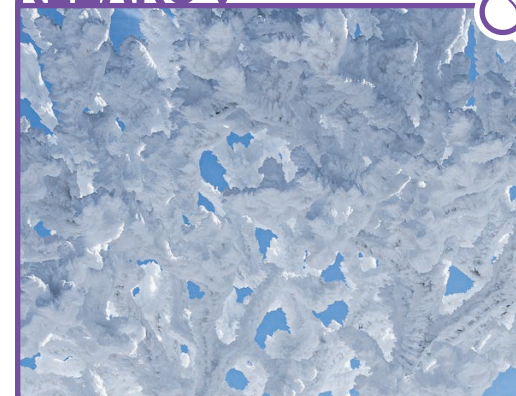
Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

METEO

SAMEDI		10° -2°
DIMANCHE		9° -5°
LUNDI		8° -3°
MARDI		8° -3°
MERCREDI		7° -2°
JEUDI		9° -4°
VENREDI		8° -3°

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

KEZAKO ?



Regarde bien : sauras-tu deviner ce qui se cache derrière ce zoom ? (réponse page 16)



OUKISON ?

Serez-vous capables de trouver
Paul, René & Suzanne dans notre magazine ?

(hors 1^{er} de couverture & sommaire)

DANS LE N°482, PAUL SE CACHAIT
EN PAGE 15, RENÉ EN PAGE 21
ET SUZANNE EN PAGE 27

3 VALLÉES INFOSNEWS N°483
6 MARS 2026

245 Rue de la Combe de l'Adret - Chef-Lieu - 73350 Montagny
infosnews.fr • contact@infosnews.fr • +33 (0)4 79 410 410

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395. **DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :** Gaëtan Blanrue **DIRECTRICE D'EXPLOITATION :** Sabrina Maitre **RÉDACTRICE EN CHEF :** Enimie Reumaux **RÉDACTION :** Caroline Bernard / Emilie Haensler Céline Leclaire (indépendante) / Sabrina Maitre / Fanny Nayrolles / Mélina Perreau Enimie Reumaux **GRAPHISME :** Gatien Armand Colon / Sabine Cordier **PUBLICITÉ :** Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre / Caroline Bernard / Emilie Haensler **IMPRESSION :** Lorraine Graphic

◆ Publi-rédactionnel • Crédits photos : Infosnews, sauf mention contraire

SOMMAIRE

LE MUST TO DO !

2 - Un festival pour le meilleur et pour le rire, aux Menuires



© Les Lucioles Production

NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 4 - Le plan des pistes**
- 7 - La saisonnière de la semaine :** Laura Dissard, à Méribel
- 8 - L'actu des champions**
- 9 - Tout savoir sur les Jeux paralympiques**
- 10 - Nouveauté ! Raid dingue de trail...**

COURCHEVEL - LA TANIA

- 13 - Graine de championne :** Hinatea Chrétien, en freeride
- 14 - Coupe du monde de ski alpin :** les hommes en piste
- 16 - Suivez le guide !**
- 17 - Les familles se jettent à l'eau**

BRIDES-LES-BAINS

- 18 - Métier :** Projectionniste, avec Christine Goupil

MÉRIBEL

- 20 - Coup de théâtre...**
- 21 - Des courses au beau FIS**
- 22 - « Post modern », un film qui casse les codes**
- 23 - Une soirée pour les Xplorateurs**
- 24 - Métier :** David André, chemin de photographe

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

- 27 - Véronique Olivieri, l'artiste touche-à-tout**

LES MENUIRES

- 28 - Nina Caprez, une voie libre**
- 31 - Be-Cause :** Tout schuss !
- 32 - En coulisse avec l'Espace Propriétaires**

VAL THORENS

- 35 - Festivaltho, l'événement 100% électro**
- 36 - Métier :** Responsable de bar, avec Lucas Desvignes
- 37 - Un concours explosif**
- 38 - Un concert Cauchemardesque !**

MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 38 - À flore de peau, à Moûtiers**
- 39 - Jacky Bréau, une palette de couleurs**
- 41 - Le patrimoine albertvillois au féminin**
- 42 - Champion :** Oscar Burnham, en para ski alpin

GUIDE GOURMAND

- 44 - Notre sélection de bonnes tables**
- 56 - Coup de fourchette :** Le Refuge du Lac du Lou, aux Menuires
- 62 - Caron 3200, la cuvée qui Valley le coup !**

LES 3 VALLÉES

COURCHEVEL

BRIDES-LES-BAINS

MÉRIBEL

BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN

BELLEVILLE - VAL THORENS

MOÛTIERS / BOZEL ...

GUIDE GOURMAND



FRIENDLY MENUIRES FESTIVAL

© Les Lucioles Production

POUR LE MEILLEUR *et pour le rire*

Et si on finissait la journée en beauté avec une bonne dose de rire ? Ça tombe bien, le Friendly Menuires Festival propose, du 10 au 12 mars, un mélange savoureux de one-man-show, théâtre et illusion. Focus sur l'événement avec Kévin Chincholle, responsable événement et animation de la station.

Quelle est l'histoire de ce festival ?

Tout a débuté il y a 7 ans, à la suite d'un contact avec l'humoriste Florent Peyre, on a eu une opportunité : lancer un festival d'humour « Les Menuires du rire » et apporter de la culture en station. Puis, 4 ans après, on a décidé de changer de nom pour le Friendly Menuires Festival : cela nous permettait de coller à la stratégie de la station et sa politique de marque, de ne pas s'enfermer dans l'humour et d'éventuellement proposer d'autres thématiques culturelles comme de la musique.

Quels ont été les moments forts ?

Dès le début, on a pris le parti de ne pas proposer trois soirées identiques, on voulait mélanger les genres. En humour, on a eu Élie Semoun, Artus, Booder, Marc-Antoine Le Bret... Côté théâtre ont été jouées des pièces telles que « Le Dîner de cons » ou « Duels à Davidéjonatown ». Enfin, l'impressionnant mentaliste Viktor Vincent, qui passe beaucoup à la télévision, est lui aussi monté sur la scène des Menuires.



© Stéphane Kerrad

L'AVIS DE

« J'adore les ambiances de ce type de festivals organisés par des passionnés dans un cadre magnifique. Les acteurs station, saisonniers et locaux sont toujours très accueillants. C'est une ambiance de colonie de vacances pour nous. Durant 3 jours, la programmation s'annonce belle et variée et s'adresse à tous les publics. C'est une chance de vivre ce type d'événement, on peut y aller les yeux fermés ! »

Tony Saint Laurent, humoriste, comédien et parrain du festival



LES TROIS DATES

Soirées présentées par l'humoriste Tony Saint Laurent, parrain de cette édition.

- **Mardi 10 mars**
Vincent Moscato passe à table (one man show)
Dès 30€
- **Mercredi 11 mars**
« Paillettes », par Philippe Caroit (théâtre), avec Denis Maréchal
Dès 30€
- **Jeudi 12 mars**
Zack et Stan (magie et illusion)
Dès 20€



© Photos DR



Cette année, quel est le programme ?

Mardi, on a un one man show, « Vincent Moscato passe à table » où l'artiste donne son avis sur tout. Mercredi, place à la pièce de théâtre « Paillettes », avec Denis Maréchal : de l'humour en mode huis clos un soir de réveillon, avec plein de péripéties et de personnages tirés par les cheveux. Enfin, jeudi, Zack et Stan - The Magicians proposent un show mêlant magie, mentalisme et humour bien sûr ! Le tout présenté par le parrain de cette édition, Tony Saint Laurent.

Les petits plus du Festival ?

En début de Festival, on fait toujours une soirée d'ouverture sur la Croisette. Cette année (lundi 9, 18h), c'est le concert de Rock Cab en compagnie de Cheyenne Janas (The Voice, saison 2020) avec feu d'artifice.

Et côté pratique, on vient même nous chercher !

En effet, chaque soir, on propose une navette gratuite pour assister au spectacle : au départ de Moûtiers, elle passe par différents arrêts sur le trajet, il suffit de réserver. (C.L.)

The Friendly Menuires Festival, running March 10–12, offers three days of laughter and entertainment with one-man shows, theatre, and magic. Highlights include Vincent Moscato's comedy, Denis Maréchal's theatrical "Paillettes", and the magical duo Zack & Stan. Opened with a concert and fireworks, the festival is hosted by Tony Saint Laurent and includes free evening shuttles from Moûtiers. Since its launch seven years ago, the event has become a cultural highlight, blending humor, theatre, and performance arts for all audiences.

FRIENDLY MENUIRES FESTIVAL

Spectacles à 20h45, du 10/3 au 12/3
au centre sportif Le Break

Réservation sur fr.locationlesmenuires.com
Navette gratuite tous les soirs depuis Moûtiers
(sur réservation)

+33 (0)4 79 00 73 00 • lesmenuires.com



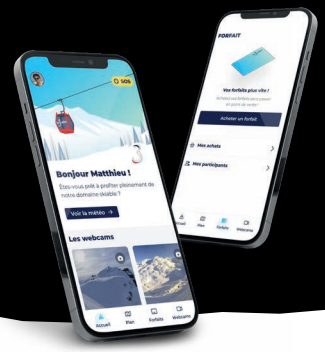
les 3 vallées

- FACILE / Easy
- DIFFICULTÉ MOYENNE / Average difficulty
- DIFFICILE / Difficult
- TRÈS DIFFICILE / Very difficult
- PISTE DE LUGE / Sledge run
- PORTIONS PLATES / Flat sections
- TÉLÉSIÈGE / Chairlift
- TÉLÉSIÈGE À BULLE / Chairlift with bubbles
- TÉLÉBASSE / Cable car
- TÉLÉCABINE / Gondola
- FUNIVEL / Funivia
- TÉLÉSKI / TAPIS / Drag Lift / Magic carpet
- TÉLÉPHÉRIQUE / Cable car
- TYROLIENNE / Zip line
- 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 / Picnic room
- ALTISURFACE / Airfield
- VUE INCONTOURNABLE / Panoramic view
- PASSERELLE PANORAMIQUE / Panoramic walkway
- ZONE SKI & FUN / Ski & Fun area
- ZONE SKI & CHALLENGE / Ski & Challenge area
- BASCULE 3 VALLÉES / 3 Vallées Link
- SOMMETS MYTHIQUES 3 VALLÉES / Iconic 3 Vallées Peaks

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



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 !

SKI CROSS

Coupe du monde • Kopaonik (Serbie)

SKI CROSS HOMME – 28 FÉVRIER

3^e YOURI DUPLESSIS-KERGOMARD Méribel

4^e MELVIN TCHIKNAVORIAN Val Thorens

SKI CROSS HOMME – 27 FÉVRIER

22^e MELVIN TCHIKNAVORIAN Val Thorens

23^e YOURI DUPLESSIS-KERGOMARD Méribel

HOCKEY-SUR-GLACE

Division 1

28 FÉVRIER

Home
STRASBOURG

Guest
HMCP

05

03

Prochain match :
HMCP (16^e) – Cholet (1^{er}) le 07/03
à 20h30 à Courchevel.
Go Bouks go !

LES JEUX PARALYMPIQUES

débutent le 6 mars

4 athlètes de Tarentaise seront
au rendez-vous :

- **Hyacinthe Deleplace** (Courchevel) :
Catégorie déficient visuel, guidé par Perrine Clair
- **Victor Pierrel** (Méribel) : cat. assis
- **Lou Braz-Dagand** (Tignes), cat. assis
- **Oscar Burnham** (Tignes), cat. debout

VOL À SKI

Coupe du monde • Kulm (Autriche)

VOL À SKI HOMME 235M – 1^{ER} MARS

7^e VALENTIN FOUBERT Courchevel
Record personnel avec 230m !

VOL À SKI HOMME 235M – 28 FÉVRIER

14^e VALENTIN FOUBERT Courchevel

SKI ALPIN

Coupe du monde • Soldeu (Andorre)

SUPER G FEMME – 1^{ER} MARS

53^e LOIS ABOULY Les Menuires

DESCENTE HOMME – 28 FÉVRIER

43^e ADRIEN THÉAUX Val Thorens



OSCAR BURNHAM



LOU BRAZ-DAGAND



HYACINTHE DELEPLACE



VICTOR PIERREL

Retrouvez notre hors-série
« La Tarentaise va aux JO » sur [infosnews.fr](https://www.infosnews.fr) !

— LES 3 VALLÉES —

TOUT SAVOIR SUR LES JEUX PARALYMPIQUES

Les Jeux paralympiques jouent un rôle crucial en mettant en lumière les handisports, les athlètes et leurs histoires inspirantes. Top départ le 6 mars, avec 6 disciplines paraspportives au programme !

LES DISCIPLINES

PARA SKI ALPIN

Divisé en 3 catégories : déficients visuels (accompagnés d'un guide), debout (situation de handicap touchant le haut, mais aussi le bas du corps) et assis (déficiência touchant les jambes et le tronc).
À savoir : Les premiers Jeux paralympiques d'hiver ont eu lieu à Örnsköldsvik, en Suède en 1976, et comprenaient deux disciplines de para ski alpin, le slalom et le slalom géant.

PARA SKI DE FOND

3 catégories également. 5 épreuves : sprint, 10 km classique départ à intervalle, 20 km libre départ à intervalle, relais mixte 4x2,5 km et relais 4x2,5 km open.
À savoir : Les athlètes peuvent utiliser une luge nordique, siège monté sur une paire de skis espacés de l'écartement des traces de ski classique.

PARA BIATHLON

3 catégories et 3 disciplines au programme : sprint poursuite, sprint 7,5km et individuel 12,5km.
À savoir : Pour la partie tir, les déficients visuels sont aidés par des signaux sonores.

PARA SNOWBOARD

2 épreuves au programme : le banked slalom (un parcours avec des portes) et le snowboardcross (confrontation directe)
À savoir : Le para snowboard a fait ses débuts aux Jeux paralympiques à Sochi 2014.

PARA HOCKEY SUR GLACE

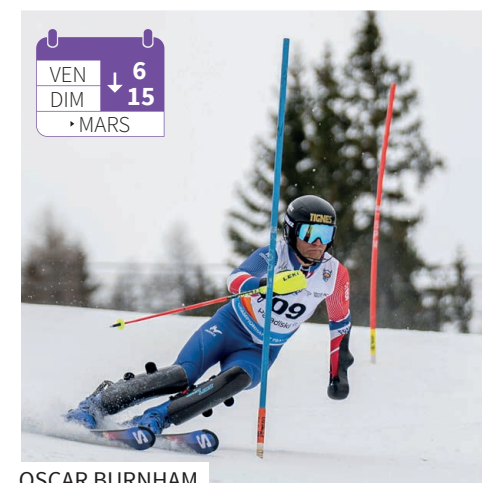
Les patins sont remplacés par une luge sans dossier, munie de deux lames permettant au palet de passer en dessous et les joueurs utilisent deux crosses raccourcies.
À savoir : Les USA dominent cette discipline, étant invaincus depuis 2010



VICTOR PIERREL

50 ANS DE JEUX PARALYMPIQUES

Les Jeux 2026 marqueront le 50^e anniversaire des premiers Jeux paralympiques d'hiver (en Suède) et verront également le retour des Jeux en Italie pour la deuxième fois de l'histoire, 20 ans après Turin 2006.



OSCAR BURNHAM

CURLING EN FAUTEUIL

En équipe mixte, tous les athlètes sont au fauteuil. Pour lancer la pierre de 20kg, ils peuvent utiliser un "extenseur" pour donner de la vitesse et de la direction.
À savoir : Nouveauté en 2026, le curling proposera pour la première fois un tournoi de double mixte. (C.L.)

JEUX PARALYMPIQUES DE MILAN-CORTINA

600 athlètes • 50 nations
6 paraspports • 79 épreuves
10 jours de compétition
Programme détaillé : olympics.com

NOUVEL ÉVÉNEMENT DANS LES 3 VALLÉES

RAID DINGUE DE TRAIL !

DU JEU
AU LUN 30/07
2/08

Une belle aventure humaine et sportive se prépare pour cet été... Place au Grand Raid Kiprun 3 Vallées – Moûtiers, du 30 juillet au 2 août le premier trail organisé à travers toutes les stations des 3 Vallées. Explications avec Alexandre Picquier, créateur de la Ligue Ultra et organisateur.

D'où est venue l'idée d'organiser cette course ?

Nous sommes les organisateurs de la Ligue Ultra dont le principe est de proposer aux coureurs qui font 4 événements en France de participer à la finale : le Tahiti Moorea Ultra trail. Nous avons conçu ce circuit pour proposer une diversité de profils de course, avec des étapes dans le Jura, en Provence, à Saint-Tropez, et dans les 3 Vallées.

Pourquoi avoir choisi les 3 Vallées ?

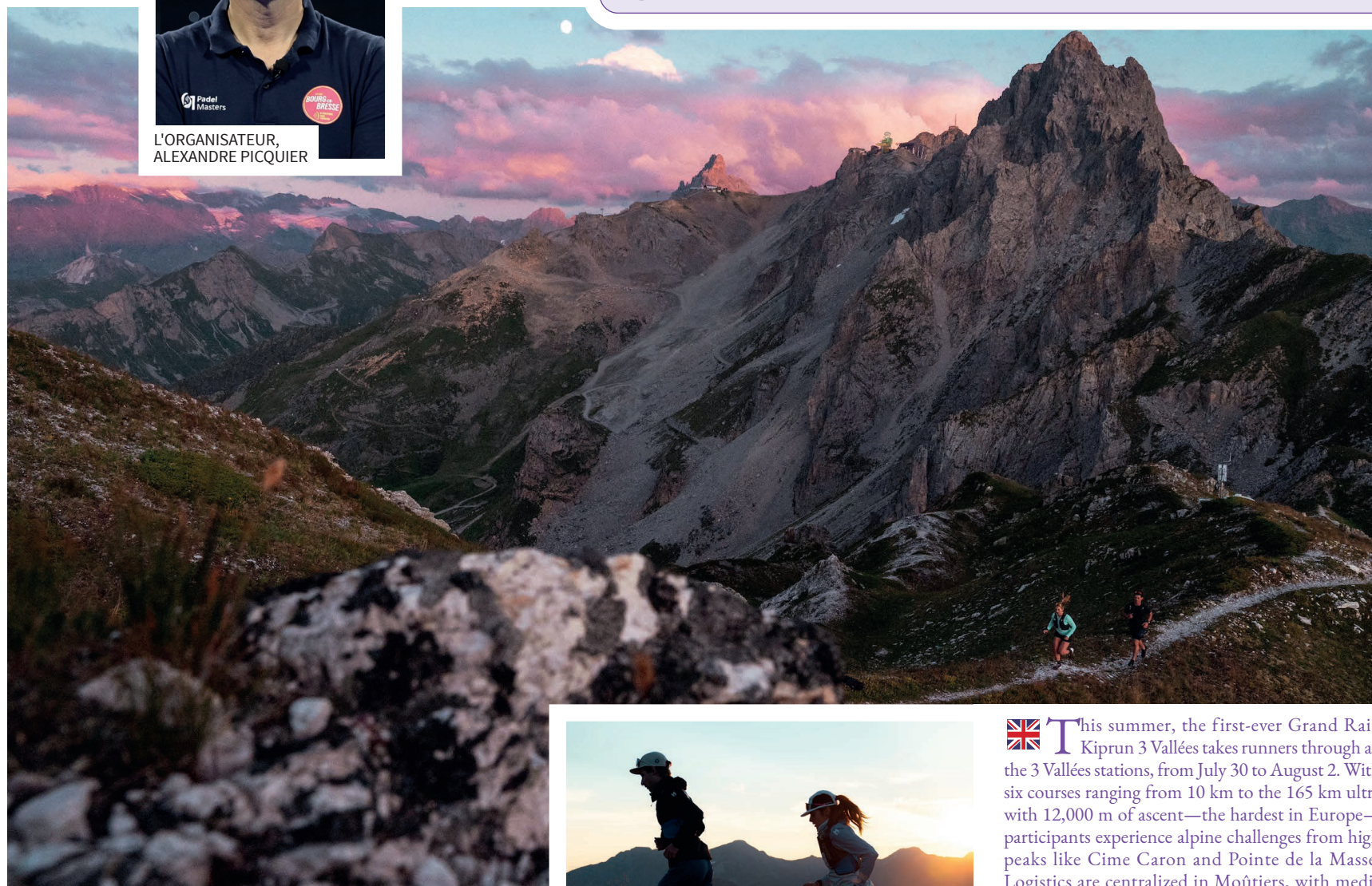
Nous cherchions un ultra trail extrêmement alpin, avec un dénivelé important. En collaboration avec Les 3 Vallées et la communauté de communes Cœur de Tarentaise, nous avons alors créé le Grand Raid 3V Moûtiers, un événement unique en son genre avec le 100 miles le plus dur d'Europe : 165km et 12 000 mètres de dénivelé positif. À titre de comparaison, l'UTMB et la Diagonale des Fous proposent environ 10 000 m de dénivelé.

Qu'est-ce qui rend les parcours de cet événement si originaux ?

Nous avons décliné différents parcours sur plusieurs distances, en profitant des infrastructures des 3 Vallées pour proposer des départs en altitude : le sommet de la Cime Caron ou la Pointe de la Masse. L'idée est de faire une fête du trail sur l'ensemble du domaine : du 10km au départ de Brides pour les novices... à l'ultra trail le plus dur d'Europe, en évitant les parcours existants pour proposer des alternatives aux coureurs qui viennent déjà sur les événements des différentes stations des 3 Vallées.



L'ORGANISATEUR,
ALEXANDRE PICQUIER



© Photos Arthur Bertrand

DE 165 À 10 KM, DÉCOUVREZ LES 6 PARCOURS !

- 1- L'ULTRA des 3 Vallées – 165km – 12 000m D+ (solo ou relais)
Départ Moûtiers, 30 juillet
- 2- L'Odyssée de Caron – 110km - 5 880m D+
Départ Cime Caron, Val Thorens, 31 juillet
- 3- Le Défi de la Masse – 50km – 3 300m D+
Départ Pointe de la Masse, Les Menuires, 1^{er} août

- 4- Le Marathon des 3 Vallées – 50km – 2 624m D+
Départ Saint-Martin-de-Belleville, 1^{er} août
- 5- Les Balcons de Saint-Jean – 25km – 1 150m D+
Départ Saint-Jean-de-Belleville, 1^{er} août
- 6- L'Étoilée des thermes – 10km – 818m D+
Départ Brides-les-Bains, 31 juillet



🇬🇧 This summer, the first-ever Grand Raid Kiprun 3 Vallées takes runners through all the 3 Vallées stations, from July 30 to August 2. With six courses ranging from 10 km to the 165 km ultra with 12,000 m of ascent—the hardest in Europe—participants experience alpine challenges from high peaks like Cime Caron and Pointe de la Masse. Logistics are centralized in Moûtiers, with media coverage by Canal+ and live updates on training, nutrition, and the trails themselves, creating a festival of trail running across the mountains.



◇ GRAND RAID KIPRUN 3 VALLÉES – MOÛTIERS

6 formats de course, de 165km à 10km

Infos et inscriptions :

www.grandraid-3vallees.com

Association Les 3 Vallées

Jean Blanc Sports
Votre spécialiste à Courchevel depuis 1947



20 rue Park City - Courchevel 1850 - 73120 COURCHEVEL Saint-Bon - 04 79 08 26 41
alain.blanc@jeanblancsports.com

GRAINE DE
CHAMPIONNE
RENCONTRE

Hinatea RIGHT SNOW

C'est dans des conditions difficiles qu'Hinatea Chrétien, 15 ans, a décroché une deuxième place aux championnats du monde de freeride snowboard en janvier. Rencontre avec une jeune rideuse sur la bonne pente !

Revenons sur tes débuts sur la neige...

Dès que j'ai su marcher, j'ai skié. Puis, vers 5 ans, comme mon frère Kea s'est mis au snowboard, j'ai voulu essayer aussi. Et j'ai complètement accroché, on a commencé à faire des compétitions au club de Méribel. Après, je me suis mise au freeride à la Freeride Academy : premières compétitions en 2023, j'étais toute seule dans ma catégorie !

Tes impressions après cette 2^e place aux championnats du monde junior ?

L'objectif était de gagner. Les conditions étaient très compliquées, on a misé sur la ride, la technique, moins sur les actions vu l'état de la neige. Je me suis un peu perdue, j'ai improvisé... mais j'ai quand même fait 2^e.

Qu'est-ce qui te plaît dans le snowboard ?

C'est les amis, de rider à plusieurs... L'adrénaline, même si le stress des compét' c'est horrible ! À la Freeride Academy, c'est vraiment trop cool. Les coachs sont supers, ils nous aident beaucoup. On rigole, j'adore mon groupe...

Tes meilleurs moments ?

Mon meilleur souvenir en compét', c'est à Verbier l'année dernière quand j'ai gagné. Sinon, c'est à l'entraînement quand il y a plein de poudreuse.

Quels sont tes objectifs ?

Cette saison, faire un maximum de résultats pour me requalifier l'année prochaine, progresser au niveau mental et arriver moins stressée sur les compétitions, progresser au niveau de l'engagement, mettre la peur de côté... À long terme : gagner les championnats du monde en 2028 pour aller directement sur les Challengers (sans passer par les Qualifiers). Mon plus gros objectif à terme, c'est d'être sur le Freeride World Tour.



Profil

Prénom : Hinatea

Nom : Chrétien

Âge : 15 ans

Discipline : Snowboard freeride

Club : Freeride Academy de Courchevel

Palmarès :

Vice-Championne du monde junior de freeride snowboard 2026

1^{re} au FWT Junior de Nendaz (2026,2025) et Verbier (2025)

1^{re} au classement européen 2025

Tes spots préférés ?

Les couloirs de la Saulière à Courchevel, le rocher de la Loze, l'épau de Vizelle...

D'autres passions ?

J'ai eu la chance de vivre à la mer et à la montagne. Du coup, je fais du surf depuis toute petite. J'ai une autre passion, le skateboard. Et puis, le foil, j'en fais en pumping et wing, c'est top. J'aimerais essayer le kite maintenant, ça a l'air vraiment cool. (C.L.)

 Hinatea took second place at the Freeride World Championships in Kappl on January 19, navigating tough snow conditions. She started snowboarding at five, trained at Méribel's Freeride Academy, and loves the adrenaline, friends, and coaching. This season, she aims to improve technique, stay calmer in competitions, with the long-term goal of winning the 2028 World Championships and joining the Freeride World Tour.

 Pour la suivre
@hinatea_chretien

— COURCHEVEL —

COUPE DU MONDE HOMMES DE SKI ALPIN

UNE PREMIÈRE À TOUTE VITESSE !



C'est sur la piste légendaire de l'Eclipse que les meilleurs skieurs du monde ont rendez-vous du 13 au 15 mars. Au programme : trois épreuves de vitesse et un engagement total. Focus sur l'événement avec Bruno Tuairé, directeur du Club des sports de Courchevel, organisateur de l'événement.

Quels sont les enjeux de cette étape ?

Il s'agit de l'étape ultime avant les finales, un moment décisif où se jouent les dernières places qualificatives. Pour accéder à la finale de la Coupe du monde, qui se déroulera une semaine plus tard en Norvège, seuls les 25 meilleurs skieurs au classement général seront retenus. Certains athlètes, comme Alban Elezi Caninaferina, tenteront tout pour intégrer ce top 25.

Qu'est-ce que cet événement représente pour la station ?

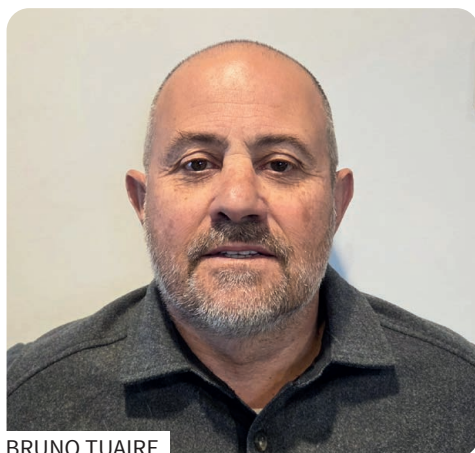
C'est la première fois que la station accueille une étape de Coupe du monde de vitesse masculine. Bien que nous ayons déjà organisé des finales en 2022 et les Championnats du monde en 2023, nous n'avions jamais accueilli d'étapes en super-G et en descente. En plus, nous avons repris une épreuve de Super-G qui n'a pas pu avoir lieu à Garmisch-Partenkirchen, donc nous avons finalement 3 épreuves !

Quelles sont les difficultés liées à la préparation ?

La piste elle-même. La préparation commence par sa construction, l'aménagement des bosses et la pose des filets. Longue de 3km, elle nécessite l'installation de 6km de filets spécifiques accrochés à de grosses potences, ainsi que 18km de filets classiques. Et s'il neige, tout doit être démonté puis remis en place ! Entre 300 et 500 personnes travaillent dessus, selon la météo. Ensuite, la piste est arrosée pendant une journée entière pour obtenir une surface dure et compacte, sans pour autant être verglacée comme pour un géant ou un slalom.

Les meilleurs endroits pour admirer le spectacle ?

La première bosse, située au sommet du télésiège de Plantrey, et le Saut des Jockeys, à l'arrivée du télésiège de la Forêt. Toute la partie supérieure de la piste ou la zone d'arrivée offrent également une excellente visibilité.



BRUNO TUAIRE

© Club des Sports Courchevel



Quel est le profil de la piste L'Eclipse ?

Elle combine des passages techniques dans le dernier mur, deux gros sauts où les skieurs volent entre 40 et 60 mètres, une partie haute où les athlètes atteignent des vitesses proches de 140km/h avant de plonger dans une section forestière avec des dévers impressionnants. Avec un dénivelé de 1000m, la descente dure environ 1 minute et 45 secondes.

Des animations prévues en marge de l'événement ?

Des concerts, des déambulations de 50 artistes, des démonstrations aériennes... et une soirée à la patinoire samedi à 18h30, incluant le tirage au sort des dossards pour les épreuves du dimanche, et la remise des prix de la journée du samedi en présence d'Alexis Pinturault. (C.L.)



AU PROGRAMME

Vendredi 13 mars

- Dès 9h : ouverture du village des partenaires et animations
- 11h : Épreuve de Super-G (1 manche)
- Cérémonie des fleurs

Samedi 14 mars

- Dès 9h : ouverture du village des partenaires et animations, batouk Samba Loelek, voltige aérienne en patrouille
- 11h : Épreuve de Descente (1 manche)
- Cérémonie des fleurs
- Concert pop-rock d'après course avec le groupe KTR6 (village des partenaires)
- 18h30 : Tirage au sort des dossards du Super-G (avec les 10 meilleurs mondiaux) et podium de la descente. Spoiler surprise : les athlètes vont faire une arrivée fracassante sur la patinoire du Forum à Courchevel 1850...

Dimanche 15 mars

- Dès 9h : ouverture du village des partenaires, démos de voltige aériennes en patrouille
- 10h45 : Épreuve de Super-G (1 manche)
- Cérémonie des fleurs et remise des prix.
- Concert pop-rock d'après course de Bloc Off the wall (village des partenaires)



© Photos Agence Zoom

On March 13–15, Courchevel hosts a major men's Alpine Ski World Cup speed event on the demanding Eclipse piste. Just before the finals, the pressure is on as only the top 25 qualify. For the first time, the resort stages downhill and Super-G races, with skiers reaching up to 140 km/h on a 3 km course packed with jumps and steep sections. Expect intense action, a festive atmosphere, concerts and shows, plus top viewing spots from the course to the finish area.

 **AUDI FIS SKI WORLD CUP**
COUPE DU MONDE HOMMES DE SKI ALPIN

Sur la piste de l'Eclipse
Arrivée sur le toit de l'Alpinium, au Praz
Accès libre.
ski.worldcupcourchevel.com

SUIVEZ LE GUIDE !



Il y a 80 ans naissait Courchevel. L'office de tourisme et la Fondation Facim organisent deux visites guidées, l'une retraçant son histoire le mardi 10 mars, et l'autre évoquant l'Art au sommet le jeudi 12 mars. Laissons-nous guider...

LE TOUR DE COURCHEVEL EN 80 ANS

De l'alpage savoyard perché à 1850m à la station de sports d'hiver créée en 1946 à la renommée internationale aujourd'hui, il s'est écoulé 80 ans. Quelle est cette histoire ? Quels ont été les pionniers de la station ? Autant de questions auxquelles l'un des guides passionnés de la fondation Facim répondra avec plaisir le mardi 10 mars lors de la visite guidée « Il était une fois Courchevel 1850 ». Depuis l'office de tourisme en passant par le front de neige puis le quartier des Tovets et l'Ineos, nous voyagerons dans le temps durant 2h.

Le mardi 10/03 de 10h à 12h

UN JOLI RENC'ART

Quelles sont ces œuvres monumentales qui nous font de l'œil partout dans la station ? Véritable musée à ciel ouvert, L'Art au sommet, exposition temporaire initiée par les galeries Bartoux et la mairie, revient pour sa 17^e édition. Cette année, elle met à l'honneur le sculpteur italien Andrea Roggi et ses « arbres de vie », ainsi que le sculpteur français Bruno Catalano qui fait son grand retour avec ses statues les « Voyageurs ».

Jeudi 12 mars, ne laissons rien au hasard ! (C.B.)

Le jeudi 12/03 de 10h à 12h

Celebrating 80 years, Courchevel invites visitors to guided tours: on March 10, discover the station's history from alpine pastures to global ski destination, and on March 12, explore Art at the Summit, featuring monumental sculptures by Andrea Roggi and Bruno Catalano.



VISITES GUIDÉES AVEC LA FONDATION FACIM

Gratuit, sur inscription à l'OT



© DR

© Outdoor creative pictures.jpg



TO DO LIST

SAMEDI 07.03

Match de hockey HCMP vs Les Dogs

Hockey match HCMP vs Les Dogs

À 19h30 • Dès 9€

Patinoire de Courchevel 1850

DU 10.03 AU 04.04

VIBRATO – ateliers poétiques

Poetry workshops

Exposition gratuite

Médiathèque • Le Praz

Office de tourisme • Courchevel

+33 (0)4 79 08 00 29

courchevel.com

Les familles se jettent à l'eau

En vacances ou installés à l'année, impossible de passer à côté de l'aventure Aquamotion. S'il y en a pour tous les goûts, les familles ne seront pas en reste : bassin aqualudique, aquababy, kids aventure... ça coule de source !

AQUA ON JOUE ?

Au sein du temple aux mille promesses, les offres sont multiples. Bien-être, sport et amusement sont le quotidien des lieux. La palme du bonheur pour petits et grands est décernée à l'espace aqualudique. Avec ses toboggans impressionnants, sa rivière sauvage à contre-courant, sa pataugeoire chauffée, l'espace est l'un des succès du concept.

AQUAMATERNITÉ

Toutes les mamans en devenir ont rendez-vous les dimanches matin pour se familiariser avec les bons gestes en vue de la préparation à l'accouchement. Profitons d'une eau à 34° dans la grotte marine de l'espace Aquawellness.

Dimanches à 10h30 • 45min (17€)

EH, EH, EH BABY

Nos jolis mômes de 6 mois à 3 ans sont à l'honneur durant l'Aquababy. Accompagnés d'un éducateur et des parents, l'heure est au partage et à la progression des petits nageurs.

Sur réservation • 45min (17€)

KID DIT MIEUX

Les enfants de 6 à 12 ans sont attendus dans l'espace aqualudique pour s'éclater. Tous les mercredis des vacances scolaires, c'est folie garantie. 3h d'activités : vague de surf, escalade, jeux aquatiques, canyon et plongeoir seront proposés.

Mercredis de 14h à 17h • 6 à 12 ans (25€)

LE BON CHEMIN

Tous les mercredis et samedis de 15h à 17h, venez tester l'aquaparcours au sein de l'espace aqualudique : un défi gonflé et gonflable à tester et retester sans modération. Au passage, ouvrez grand les yeux et venez faire quelques pas de chorégraphie avec Wavy, la mascotte d'Aquamotion aux alentours de 17h. Prêts à relever le défi ? (C.B.)

Mercredis et samedis, de 15h à 17h

(entrée aqualudique – 15€/enfant, 27€/adulte)



© Photos Aquamotion

Aquamotion in Courchevel offers a vibrant aquatic experience for all ages. Families can enjoy thrilling slides, a wild river, a heated paddling pool, and inflatable obstacle courses. Toddlers participate in Aquababy sessions, children join adventure activities, and expectant mothers benefit from prenatal aqua wellness. With fun, sport, and relaxation combined, Aquamotion promises memorable moments and excitement for visitors of every age.



ESPACE AQUAWELLNESS, AQUALUDIQUE, SPA & BALNÉO

Ouvert 7j/7 de 10h à 20h30
1297 Route des Eaux Vives,
à Courchevel Village
+33 (0)9 71 00 73 00
aquamotioncourchevel.com

Christine

SILENCE ÇA TOURNE !

PROJECTIONNISTE

Voilà une personnalité dont l'histoire pourrait être retranscrite sur grand écran ! Christine Goupil est projectionniste au cinéma Le Doron à Brides-les-Bains depuis 18 ans. Elle nous parle de son métier, de plus en plus rare, et de sa passion pour le cinéma. Un joli scénario...

Comment devient-on projectionniste ?

Je suis originaire de Canet-en-Roussillon, dans les Pyrénées-Orientales. En 1999, mon ancien conjoint, alors projectionniste lors du Festival de Cannes et pour CinéAlpes, en poste à Arc 2000, m'a proposé de me former au métier. Je l'ai suivi et j'ai depuis travaillé dans les cinémas des Arcs et Courchevel durant presque 7 ans, puis celui de Brides-les-Bains depuis 2008.

C'est un métier peu commun...

Oui et surtout en voie de disparition ! À l'époque, on maniait des pellicules de 35mm. C'était difficile à manipuler du fait de leur poids et il ne fallait pas les endommager : ça demandait d'être méticuleux. On utilisait 8 pellicules pour un seul film. Aujourd'hui, les formats sont digitaux, ça a bien changé.



Qu'est-ce qui te plaît dans ce métier ?

J'aimais cet aspect technique inhérent aux bobines et toujours le contact humain. Ici, la clientèle est surtout retraitée. Ils prennent le temps d'échanger, et les habitués viennent parfois juste pour me dire bonjour.

Le festival du film francophone via Brides-les-Bains est un atout...

Oui ! Chaque année, début octobre, il apporte une vraie plus-value à la station. On retrouve les meilleurs films du festival d'Angoulême, en présence des acteurs, avec des tarifs préférentiels pour le public. On compte près de 3300 entrées en 4 jours...

Quels sont tes souvenirs de toutes ces années vécues au cinéma ?

La rencontre avec le producteur Dominique Besnehard, il y a 15 ans, parrain du festival. Il m'appelle depuis « ma petite Christine » ! On a bien ri pendant le tournage du film « Mince Alors », ici à Brides-les-Bains en 2011. On tournait sous la pluie au bord de la piscine, en faisant croire qu'il faisait beau...



Le cinéma a-t-il changé ?

Depuis le Covid, les gens sortent moins. Mais il faut venir voir de beaux films sur grand écran et rencontrer d'autres personnes... Le cinéma, c'est un créateur de lien social. Alors éteignez vos téléphones et échangez ! Le cinéma est un déclencheur d'émotions à vivre ensemble. Quand les gens applaudissent à la fin d'un film, j'en ai la chair de poule.

Quels films nous conseilles-tu ?

J'ai adoré « La femme de ménage » de Paul Feig, et « L'affaire Bojarski » de Jean-Paul Salomé.

Si tu étais un film...

« Sur la route de Madison » sorti en 1995. J'ai tant pleuré !

Un personnage...

Princesse Leia dans « Star Wars », j'adore ses chignons.

Une réplique...

« Mais enfin, M. Ouille, pas avec votre poncho ! » dans « Les Visiteurs ».

 Christine Goupil has been a projectionist at Le Doron cinema in Brides-les-Bains for 18 years. Passionate about film, she reflects on a disappearing profession, from handling heavy 35mm reels to today's digital formats, cherishing the human connection with audiences. Highlighting events like the Francophone Film Festival, she values cinema as a social, emotional experience, sharing memorable encounters with actors and recommending favorite films, while celebrating the magic of the big screen.



Profil

Prénom : Christine
Nom : Goupil
Origine : Canet-en-Roussillon (66)
Job : Projectionniste
Où : Cinéma Le Doron



TO DO LIST

DIMANCHE 08.03
Concert vin chaud Bélier Bleu
Bélier Bleu concert
À 17h • Gratuit
Office de tourisme

MERCREDI 11.03
Jeux vidéo et de société
Video and board games
14h-16h • Gratuit
Petit Chalet du parc Thermal

Office de tourisme
Brides-les-Bains
+33 (0)4 79 55 20 64
brides-les-bains.com

ZOOM

COUP DE THÉÂTRE



© Yann Marchais

Judi 12 mars, rendez-vous à l'auditorium de Méribel-Centre pour découvrir « L'Esprit d'Eloi ». Une comédie signée par Jean-Jacques Durand, qui occupe la scène en compagnie d'Antonin Verhamme. Entre dialogues croustillants et situations absurdes, cette comédie joue avec les frontières du réel et fait mouche par son humour décalé, fin et populaire

Judi 12/03, à 21h

13€ en prévente et 20€ sur place
À l'auditorium de Méribel-Centre

On March 12, Méribel-Centre hosts L'Esprit d'Eloi, a comedy by Jean-Jacques Durand with Antonin Verhamme, blending absurd situations and witty, offbeat humor for an entertaining theatrical experience.

GLISSE INSOLITE

sur pneus XXL



© Sylvain Aymoz

Envie d'une aventure décalée dans la neige ? Du 8 au 15 mars, à Méribel-Mottaret, le VTT Winter Tour vous invite à troquer les skis contre un VTTAE à pneus XXL pour des balades ludiques et accessibles à tous.

Imaginez-vous filer entre sapins et combes immaculées sur un VTT électrique à pneus surdimensionnés, sentir l'adrénaline monter quand la roue s'enfonce doucement dans la neige, et partager des rires autour d'un encas bien mérité sous le soleil. Accessible dès 12 ans et adapté aux débutants, ce tour hivernal n'est pas une course mais une découverte fun et conviviale : on part du front de neige, on explore les environs avec des moniteurs, et on revient avec des étoiles dans les yeux. L'ambiance est décontractée, l'effort modulé grâce à l'assistance électrique et les rencontres avec d'autres riders aussi curieux que vous font de cette sortie une expérience mémorable. Inscription obligatoire au stand Loisibike, sur le front de neige de Mottaret (9h30 à 12h et 13h30 à 17h30). (F.N.)

From March 8–15, Méribel-Mottaret invites all ages to the VTT Winter Tour, swapping skis for electric fat bikes. Glide through snowy forests and valleys in a fun, beginner-friendly adventure, guided by instructors and perfect for social, memorable rides.



VTT WINTER TOUR

Front de neige de Méribel-Mottaret
Départs à 9h30 et 13h30
69€/pers avec pause gourmande incluse
Dès 12 ans • Tous niveaux



© Sylvain Aymoz

Chaque hiver, Méribel devient un théâtre privilégié pour les compétitions officielles, les sélections nationales et les rendez-vous sportif de référence. Du 9 au 13 mars, ce sont des courses FIS qui auront lieu sur la piste du Roc de fer.

« Ces courses FIS Elite permettent aux jeunes qui courent de faire des points, d'avoir un classement mondial et de pouvoir être sélectionnés sur des Coupes d'Europe », explique Thierry Carroz, directeur du Club des sports de Méribel, organisateur de l'événement. Un objectif que vont relever ces quelque 200 athlètes de plus de 18 ans, filles et garçons, présents pour l'événement, entre le 9 et le 13 mars.

200 SKIEURS ET SKIEUSES ATTENDUS

En collaboration avec La Plagne, les épreuves se dérouleront alternativement sur les deux sites. Comme l'explique Thierry : « Lorsque La Plagne accueillera les garçons, Méribel organisera les épreuves féminines, et vice versa. » À Méribel, ce sont les épreuves de slalom qui auront lieu, tandis que La Plagne sera dédiée au slalom géant.

Pour rappel, le slalom est une épreuve technique du ski alpin où les skieurs descendent un tracé très sinueux, jalonné de portes serrées, exigeant des virages courts, rapides et précis. Lors de cette compétition, les skieuses disputeront deux manches, et seules les 30 meilleures performances de la première manche seront qualifiées pour la seconde.

Les 9 et 10 mars, ce sont donc les épreuves hommes qui ouvriront la piste du Roc de Fer dès 8h45, suivies par les épreuves femmes les 12 et 13 mars dès 9h15. Suivront les remises des prix vers 12h30. Plusieurs jeunes talents locaux devraient prendre le départ, parmi lesquels Oliver Jenkis, Jonas Skabar, Bessie Skabar et Léonie Carroz. Une belle façon de côtoyer de jeunes champions lors d'un passage au pied de la piste... (C.L.)

In March, Méribel welcomes FIS Elite slalom races on the Roc de Fer slope, gathering around 200 international skiers over 18. These events allow young athletes to earn world ranking points and aim for European Cup selection. Organized in partnership with La Plagne, races alternate between the two resorts: Méribel hosts the slalom, while La Plagne stages the giant slalom. Men compete March 9–10, women March 12–13, with prize ceremonies at midday.



COURSES FIS DE SKI ALPIN

Sur la piste du Roc de Fer
Les 9 & 10/3 : épreuves hommes
Les 12 & 13/3 : épreuves femmes
Infos : club-des-sports-meribel.fr



TO DO LIST

DIMANCHE 08.03

Animations et jeux au village des Inuits

Activities and games at the Inuit village

14h-16h30 • Gratuit
Piste des Inuits • Altiport

MARDI 10.03

Découverte des oiseaux

Discovering the birds

À 15h • Gratuit • Mottaret
Maison de la réserve de Tuéda

Office de tourisme • Méribel

+33 (0)4 79 08 60 01
meribel.net

FILM

QUAND LE SKI CASSE LES CODES

Avec « Post Modern », leur nouveau court-métrage de freeride, Jérémy Prevost et Antoine Laurent poursuivent leur quête d'un ski qui bouscule les codes et se raconte comme un geste artistique.

UNE COMPLICITÉ FORGÉE DANS LA POUDREUSE

Depuis quatre ans, Antoine et Jérémy sillonnent ensemble les pentes de Méribel et signent pour la station de courts formats où le freeride devient narration. Une alchimie née à force de virages partagés. « On a tellement skié ensemble qu'on n'a même plus besoin de se parler », sourit Antoine. Cette entente irrigue naturellement leurs projets, dont « Post Modern », réalisé dans la foulée du succès de « Fréquences », primé au High Five 2024.

QUAND SKI ET ART S'ENTRELACENT

Dans la continuité de leurs précédents projets, « Post Modern » raconte le ski autrement, comme une forme d'art. « On a voulu explorer ce parallèle entre la création artistique et le freeride », explique Antoine. Le titre, lui, est arrivé plus tard, un peu par hasard. « On buvait une bière qui s'appelait Post Modern, et on s'est dit que ça collait vraiment à notre démarche », sourient-ils. « Moi j'ai le rôle du vieux con, et lui du jeune con ! », s'amuse Jérémy. Son coéquipier confirme, sans l'ombre d'un doute...

ON A VOULU EXPLORER CE PARALLÈLE ENTRE LA CRÉATION ARTISTIQUE ET LE FREERIDE.

QUATRE LECTURES, UNE MÊME VISION

Le court-métrage est rythmé par quatre parties : couleur, forme, sons et émotion. « Ce sont des éléments qu'on retrouve dans l'art comme dans le ski, et c'est ce parallèle qu'on explore », détaille Antoine. Une voix off polyphonique accompagne l'image : « On a choisi des voix anglaises avec plein d'accents pour toucher le plus de monde possible », ajoute Jérémy. Tourné majoritairement à Méribel durant l'hiver 2024-2025, le film s'offre aussi quelques écarts... dont une scène improbable, captée à Lyon en plein été, où Jérémy se promène en tenue de ski.



JÉRÉMY PREVOST & ANTOINE LAURENT

TOURNÉE DES FESTIVALS

Présenté à l'automne 2025 au High Five Festival (Annecy) - où il a été nommé dans la catégorie Best Short Movie Award - puis au Champéry Film Festival en Suisse, « Post Modern » a également été projeté à Méribel et Val d'Isère. Une nouvelle étape dans l'écriture visuelle que les deux complices façonnent saison après saison. Le film est désormais en ligne sur la chaîne Youtube de Méribel, mais sera également projeté dans le cadre du Xplore Film Tour dans l'auditorium de Méribel le 10 mars. Une dernière occasion de le voir sur grand écran ! (F.N.)

LE 10 MARS, UNE SOIRÉE POUR LES XPLOREURS

Mardi 10 mars, le Xplore Alpes Festival fait escale à Méribel. Rendez-vous à l'auditorium de Méribel-Centre pour assister à une projection gratuite de films outdoor primés lors de l'édition 2025 de ce festival qui célèbre chaque année le cinéma de montagne. Au programme : « Post Modern » (Antoine Laurent, Jeremy Prevost, lire ci-contre), mais aussi « Pas peur du bonheur » (Ambroise Abondance), deux fois primé lors du Xplore Alpes Festival 2025, « Into Altaï » (Yannick Boissenot) et « In cold blood » (Alex Heitler).

Mardi 10 mars, de 19h45 à 23h

Entrée libre et gratuite

À l'Auditorium de Méribel-Centre

On March 10, the Xplore Alpes Festival stops in Méribel for a free screening of award-winning mountain films, including "Post Modern," "Pas peur du bonheur," "Into Altaï" and "In Cold Blood."

Jérémy Prevost and Antoine Laurent push freeride skiing into the realm of art with Post Modern, their latest short film. Filmed in Méribel, it explores ski as artistic expression, blending color, form, sound, and emotion, while showcasing their unique chemistry and narrative style. Already featured at major festivals, the film highlights skiing as creative storytelling, offering audiences an immersive visual and emotional experience that transcends traditional freeride filmmaking.

« POST MODERN » COURT-MÉTRAGE DE FREERIDE

- Durée 12min, avec Jérémy Prevost et Antoine Laurent (Dazed Factory)
- Dispo sur la chaîne Youtube de Méribel
 - Pour les suivre @ : jeremy_prevost & dazed_factory





VOTRE NOUVEAU SUPERMARCHÉ DE PROXIMITÉ

📍 129 route du Belvédère
Rond-Point des Pistes
Méribel 1700

- livraison à domicile
- course U
- service drive



Ouvert TOUS LES JOURS
toute l'année de 7h30 à 20h

+33 (0)4 87 79 09 99
uexpress.meribel@systeme-u.fr

MÉTIER RENCONTRE

David André

CHEMIN DE PHOTOGRAPHE

Si le snowboard a porté David André jusqu'à nous, c'est surtout à travers ses photographies qu'on le connaît aujourd'hui. Rencontre avec un Méribelois d'adoption qui a fait du voyage le fil conducteur de sa vie, et de l'image son moyen d'expression.

DE L'AÉRONAUTIQUE À LA POUDREUSE

À l'origine, David est ingénieur aéronautique à Toulouse, sa ville natale. Mais c'est sa passion pour le snowboard qui l'a porté jusqu'à la Tarentaise. « J'ai rencontré Stéphane Routin lors d'une compétition de snowboard. C'est lui qui m'a conseillé de venir dans les Alpes pour me consacrer au snow », se souvient-il. C'est ainsi qu'il arrive à Méribel en 2001. Même s'il a beaucoup voyagé, la station au grand cœur reste son fief. Il y habite aujourd'hui à l'année. À côté de son sport, David a enchaîné les saisons, notamment en tant que skiman. Mais c'était sans compter son amour pour la photographie...



20 ANS DE CARRIÈRE DANS LA PHOTOGRAPHIE

La photographie a toujours été pour lui une « façon de collectionner les moments vécus ». Jamais il n'avait pensé en faire son métier. Le tournant arrive en 2005 : un magazine de sports d'hiver lui achète trois photos : « Je me suis dit : pourquoi ne pas me lancer ? » C'est le début de vingt ans de carrière dans la photographie. David travaille pour la presse en tant que photojournaliste, puis pour des agences de publicité à Paris. Ses voyages en Nouvelle-Zélande et en Australie nourrissent son regard et renforcent son envie de raconter le monde en images. De retour en France, il collabore avec Méribel Alpina et Les 3 Vallées : « Deux expériences fondatrices qui m'ont permis de me faire connaître dans la région et de me spécialiser dans l'identité de marque des stations. » Suivent des collaborations avec Arc 1950, Courchevel Tourisme et plusieurs grandes marques comme Lacroix Sport, Maison Lassalle ou Alberto Fasciani.

LA BONNE PHOTO,
C'EST CELLE QUI QUESTIONNE.



© Photos David André



Profil

Prénom : David
Nom : André
Origine : Toulouse
Âge : 45 ans
Métier : Photographe
Où : Méribel

ROAD STORIES

À côté, David développe des projets personnels qui l'amènent à voyager à travers le monde. Son univers ? Entre la photo de mode et de voyage. « C'est l'histoire d'une fille à travers un voyage, et l'histoire d'un voyage à travers une fille », déclare-t-il. À chaque pays visité, une mannequin, une histoire. Les deux entrent en résonance. Sa définition de la bonne photo ? « Celle qui questionne, sans forcément donner une réponse ». Et c'est peut-être ce que l'on ressent face à ses « road stories », où le silence d'un visage répond à celui d'un pays pour nous faire parler nous, spectateurs en quête de sens. (F.N.)

 Snowboarding first brought David André to the mountains, but photography made him known. Originally an aeronautical engineer from Toulouse, he moved to Méribel in 2001 to pursue snowboarding. A magazine purchase in 2005 launched his 20-year photography career, spanning press work, advertising agencies, and collaborations with major resorts and brands. His personal project Road Stories blends fashion and travel, capturing portraits that evoke emotion and invite reflection rather than offering answers.


Pour le suivre
davidandrewoj.com
@davidandrewoj

LE PATRIMOINE à découvrir

CHAQUE VISITE COMPREND
UNE DÉGUSTATION
DE PRODUITS LOCAUX

Les Apéros de l'Architecture

Les Menuires

Découvrez les étapes clés de la construction
des Menuires et des choix architecturaux
audacieux et innovants.



Secrets et saveurs du miel à Mellifera

Les Menuires

Plongez dans l'univers fascinant
des abeilles.



Les visites du village aux flambeaux

Saint-Martin-de-Belleville

Vivez un moment enchanteur avec la visite aux
flambeaux de Saint-Martin. En compagnie de votre
guide, plongez dans l'histoire du village, où chaque
rue et bâtiment racontent un chapitre de la vie locale.
La visite se conclut au musée où vous pourrez
découvrir des objets et témoignages du passé, et
profitez d'une dégustation gourmande du fameux
beaufort accompagné d'un vin de Savoie (sirop pour
les enfants).

Contes et goûter à l'étable

Saint-Martin-de-Belleville

Dans l'atmosphère rustique de l'ancienne étable, les
petits explorateurs s'installent pour écouter un conte
captivant qui les transportera à travers l'histoire et les
traditions de la vallée d'autrefois.

Balade au Moulin de Burdin

Saint-Marcel

Vous apprendrez comment les grains étaient
transformés en farine et goûterez aux produits locaux :
pain du village et bière locale (sirop pour les enfants).

INFOS ET RÉSERVATION SUR
locationlesmenuires.com



ZOOM

85 ANS DE GASTON, ÇA SE FÊTE !



L'âme du village, Gaston Jay, célèbre ses
85 bougies, une bonne occasion pour faire
la bringue ! Le mercredi 11 mars dès 18h, la place
des Belleville se transforme en bar éphémère
« Chez Gaston guinguette d'altitude ». Au programme dégustation de vins de
Savoie, charcuteries et fromages du coin.
L'accordéoniste Fabrice Peluso et la chanteuse
Céline France seront aussi de la partie pour
ambiancer tout le monde, et rendre hommage
à la mascotte de la vallée.

Bar éphémère, le 11/03 à 18h
Place des Belleville, Gratuit

Gaston Jay turns 85 and the village
celebrates in style! Join the festive
pop-up "Chez Gaston" on March 11 for local
wines, Savoyard treats and live music in a lively,
friendly atmosphere.

TO DO LIST

MARDI 10.03

Contes et goûter à l'étable

Tales and treats in the barn

À 17h30 • 5€/enfant

RDV à la Maison du Tourisme

Inscription obligatoire

MERCREDI 11.03

Visite guidée : balade
au moulin de Burdin

Guided tour : walk to the Burdin mill

À 14h30 • 5€

RDV à Notre-Dame-de-la-Vie

Inscription obligatoire

Maison du Tourisme

Saint-Martin-de-Belleville

+33 (0)4 79 00 20 00

st-martin-belleville.com

Véronique Olivieri L'ARTISTE TOUCHE-À-TOUT

Véronique, artiste-peintre portraitiste, expose actuellement une série de paysages de montagne
en acrylique dans le hall de la mairie. Elle nous raconte son amour pour la peinture, et sa
nouvelle discipline qu'est le tatouage.

Quelle est ton histoire avec la peinture ?

Je peins depuis que je suis petite. J'ai fait un Bac
littérature/dessin d'art, les Beaux-Arts à Toulon.
Ensuite, j'ai étudié le dessin industriel en mécanique
(dessins en perspectives). Puis j'ai travaillé au
Club Med en tant que monitrice de ski l'hiver, et
responsable d'ateliers d'art l'été. Après ça, j'ai créé mon
atelier de peinture à Saint-Martin-de-Belleville. C'était
il y a 37 ans !

Tu as une autre corde à ton arc ?

Oui, je suis aussi tatoueuse depuis 2 ans et demi.
J'aime ce contact avec les gens. Ça me booste et me
donne envie de leur faire plaisir. J'ai fait une série
de peintures de gens tatoués, et ça m'a donné envie
de pratiquer.

Quels sont tes supports et technique ?

Je touche à pas mal de chose : acrylique, huile,
aquarelle, peinture sur bois, soie, tissu...

D'où vient ton inspiration ?

De tout ce qui m'entoure... Je pense que les gens
ne regardent pas assez les choses. Quand je dessine
quelque chose, les gens prennent le temps d'observer.
Comme ma série sur les agriculteurs par exemple, il y
a quelques années.

Qu'est-ce que l'art t'apporte dans ta vie ?

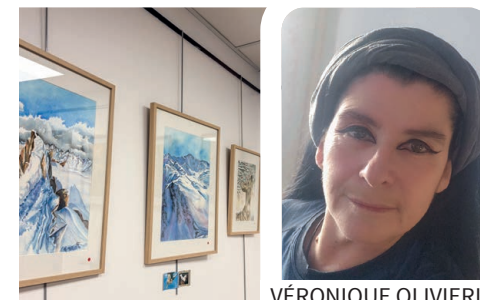
Quand je peins, je traduis tout ce que je ressens, ce
que je ne peux pas toujours dire. Pour moi, l'art c'est
la vie !

Où se trouve ton atelier ?

Il se trouve sous la salle des fêtes de Saint-Martin. En
hiver, il est ouvert tous les mardis soir. Je donne des
cours aux enfants de l'école de 16h30 à 18h, puis aux
ados jusqu'à 19h, et ensuite aux adultes de 19h30 à
21h30. Je leur apprend le fusain, la peinture avec
du café, du thé, l'acrylique, l'aquarelle... L'été, c'est
du lundi au vendredi : les matins, je donne des cours
d'aquarelle et de dessin, on se balade et on peint.
Et l'après-midi, à l'atelier c'est mosaïque, peinture sur
bois, soie, tissus, verre, acrylique... (M.P.)



© Véronique Olivieri



VÉRONIQUE OLIVIERI

A portrait painter exhibiting acrylic
mountain landscapes at the town hall,
she has dedicated her life to art. Trained in fine arts,
she founded her own studio 37 years ago and now
also works as a tattoo artist, inspired by human
connection. Exploring acrylic, oil, watercolor, and
mixed media, she teaches year-round, sharing her
passion with children and adults. For her, painting
expresses what words cannot—art is life.

EXPOSITION DE PEINTURES

Visible jusqu'à cet été, dans le hall de la mairie

Véronique Olivieri : +33 (0)6 62 11 67 02

Atelier les mardis soir sous la salle des fêtes

RENCONTRE AVEC...

Nina Caprez

UNE VOIE LIBRE



© John Glassberg

NINA CAPREZ & LYNN HILL

Entre parois mythiques et horizons intimes, la grimpeuse suisse Nina Caprez, aujourd'hui installée à Saint-Jean-de-Belleville, raconte le vertige d'une vie suspendue au rocher. Un récit sans filtre où la quête de performance se mêle à l'amour, à la maternité et au goût du large.

Comment est né ce projet de livre ?

L'écriture est pour moi un magnifique moyen de se mettre à nu. Il y a quatre ans, les Éditions Guérin (Paulsen) m'ont proposé d'écrire un livre sur mon parcours, car il manquait de voix féminines dans les sports de montagne. J'ai laissé passer trois ans : ce n'était pas le bon moment. Le déclic est venu lorsque j'étais enceinte de ma deuxième fille.

Pourquoi avoir ressenti le besoin d'écrire ?

C'était une manière de me livrer davantage. Et aussi de faire évoluer mon image : celle de la « machine suisse », d'une femme très forte, inaccessible. J'avais envie de montrer toutes les facettes : la lumière, bien sûr, mais aussi les doutes, les fragilités, les échecs.

Pourquoi ce titre, « La voie devant soi » ?

Ce titre résume mon parcours. Je n'ai jamais supporté d'entrer dans un cadre préconçu. Toute ma vie, j'ai tracé ma propre voie, avec l'escalade comme fil conducteur.

Y a-t-il eu des passages plus difficiles à écrire ?

Oui, en particulier la mort de mon père. J'avais presque trois ans lorsqu'il a fait une chute mortelle en montagne, en allant cueillir un edelweiss pour l'offrir à ma mère le jour de leur anniversaire de mariage. Écrire sur ce que j'avais ressenti, sur la manière dont j'ai traversé cette période... Nous n'en avons jamais vraiment parlé en famille. Mais cela m'a fait énormément de bien.

Quel tournant a marqué ta vie ?

En 2011. Je vivais du sport depuis quelques années, dans une véritable course à la performance. Cette année-là, à 25 ans, j'ai réalisé un rêve d'enfance : l'ascension de la voie mythique Silbergeier (8b+ max). Une des voies les plus dures au monde, dont j'ai été la première femme à réussir l'ascension. Après cet objectif, j'ai ressenti un calme absolu. Je n'avais plus rien à prouver.

Et aujourd'hui, quelle place pour l'escalade ?

Je suis à fond ! Je ne veux plus être enceinte (rires), j'ai déjà deux filles. Je retourne en falaise avec de nouveaux objectifs : refaire une voie en 8b+ cet été dans le sud de la France, puis, après l'été, me lancer dans une grande voie de presque 1000m au Pic de Bure. C'est mon prochain challenge, et j'en ai besoin.



© www.jeremy-bernard.com



© Photos www.jeremy-bernard.com

Des figures féminines qui t'ont inspirée ?

Je n'ai jamais vraiment eu de modèle, je regardais peu ce que faisaient les autres. Mais j'ai une immense admiration pour la grimpeuse Lynn Hill. Nous avons passé beaucoup de temps ensemble, notamment en 2018 et 2019 sur la Nose. Je suis très admirative de la manière dont elle a élevé son enfant seule, en jonglant entre sa vie de mère et sa carrière de sportive.

Quelle est la voie devant toi ?

J'ai laissé la porte ouverte à un prochain livre. On reste un peu sur sa faim : j'ai surtout raconté mon parcours avant la maternité. Aujourd'hui, j'ai besoin de prendre du recul sur ce que je vis pour pouvoir l'écrire.

Un message pour les femmes ?

Soyez fières d'être femmes. Nous sommes remplies de douceur et de force. Nous avons un corps puissant, un esprit vif et libre. Nous sommes capables de faire mille choses à la fois. Il faut se valoriser, se féliciter et accepter d'être magnifiques. (F.N.)



Profil

Prénom : Nina

Nom : Caprez

Âge : 39 ans

Origine : Suisse

Discipline : Escalade / grandes voies

Domicile : Saint-Jean-de-Belleville

Son livre : « La voie devant soi », paru en janvier 2026 chez Guérin (23€, 176 pages)

 Swiss climber Nina Caprez shares an intimate story of life on the rock, now rooted in Saint-Jean-de-Belleville. In her book, she opens up beyond performance, revealing doubts, loss and motherhood alongside major climbing feats. From her groundbreaking ascent of the iconic Silbergeier to new ambitions on big walls, she continues to forge her own path. Her message is clear: embrace strength and vulnerability, and be proud to move forward freely, on your own terms.



Pour la suivre
 ninacaprez

Move & Relax*

📍 SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE 📍 LES MENUIRES 📍 VAL THORENS



Piscine | Wellness | Musculation |
Cours collectifs fitness et aquasports
Multisport indoor | Massages & Soins | Fun Park



sportwellnesslesbelleville.com

*Bouger et se détendre - Création : wanala - Crédit photos : Maxime Graud, Alpcart Medias, L. Brochot - OT Val Thorens

TOUT SCHUSS !

Sport, plaisir et partage, voici la recette du Schuss Solidaire organisé le vendredi 13 mars par l'association Sport dans la Ville pour les entreprises engagées. Un rendez-vous au sommet pour la solidarité !

Les Menuires ont toujours apporté leur soutien à plusieurs associations. Le plus connu est l'organisation du Trophée de l'Espoir avec l'association Alpysia, accompagnant des personnes en situation de handicap et leur famille. La station permet également à des enfants de différents villages d'Action Enfance de passer un séjour à la montagne l'été ou l'hiver. Depuis 2028, Les Menuires collecte aussi des fonds pour l'association Petits Princes qui réalise des rêves d'enfants malades.

L'INSERTION PAR LE SPORT

En mars, c'est le Schuss Solidaire que la station accueille : un événement organisé depuis 2023 par l'association Sport dans la Ville, mêlant sport, convivialité et impact social. Créée en 1998, Sport dans la Ville est la principale association d'insertion par le sport en France. Elle œuvre pour contribuer à l'égalité des chances en favorisant l'insertion sociale et professionnelle des jeunes issus de quartiers prioritaires.

TONY ESTANGUET EN PARRAIN

Le principe du Schuss Solidaire ? Des équipes de 4 personnes qui participent à deux courses solidaires inter-entreprises : un parcours de ski de randonnée et une descente chronométrée. L'objectif ? Offrir des séjours inoubliables aux jeunes de l'association, chaque participation équivalant à un don. Cerise sur la montagne, Tony Estanguet sera le parrain de cette journée. Une belle façon de soutenir les jeunes des quartiers prioritaires. (C.L.)

 The Schuss Solidaire at Les Menuires blends sport, fun, and solidarity. Teams of four compete in ski mountaineering and timed descents, raising funds for underprivileged youth. Sponsored by Tony Estanguet, the event supports Sport dans la Ville's mission to foster social and professional inclusion through sport, offering unforgettable alpine experiences.

 **LE SCHUSS SOLIDAIRE**
Coursées inter-entreprises

Pour soutenir l'association : sportdanslaville.com



© Sport dans la Ville

TO DO LIST

JEUDI 12.03

Rencontre avec un pisteur

Meeting with a ski patroller
Sommet TS Menuires
À 14h30 • Dès 12 ans
Inscription obligatoire à l'OT

JEUDI 12.03

Visite de la salle des machines

Visit of the machine room
À 11h • Gratuit avec un forfait
Pointe de la Masse

Office de tourisme • Les Menuires
+33 (0)4 79 00 73 00
lesmenuires.com



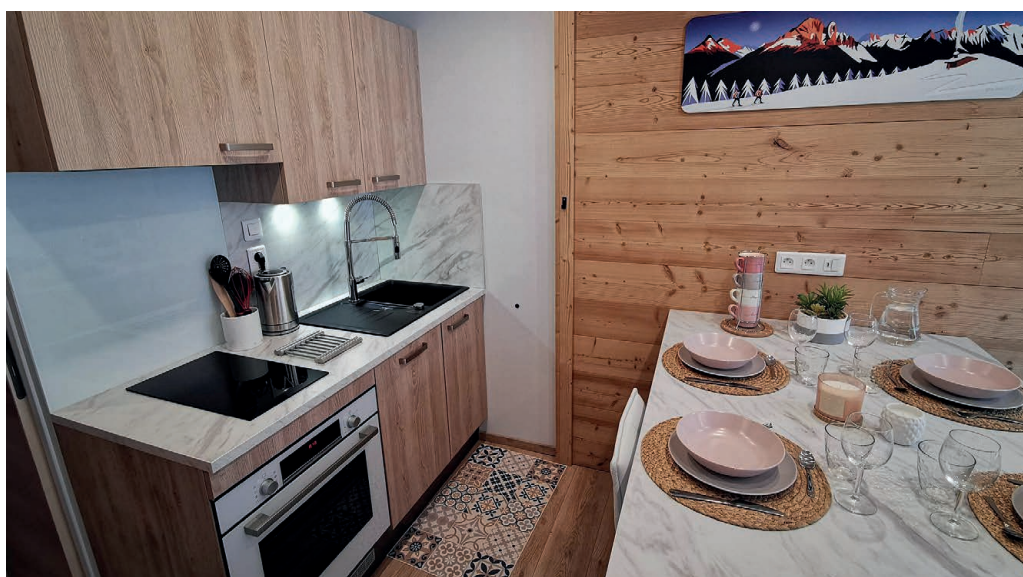
EN COULISSE AVEC L'ESPACE PROPRIÉTAIRES

À l'heure où les premiers skieurs rejoignent les remontées mécaniques, une autre activité commence dans les appartements de la vallée... Tablette en main, les évaluateurs référents du classement des meublés de tourisme, entament leurs visites du jour.

Dans un territoire où l'hébergement constitue l'un des piliers de l'activité, la qualité des logements joue un rôle déterminant. Face à cette concurrence accrue, le classement officiel des meublés de tourisme devient un repère fiable. Dans la vallée des Belleville, c'est l'Espace Propriétaires qui s'occupe de distribuer les étoiles... De 1 à 5 étoiles, ce classement repose sur une grille nationale exigeante : équipements, confort, sécurité, services, mais aussi qualité de l'accueil et informations mises à disposition des visiteurs.

MISSION 1 : ACCOMPAGNER ET CONSEILLER

La visite ne se limite pas à cocher des cases, c'est un véritable échange avec les propriétaires : les évaluateurs observent, mesurent et conseillent. Elles offrent un accompagnement précieux pour les propriétaires. Pour les stations, ces visites contribuent directement à la montée en qualité de l'offre d'hébergement : un enjeu majeur dans un contexte où la concurrence entre destinations s'intensifie. Un logement bien classé inspire confiance et favorise la satisfaction des visiteurs. Le classement devient ainsi un outil collectif au service de l'image du territoire.



© Photos DR

AFFAIRE CLASSÉE !

- Le classement une histoire qui dure depuis 1993 dans les Belleville.
- SEM Rénov'/Espace Propriétaires est l'organisme agréé sur les Belleville
- Personnel formé et habilité
- 2900 meublés classés (15 000 lits)
- Validité 5 ans
- Tarif en fonction de la superficie



© DR

MISSION 2 : OBSERVER ET S'ADAPTER

Au fil de ses visites, l'évaluateur voit évoluer les tendances touristiques locales : recherche de confort "comme à la maison", importance du numérique, attention croissante portée à l'environnement. Les logements doivent donc s'adapter pour répondre aux nouvelles façons de voyager.

MISSION 3 : CLASSER ET RASSURER

Après la visite, quelques recommandations sont échangées, des points d'amélioration sont identifiés, et le classement officiel sera alors communiqué. Pour les futurs vacanciers, ces étoiles rassurent au moment de réserver : la qualité de l'offre, le niveau de confort, la transparence et l'expérience sécurisée. Localement, elles racontent bien davantage : l'engagement des propriétaires, l'accompagnement de la SEM Rénov', et la volonté collective de proposer un accueil toujours plus qualitatif. Dans l'ombre des séjours réussis, il existe tout un travail de terrain qui contribue chaque jour à faire rayonner la destination. (C.L.)

 In Belleville Valley, the official vacation rental rating system evaluates properties from 1 to 5 stars based on comfort, safety, amenities, and hospitality. Evaluators advise owners, observe trends, and help improve quality. This process reassures visitors, promotes high standards, and strengthens the destination's reputation, ensuring a consistent, trusted experience while supporting local tourism and encouraging owners to adapt to evolving guest expectations.



ESPACE PROPRIÉTAIRES
espace-propietaires-des-belleville.com
• Aux Menuires : +33 (0)4 79 00 84 73
1269 avenue de la Croisette
• À Val Thorens : +33 (0)4 79 00 84 89
Maison de Val Thorens, Grande Rue



PROPRIÉTAIRES DES BELLEVILLE

VENEZ RENCONTRER
NOTRE ÉQUIPE,
ON EST LÀ POUR VOUS !



LES MENUIRES

Immeuble Belledonne
+33 (0)4 79 00 84 73
espace.propietaires@lesmenuires.com

VAL THORENS

Maison de Val Thorens
+33 (0)4 79 00 84 89
espace.propietaires@valthorens.com



RETROUVEZ-NOUS
EN LIGNE



Val Thorens
LES 3 VALLÉES

17 18 19
MARCH
2026

FVT 17TH EDITION
FESTIVALTHO
www.festivalthovalthorens.com

EMANUEL SATIE
DAVID PENN
SOLTO

THOMAS VILLARD - GINO
DJ LYRICS - JÜ-ONE
MIKE MCLENNAN - MURSY

LAWIK - REPLAY - COBANNE

**+ SPECIAL GUEST NRJ EXTRAVADANCE :
ORISKA**

TICKETS





CHALET DU THORENS
11:00 AM — 3:00 PM



360 BAR
3:00 PM — 6:00 PM



MALAYSIA
11:00 PM — 5:00 AM



CENTER
PRINT



FESTIVALTHO, L'ÉVÈNEMENT 100% ÉLECTRO

Trois jours de fête à 2300m d'altitude ? Non vous ne rêvez pas, c'est bien le Festivaltho qui revient pour une 17^e édition au sommet. Les 17, 18 et 19 mars, de l'électro résonnera aux Chalets du Thorens, au 360° Bar ainsi qu'au Malaysia. Que la fête commence !

L'ESPRIT

Le Festivaltho, plus haut festival électro d'Europe, rassemble les amoureux de musique électronique durant trois jours au cœur du domaine skiable. Il se déroule dans trois lieux différents donnant des ambiances uniques. C'est aux Chalets du Thorens que les festivités commencent de 11h à 15h pour un warm-up au soleil en terrasse. Rendez-vous ensuite à deux pas, au 360° Bar, pour un après-ski de folie face aux sommets de 15h à 18h. Pour les plus endurants, la soirée continue au Malaysia, avec de l'électro dans les oreilles jusqu'au bout de la nuit (de 23h à 5h).

ON VEUT DES NOMS !

On peut déjà vous dire qu'Emanuel Satie sera de la partie. Ce producteur et DJ primé, originaire d'Allemagne, se démarque par son style house mélodique et entraînant. L'espagnol David Penn, fera aussi l'honneur de sa présence. Cette icône de la house music qui fait danser tout Ibiza. Et enfin SOLTO, artiste français émergent de musique Afro House, connu pour son premier titre « Jamaican (Bam Bam) » en collaboration avec Hugel. Sans oublier : Thomas Villard, Gino, DJ Lyrics, Ju One, Mike McLennan, Mursy et quelques autres...

TICKET ÉLECTRIQUE

La bonne nouvelle, c'est que les accès aux Chalets du Thorens et au 360° Bar sont comme chaque année gratuits. Et pour les soirées ? Le ticket 1 jour est à 20€ et le pass 3 jours à 60€, avec des avantages à la clef ! C'est 10% de remise sur toutes les consommations (bar, restaurant, snack) aux Chalets du Thorens et accès par l'entrée PRIOR au 360° Bar (fosse). (M.P.)



 Festivaltho returns March 17–19 at 2,300m, transforming Val Thorens into Europe's highest electro festival. Parties unfold at Chalets du Thorens, 360° Bar, and Malaysia, from sunny terrace warm-ups to all-night clubbing. Headliners include Emanuel Satie, David Penn, and SOLTO. Daytime venues are free, with tickets available for evening events, plus perks for pass holders. Three days of ski, beats, and high-altitude celebration await.



FESTIVALTHO

- Chalets du Thorens 11h-15h (gratuit)
 - Le 360 Bar 15h-18h (gratuit)
 - Le Malaysia Club 23h-5h • 20€
- Pass 3 nuits + avantages : 60€
- Réservations : festivalthovalthorens.com

Lucas

PASSION COCKTAIL

RESPONSABLE DE BAR

À 23 ans, Lucas Desvignes s'épanouit professionnellement derrière un comptoir de bar. Depuis deux hivers, il officie l'hiver à Il Gusto, et aime particulièrement créer de nouveaux cocktails, aux saveurs d'ici ou d'ailleurs.

Lucas, deux mots sur ton parcours ?

Je suis originaire d'Aurillac. Après des études dans la préparation physique, un an en école d'ingénieur, j'ai tout abandonné pour la restauration. J'ai débuté les saisons comme serveur au Cap d'Adge et suis tombé amoureux du job. J'aime le contact humain, distribuer du bonheur aux gens...

UN COCKTAIL,
C'EST UN VOYAGE...

Comment es-tu arrivé à Val Tho' ?

Mes patrons en été connaissaient ceux d'Il Gusto à Val Thorens. Je suis arrivé ici en décembre 2024, d'abord comme runner, et depuis cet hiver comme responsable du bar. Ça me permet de concilier job et passion de la glisse. Mon père m'a appris à skier dans le Lioran, et je me suis mis au snow cet hiver. J'adore !

Qu'aimes-tu dans ton métier ?

Proposer mes préparations maison, et qu'elles plaisent ! Il faut évidemment bien connaître les produits qu'on utilise, arriver à décrypter les goûts et envies des clients. Sur un poste de responsable, il y a aussi toute la gestion des stocks, l'organisation avec mes collègues, le nettoyage. Il faut aussi savoir garder un œil sur ses clients.

C'est un rêve qui se réalise ?

Je m'étais toujours dit qu'un jour je travaillerais derrière un bar. Petit, je faisais des « mixtures » à la maison. Ma passion s'est approfondie en pratiquant.

Aujourd'hui, tu proposes tes créations à la carte d'Il Gusto...

Créer un nouveau cocktail, c'est beaucoup de tests en amont ! Pour trouver les bons dosages, retrouver des saveurs régionales, tout en apportant une nouveauté. Le Berry Kiss m'a demandé 1 mois et demi de réglages, pour retrouver le goût de la tarte aux myrtilles.



Profil

Prénom : Lucas
Nom : Desvignes
Âge : 23 ans
Origine : Aurillac (Cantal)
Job : Responsable de bar
Où : Restaurant Il Gusto

Les qualités d'un bon barman ?

Écoute, empathie, patience et adaptabilité !

Un bon cocktail selon toi ?

Que ce soit un cocktail ou un mocktail (sans alcool), c'est celui qui est adapté au goût du client. Dès qu'il en boit une gorgée, il a le sourire ! Un cocktail, c'est un voyage...

Ton cocktail signature ?

Le Nutty Martigny, avec Bailey's, Frangelico, Caramel et Espresso... C'est mon bébé ! Il est rassurant, à savourer au coin du feu, doux et peu alcoolisé. Et il y aura bientôt un nouveau, le Génépi Sour, avec quelques touches de fruits rouges à découvrir.

Des projets ?

Je vais participer au concours de cocktails de l'Altaपुरa cette année, pour échanger avec des plus professionnels que moi. J'aimerais voyager aussi (Guadeloupe, Martinique...) pour approfondir mes connaissances. En ce moment, je vis mon rêve et m'éclate dans mon métier ! (E.R.)

At 23, Lucas Desvignes is living his dream behind the bar at Il Gusto in Val Thorens. After switching from engineering studies to hospitality, he found his calling in mixology. Now bar manager, he crafts creative cocktails inspired by regional flavors, like his blueberry-inspired Berry Kiss or the cozy Nutty Martigny. For Lucas, every drink is a journey—blending technique, intuition and a passion for sharing good vibes with guests.

UN CONCOURS EXPLOSIIF



C'est sous le signe du challenge et de la convivialité que l'Alta Contest Bar revient à l'hôtel Altaपुरa. Rendez-vous jeudi 12 mars à Val Thorens !

Né il y a trois ans, l'Alta Contest Bar a tout de suite remporté un vif succès auprès des publics de la station. S'inscrivant désormais comme un rendez-vous annuel incontournable, il réunit les passionnés et les amateurs de mixologie autour d'un concours exigeant. Au programme pour les 18 participants, 3 épreuves : un QCM, la réalisation d'un cocktail et dessert, et la création d'un cocktail autour d'un alcool tiré au sort. Créativité, technicité et audace devront être de la partie ! En parallèle de ce bel affrontement, le public est invité à participer à un atelier de mixologie de 15h à 16h, l'Alta Workshop Bar. Accompagné par des professionnels, c'est l'occasion de découvrir les bons dosages et les astuces de présentation, pour confectionner sa propre création... et la déguster ensuite bien entendu. (S.M.)

The Alta Contest Bar returns to Hôtel Altaपुरa in Val Thorens, on March 12, featuring a lively mixology competition for 18 participants. The public can join the Alta Workshop Bar from 3–4 pm to learn cocktail-making tips and create their own drinks.



ALTA CONTEST BAR

Hôtel Altaपुरa, rue du Bouchet
+33 (0)4 80 36 80 36

BOOTFITTER DE PÈRE
EN FILS DEPUIS 1985

Spécialiste
BOOTFITTING

Spécialiste
SKI-MOJO

Zenith Ski Shop
Place Caron Val Thorens
73440 Les Belleville
www.zenith-skishop.com

CAUCHEMAR EN STATION



© Benini Julian

Imprévisible et masqué, le DJ Vladimir Cauchemar débarque au Fahrenheit Seven le jeudi 12 mars dans le cadre de la S7ven Party. C'est dans un univers sonore bien à lui qu'il évolue, mêlant techno, bass music et culture club. Un après-ski endiablé attend les amateurs de musique électronique avec ce guest historique du lieu.

Le jeudi 12/03 de 15h à 19h

Fahrenheit Seven • Entrée 25€

+33 (0)4 79 00 04 04 • fahrenheitseven.com

Masked and unpredictable, Vladimir Cauchemar brings his unique blend of techno, bass, and club culture to Fahrenheit Seven on March 12, promising an electrifying after-ski experience for electronic music fans.

TO DO LIST

MARDI 10.03

Concert d'hiver : Jean-Luc Manca

Jean-Luc Manca concert
À 18h30 • Gratuit
Salle Polyculturelle

MERCREDI 11.03

Atelier enfants

Kids workshop
À 16h • Gratuit
Chalet Péclet

Office de tourisme

Val Thorens

+33 (0)4 79 00 08 08

valthorens.com

À FLORE DE PEAU



Le 11 mars, au Centre culturel Marius-Hudry, embarquez pour une conférence captivante sur le Conservatoire botanique national alpin et la diversité exceptionnelle de la flore des Alpes, présentée par l'écologue Gilles Pache.

Saviez-vous que nos montagnes abritent des espèces végétales uniques au monde ? Lors de cette conférence, le Conservatoire botanique national alpin sera présenté en détail : ses missions, son rôle clé dans la connaissance et la préservation des plantes sauvages, et les défis qu'il relève face au changement climatique. Animée par Gilles Pache, écologue, cette rencontre promet d'être vivante et accessible, entre anecdotes de terrain, focus sur des espèces emblématiques et éclairage sur les actions menées pour protéger ce patrimoine naturel exceptionnel. Une belle occasion de découvrir la biodiversité qui nous entoure en Tarentaise, de mieux comprendre les enjeux environnementaux et de poser toutes vos questions à un spécialiste passionné. (F.N.)

On March 11, ecologist Gilles Pache presents a conference on the Alpine National Botanical Conservatory, exploring the Alps' unique flora, conservation missions, and climate challenges at the Centre culturel Marius Hudry.



CONFÉRENCE SUR LA FLORE ALPINE

À 18h30, centre culturel Marius Hudry

Tous publics • Gratuit

+33 (0)4 79 04 29 05 •

coeurdetarentaise-tourisme.com



Une palette de couleurs

Jusqu'au 31 mars, c'est au centre culturel Marius-Hudry de Moûtiers que Jacky Bréau pose ses toiles hautes en couleurs. Cet aquarelliste invite au voyage à travers ses œuvres.

L'artiste-peintre Jacky Bréau réalise des tableaux figuratifs largement influencés par son humeur aux notes vibrantes et très colorées. Pour ce faire, il utilise du papier Lana qui a pour particularité de ne pas du tout absorber l'eau, ce qui est contre intuitif pour de l'aquarelle. Il explique qu'il lui a fallu plusieurs essais avant d'approprier ce papier. C'est là toute la subtilité de son travail : lutter contre deux éléments qui ne veulent pas s'associer ! Une manière poétique de peindre, à découvrir durant tout le mois de mars au centre culturel de Moûtiers. (M.P.)

From March 2–31, Jacky Bréau showcases vibrant, mood-driven watercolors at Centre Culturel Marius Hudry. Using non-absorbent Lana paper, he creates a poetic tension between paint and surface, inviting viewers on a colorful, emotive artistic journey.



EXPOSITION JACKY BRÉAU • AQUARELLE

Patio du centre culturel Marius-Hudry

Entrée libre durant les heures d'ouverture

+33 (0)4 79 24 04 23 • museemoutiers.fr



JACKY BRÉAU

© Photos Centre culturel Marius Hudry

TO DO LIST

SAMEDI 07.03

Concert Guérilla Poubelle

Punk/rock concert
À 20h30 • Art Factory
Billetterie : [Art.Factory73](https://www.artfactory73.com)
Moûtiers

SAMEDI 14.03

Balade découverte du hameau d'Hauteville

Discovery walk
À 14h • 25€
Rdv église de Notre-Dame-du-Pré
Inscription obligatoire

Cœur de Tarentaise Tourisme

+33 (0)4 79 04 29 05

coeurdetarentaise-tourisme.com

Musique {NOM FÉMININ}



© Robert and Clara Schumann / Johann Anton Volner

Et si on réécrivait l'histoire de la musique au féminin ? Samedi 7 mars, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, les Causeries musicales s'installent à la médiathèque de Moûtiers pour une conférence vibrante.

Organisées dans le cadre de la saison culturelle de Cœur de Tarentaise, les Causeries musicales est un rendez-vous gratuit et ouvert à tous, à retrouver le samedi 7 mars à la médiathèque de Moûtiers. Dans cette conférence, la spécialiste Aurélie Bonhomme mêlera échanges avec le public et découvertes musicales pour interroger ce qui a limité ou empêché les femmes de rayonner au même titre que les hommes dans le monde musical. Le public partira à la rencontre de voix et compositions féminines méconnues, dans une expérience où culture et mélodie se croisent, enrichissant la réflexion collective autour du rôle des femmes dans l'histoire et l'art. (F.N.)

On March 7, for International Women's Day, Moûtiers hosts Causeries Musicales, a free conference celebrating overlooked female composers, exploring their music, challenges, and contributions to the history of music.



CAUSERIES MUSICALES

À 10h • Gratuit • Tout public
Médiathèque de Moûtiers

LE PATRIMOINE au féminin

À l'occasion du 8 mars, Albertville met à l'honneur les femmes et leurs parcours avec une visite guidée inédite dans la ville et une conférence qui raconte l'histoire artistique féminine en Savoie.

Dimanche 8 mars, à 14h30, partez à la rencontre des femmes qui ont marqué Albertville lors de la visite guidée « Albertville à travers les femmes ». Au départ de l'Hôtel de ville, cette balade commentée invite à découvrir celles qui ont façonné la ville. Jeudi 12 mars, à 18h30, rendez-vous au Musée d'art et d'histoire de Conflans pour une conférence animée par la spécialiste Anne Buttin : « Les femmes artistes en Savoie ». Une conférence qui retrace les combats et les succès de femmes artistes confrontées aux obstacles d'un milieu artistique dominé par les hommes. (F.N.)

For International Women's Day, Albertville honors women's legacies with a guided city tour highlighting influential female figures and a conference on women artists in Savoie, celebrating their achievements in a historically male-dominated cultural world.



ANIMATIONS DU PATRIMOINE

- Le 12/03, visite-guidée à 14h30
RDV à l'Hôtel de Ville • 3-6€/pers
- Le 12/03, conférence à 18h30
Musée de Conflans • Gratuit

Infos et réservations : +33 (0)4 79 37 86 85



© Robert Doisneau

✓ TO DO LIST

MARDI 11.03

Yoga au musée
Yoga at the museum
À 9h • 8€
Musée d'art et d'histoire de Conflans

MERCREDI 11.03

Théâtre « Résilience mon cul »
Theatre « Résilience mon cul »
À 20h • Tarifs : 6€ à 13€
Salle des fêtes de Grignon
Infos : dometheatre.com

Maison du Tourisme d'Albertville
+33 (0)4 79 32 04 22
pays-albertville.com



Ensemble au cœur
de votre futur durable !

Découvrez le programme complet de la
Semaine de la Petite Enfance 2026
en Cœur de Tarentaise !

Une diversité d'animations vous est
proposée pour les enfants de 0 à 6 ans :
racontines, jeux, ateliers d'éveil, rencontres
artistiques et bien d'autres choses.

Cochez les cases des temps forts qui vous
intéressent, nous vous proposons de trouver
le juste équilibre entre plaisir, créativité,
complicité et émerveillement...telle est la
promesse de l'édition 2026 !

Une équipe à votre disposition du lundi au vendredi :
04.79.24.41.41 - contact@coeurdetarentaise.fr
133 quai Saint Réal - 73600 Moûtiers

Mesdames et messieurs ...

Mercredi 11 mars, fans de ski alpin, ne manquez pas le Ladies & Gentlemen Tour ! Une belle fin de journée alliant sport et convivialité, face au stade de Plagne Centre illuminé.

Le Ladies & Gentlemen Tour, c'est un circuit international, composé de 4 épreuves dans 4 stations différentes, mettant en lumière les meilleurs skieurs et skieuses français lors d'un slalom parallèle ludique et festif. Dès 16h, les 16^e de finale dames et hommes s'enchaînent sur le stade de slalom, suivis des 8^e de finale à 17h30, diffusés en direct sur plusieurs chaînes TV. La soirée s'achèvera en beauté avec une remise des prix et un feu d'artifice, le tout dans une ambiance chaleureuse avec animations, dédicaces des athlètes, village exposants, buvette, DJ set, et même une déambulation d'échassiers ! L'occasion de partager un moment unique sur le front de neige. (C.L.)



© JUNI Photo

On March 11, La Plagne hosts the Ladies & Gentlemen Tour, an international parallel slalom event showcasing top French skiers. From 4pm, enjoy thrilling races, live TV finals, awards, fireworks, music, and entertainment — free entry.

◆ LADIES & GENTLEMEN TOUR SKI ALPIN • LA PLAGNE

Stade de slalom, à Plagne Centre
Dès 16h • Gratuit
+33 (0)4 79 09 02 01
la-plagne.com

CHAMPION RENCONTRE

Oscar Burnham

EN PISTE POUR LES JOP

Amputé de l'avant-bras gauche en 2018 suite à un accident, le skieur Tignard Oscar Burnham a très vite repris la compétition en para ski alpin. Aujourd'hui membre de l'équipe de France, il va vivre ses 2^{es} Jeux paralympiques en mars, et compte bien ramener une médaille à la maison !

Ton parcours avant ton accident ?

Je suis né en Sicile d'une mère italienne et d'un père anglais, mais mes parents vivaient déjà en France. On habitait à l'année à Tignes et, dès que j'ai su marcher, ma mère — monitrice — m'a mis sur les skis. J'ai ensuite suivi le cursus classique : club des sports, compétitions départementales puis nationales, ski-études au collège de Bourg-Saint-Maurice... Enfant, mon rêve était de courir en Coupe du monde, comme tous les gamins du coin !

Tu as très vite repris la compétition.

À l'hôpital, dès que j'ai su que j'allais être amputé, j'ai commencé à me renseigner sur les Jeux Paralympiques. Je suis tombé sur des vidéos de Marie Bochet (aujourd'hui retraitée, ndlr) qui skiait avec un seul bâton et je me suis dit : c'est possible. Après trois mois en centre de rééducation, j'ai rapidement rejoint la Fédération française handisport, grâce à l'impulsion de Christian Fémy. J'ai repris la compétition dès l'année de mon accident, d'abord sur le circuit national, puis en international. J'ai pu participer aux Jeux de Pékin en 2022 et obtenir une 7^e place en géant et une 10^e place en super combiné. Mais participer aux Jeux était déjà un objectif en soi.

Ton meilleur souvenir de compétition ?

Ma première médaille mondiale en 2023, le bronze en slalom. Sur le podium, j'étais aux côtés d'Arthur Bauchet et de Jordan Broisin. L'équipe de France, c'est une deuxième famille : on vit ensemble six mois par an. Partager la victoire avec eux, c'était incroyable !



© Ambroise Abondance

Que représente Marie Bochet, du club d'Albertville, pour toi ?

Elle m'a beaucoup inspiré. Dès l'hôpital, je regardais des vidéos d'elle — on a le même handicap — et elle m'a aussi aidé dans les gestes du quotidien. Aujourd'hui, c'est comme une grande sœur. On est devenus amis et, quand je passe dans le Beaufortain, je m'arrête toujours la voir...

Tes objectifs de saison ?

Je vais disputer mes 2^{es} Jeux paralympiques en mars, avec l'objectif clair de ramener une médaille, peu importe la discipline. Je suis entièrement focalisé là-dessus. Je veux arriver le jour J au meilleur niveau possible et n'avoir aucun regret.

Les JOP de 2030, tu y penses ?

Oui, forcément. J'ai eu un avant-goût des Jeux en France grâce à Paris 2024. Ça donne envie de vivre ça à la maison, avec le public français et mes proches. Après, mes objectifs dépendront de mes résultats en 2026.

Tu as également repris l'escalade.

C'était un sport que je pratiquais énormément avant mon accident. J'ai trouvé des solutions pour continuer à une main. Sur la roche, je strappe mon moignon et je l'utilise pour grimper ; sur glace, j'utilise une prothèse avec un piolet intégré. J'ai un vrai arsenal de prothèses selon les activités... J'ai plus de bras que de chaussures ! L'arrivée de la para-escalade aux Jeux de 2028 est une belle opportunité. Pourquoi ne pas viser aussi les Jeux d'été ? (F.N.)



Profil

Prénom : Oscar

Nom : Burnham

Âge : 26 ans

Discipline : Para ski alpin

Club : CS Tignes



Palmarès

- Coupes du monde : 2 podiums en 2026, 4 en 2025, 5^e au classement général 2024
- Mondiaux : 2 top 10 en 2025, 3 top 10 en 2023
- Jeux paralympiques 2022 : 7^e Slalom Géant, 10^e Super Combiné

Amputated of his left forearm in 2018, Oscar Burnham quickly returned to para alpine skiing. Born in Sicily and raised in Tignes, he started skiing as a toddler and dreamed of World Cup competition. Inspired by Marie Bochet, he joined the French Paralympic team, winning his first world medal in 2023. Focused on the 2026 Winter Paralympics, he aims to medal and continues para climbing with specialized prosthetics, eyeing future Games.

Pour le suivre
burnhamoscar



Le Refuge du Lac du Lou
Hot-diot d'hiver
LES MENUIRES

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 au dimanche
De 8h30 à 13h et 15h à 19h • 147, Rue du Lac
+33 (0)4 79 08 42 90 • lespeupliers.com

L'Étable des Lys



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 fermes avoisinantes.

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

Du mercredi au lundi de 18h30 à 21h30
22 Passage des Écoliers
+33 (0)4 79 07 97 71 • lespeupliers.com

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

COURCHEVEL 1850

Alpage*



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

Dès 19h30, du mercredi au dimanche inclus
Hôtel Annapurna • 734 Route de l'Altiport
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com

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

Ouvert 7j/7, de 19h30 à 21h
Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com

La Table de l'Annapurna



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 au guéridon, découpés ou flambés en salle pour le plaisir des yeux.

♥ Les desserts du chef pâtissier Téophane Faucher
Dîner 7j/7 de 19h30 à 21h
Hôtel Annapurna, 734 Route de l'Altiport
+33 (0)4 79 08 04 60 • annapurna-courchevel.com



La recette fromagère



Ingrédients

- 500g de pâte à pain fraîche ou pâte à pizza pré-étalée
- 300 g de beaufort
- 150 g de miel de Savoie
- 50 g de sésame

FICELLE BEAUFORT SÉSAME

La recette

- Etaler la pâte en bande d'environ 20 centimètres de hauteur et d'une épaisseur de 5 mm.
- Déposer miel, sésame et beaufort en dés sur la moitié de la bande, replier la bande pour recouvrir la garniture.
- Tailler en lanières et torsader légèrement avant de déposer sur une plaque de four.
- Asperger légèrement d'eau les ficelles et laisser pousser 1h dans un endroit tempéré recouvert d'un film plastique.
- Dans un four préchauffé à 180°C, enfourner 15mn environ (jolie coloration blonde).
- Servir en apéritif encore tiède, ou en accompagnement de repas.

VENTE AU DÉTAIL

DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES DE BEAUFORT

3 Vallées Café/gare SNCF
+ coopérative laitière
(emballé sous vide)

COURCHEVEL

- Le Pratz, près de la chapelle •
+33 (0)9 66 83 03 61

LES MENUÏRES

- Les Bruyères Place Centrale •
+33 (0)9 67 81 25 31
- La Croisette Rond point
proximité Galerie Marchande •
+33 (0)9 67 54 52 39

MÉRIBEL

- Mussillon •
+33 (0)9 67 01 37 78

MÉRIBEL CENTRE STATION

- Immeuble de l'Arolaz •
+33 (0)4 58 83 02 20

VAL THORENS

- Près de l'Église •
+33 (0)9 67 76 75 08

CHAMPAGNY

- Place centrale la Fruitière •
+33 (0)9 67 48 11 26

MOÛTIERS

- Av. des Jeux Olympiques •
+33 (0)4 79 24 03 65

Visite gratuite de la fabrication du beaufort
et des caves d'affinage sur réservation

COURCHEVEL MORIOND

Bistrot Manali



© Philippe Gal

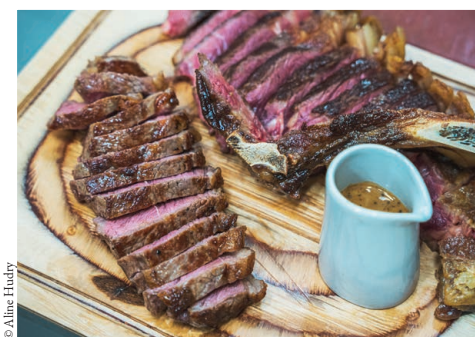
Sur le front de neige, skieurs et piétons sont conviés à déjeuner sur la grande terrasse ensoleillée au panorama exceptionnel. Au dîner profitez d'un repas gourmand et généreux dans un cadre chaleureux et décontracté.

♥ Musique live et DJ, programmation sur Instagram

Manali Lodge • 234 rue de la Rosière
Front de neige, accès ski aux pieds
+33 (0)4 79 23 19 41 • bistrot-manali.com

COURCHEVEL MORIOND

Carné



© Aline Hudry



© Dalidko

Ce nouveau restaurant steakhouse Carné, situé dans le resort Le C, met à l'honneur la gastronomie française, tel un véritable festin du champ à l'assiette. Le menu propose une sélection fine et soignée de viandes de race et de haute qualité : entrecôte, filet de bœuf, faux-filet, côte de bœuf, bavette, rumsteak...

♥ Les pièces d'exception de la cave à viandes

🇬🇧 Carné, the new steakhouse at Le C, honors French gastronomy with a refined farm-to-table feast. Enjoy a curated selection of premium cuts—rib-eye, fillet, sirloin, prime rib and more—crafted for true meat lovers.

122 rue Notre-Dame-des-Neiges
7j/7 de 18h30 à 23h
(fermé lundi hors vacances)
carne-courchevel.com

COURCHEVEL MORIOND

La Bokka



© Photos Dalidko

L'Italie s'invite à Courchevel dans un restaurant chaleureux où baroque authentique et style montagnard se rencontrent. Installez-vous confortablement pour savourer une cuisine italienne généreuse, parfumée et conviviale, servie dans une ambiance festive aux teintes chaudes. Un lieu gourmand où l'on partage, on savoure et on profite pleinement. Buon appetito !

♥ Bar en bas (dès 16h) et restaurant en haut

🇬🇧 Italy comes to Courchevel in a warm restaurant blending authentic baroque style with mountain charm. Settle in and enjoy generous, aromatic Italian cuisine served in a festive, welcoming atmosphere with rich, glowing tones. A gourmet place to share and savor. Buon appetito!

378 rue Sainte-Blandine
7j/7 de 19h à 2h (fermé mardi hors vacances)
labokka-restaurant.com

COURCHEVEL MORIOND

Gaïa



© Philippe Gal

Un lieu unique pour vos soirées à Courchevel, où le menu et l'ambiance proposent un accord succulent entre Asie et haute montagne. Régalez-vous avec les sushis faits maison ou les plats fusion asiatique. Sur place ou à emporter.

♥ Le menu Omakase avec sa sélection de mets de la carte

Manali Lodge • 234 Rue de la Rosière
7j/7 de 18h30 à 2h (fermé mercredi hors vacances)
+33 (0)4 79 23 19 42 • gaïa-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 !



♥ Côte de bœuf affinée et Montbéliarde

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

La Cheminée

Cette table bistrannique propose une carte généreuse, renouvelée toute la saison. Tous les jeudis et vendredis soir, des lives de musique complètent l'ambiance lounge et feutrée — l'adresse parfaite pour prolonger la journée ski en douceur à Moriond.



♥ La vue dégagée sur la vallée

Ouvert 7j/7 de 19h à 21h30
Hôtel °Fahrenheit Seven Courchevel
+33 (0)4 86 15 44 44 • fahrenheitseven.com

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, burgers, 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 Verdon • +33 (0)4 79 08 98 87
📍 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.

Accès piétons et skieurs
Au sommet de la TC des Verdon
au pied de la TC Vizelle
+33 (0)4 79 08 98 98

MÉRIBEL

Marius



Le midi, Marius invite à une pause snacking gourmande, entre burgers, fish and chips 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, exploitant viticole du domaine Terres Destel.

En face du Parc Olympique
Restaurant-marius.com
+33 (0)4 79 40 06 16

MÉRIBEL

La Grange

Cette brasserie dans le centre de Méribel décline les spécialités locales en plats réconfortants et conviviaux — raclette, pierre chaude, fondue... Le tout au coin d'une cheminée. En hiver, soirée savoyarde tous les mercredis ! Et en journée, on apprécie la terrasse plein sud face au mont Vallon...

♥ Escalope milanaise & sole meunière (découpe en salle)

🇬🇧 Savor local delights—raclette, fondue, hot stone—by a crackling fireplace. Bask on the sunny terrace with Mont Vallon views, and join lively Savoyard evenings every Wednesday for an authentic alpine experience.

Ouvert 7j/7 : 12h-15h30 / 19h-22h30
Restaurant de l'hôtel L'Eterlou***
+33 (0)4 79 08 53 19 • hoteleterlou.com
📍 hotel_eterlou



MÉRIBEL-MOTTARET

Tipi



À Tipi, sur les pistes, le chef réinvente les classiques avec des produits locaux et de saison aussi bien pour les familles que pour les fins gourmets. Une adresse sur les pistes, entre chalet de montagne festif, galerie d'art et music live en terrasse.

♥ L'os à moelle

Ouvert 7j/7, de 9h30 à 17h
le jeudi, Tipi est ouvert jusqu'à 23h30
Accès via piste de l'Aigle
+33 (0)4 65 84 65 64 • tipi-meribel.com



MÉRIBEL

Le Refuge

Au Refuge, dès 8h, on peut bruncher, luncher, goûter et dîner ! Du brunch servi à l'assiette du matin aux plats du jour du midi, en passant par le goûter d'après-ski et les plats traditionnels du soir, on se régale toute la journée avec du 100% fait maison.

♥ Le goûter, avec vin et chocolat chaud, crêpes, tarte myrtille...

✓ Les 9 fondues différentes

🇬🇧 At Le Refuge, from 8am, enjoy homemade food all day — from brunch to dinner, including lunch specials and après-ski treats.

Méribel Centre
Ouvert tous les jours, midi et soir
+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.

Accès ski et piéton : au pied du TC Mont Vallon
+33 (0)4 79 07 31 06

📍 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 !

♥ La vue à couper le souffle



🇬🇧 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 !

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

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys

Martine et Bruno vous accueillent dans leur ancien chalet d'alpage familial, devenu une véritable institution. Ici, les bons produits du terroir s'unissent aux recettes d'antan, dans une cuisine généreuse : ravioles au beau-fort, croziflette, souris d'agneau confite...

♥ Terrasse panoramique ensoleillée

À droite départ TSD St Martin Express
+33 (0)4 79 08 95 31 • le-corbeleys.com

📍 lecorbeleys



LES MENUIRES

La Chouette

La carte du chef Éric Samson fait le bonheur des gourmands, avec ses plats maison, menus du jour, spécialités savoyardes ou traditionnelles, et véritables crêpes bretonnes... Les assiettes sont généreuses, l'ambiance familiale, la terrasse et la salle accueillantes.

♥ Le soir, menu bistrannique

Front de neige des Bruyères
+33 (0)4 79 00 21 26
restaurantlachouette.fr • 📍



LES MENUIRES

Le Lou-Bar

Tu aimes déguster de bonnes bières du monde, siroter un cocktail signature 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.

♥ Petits souvenirs du Lou Bar à s'offrir ou à offrir

Galerie la Croisette • 16h-02h
+33 (0)6 09 07 40 71 • @loubar_pub



LES MENUIRES

Le Comptoir

Le Comptoir, cantine montagnarde pour le déjeuner et table raffinée le soir, célèbre une cuisine généreuse et créative aux saveurs du terroir. Produits frais, recettes soignées et bar extérieur, l'idéal pour une pause gourmande sucrée ou salée dans une ambiance élégante et décontractée, sans chichi.

♥ Bar à pâtes fraîches au homard, à la truffe, etc.

🇬🇧 Le Comptoir offers mountain-style lunches and refined dinners, celebrating generous, creative cuisine inspired by local terroir. Fresh produce, carefully crafted dishes, and an outdoor bar create a relaxed yet elegant spot for gourmet indulgence.

Bâtiment L'Oisans, La Croisette
+33 (0)9 53 76 85 86 • lecomptoirmenuires.com

@ lecomptoir73440

📍 Le Comptoir



LES MENUIRES

L'Alpin Steak House

À L'Alpin, la viande est à l'honneur : pièces maturées, steak juteux et rôti flambant neuve pour des cuissons au cordeau. Cuisine maison, produits locaux, et esprit savoyard se retrouvent dans chaque assiette, pour satisfaire les amoureux de la bonne viande comme les fins gourmets en quête de réconfort.

♥ Les soirées alpines ultracooning igloo (6 à 10 pers.) et télécabines / 25°

🇬🇧 At L'Alpin, meat reigns supreme: aged cuts, tender steaks, and a gleaming rotisserie ensure perfect flavors. Beyond the grill, homemade dishes from local produce, infused with Savoyard spirit.

Quartier des Bruyères • +33 (0)4 79 00 61 01
@ alpin_steak_house 📍 L'Alpin



LES MENUIRES

La Marmite

La Marmite, labellisée Maître Restaurateur, propose une vraie cuisine de montagne à base de produits frais et locaux. Spécialités savoyardes et plats généreux se savourent dans une ambiance chaleureuse et authentique. Côté flacons : une belle sélection de vins qui sillonnent les terroirs de France.

♥ Nouveau : Soirées Live music & pop avec une chanteuse, les lundi et mercredi

🇬🇧 At La Marmite, Maître Restaurateur, indulge in authentic mountain flavors crafted from fresh, local produce. Savoyard classics meet a warm, rustic charm. Fine wines celebrate French terroirs. After-ski pleasure with live music & pop nights every Monday and Wednesday.

Quartier des Bruyères • +33 (0)4 79 00 74 75
lamarmite-lesmenuires.fr

@ lamarmite73440 📍 La Marmite



**8h
20h**

**VENDREDI
JUSQU'À 20H30**

**DIMANCHE
8H30 - 12H30**



NOUVEAU

+800 m²
Rayon marché

Cave à vin
Galerie commerciale

BESOIN D'INSPIRATION ?
TOUTES NOS RECETTES
VOUS ATTENDENT SUR NOTRE SITE



LA RECETTE CARREFOUR

TARTE AU POTIRON & NOIX DE PÉCAN

INGRÉDIENTS

- × 1 pâte sablée
- × 350 g potiron
- × 2 œufs
- × 50 g cassonade
- × 40 g sirop d'érable
- × 100 g noix de pécan
- × 10 g beurre

PRÉPARATION

- Coupez le potiron en morceaux, faites-les cuire 30 mn dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-les dans une passoire, laissez-les tiédir 15 mn puis mixez-les pour obtenir une purée lisse.
- Faites tiédir le sirop d'érable dans une casserole avec le beurre en petits morceaux. Une fois le beurre fondu, mélangez et laissez refroidir.
- Étalez la pâte, chemisez un moule à tarte beurré de 25 cm de diamètre, piquez le fond avec une fourchette.
- Fouettez les œufs et le sucre cassonade, ajoutez le sirop d'érable et la chair de potiron, mélangez.
- Versez la préparation dans le fond de tarte, répartissez les noix de pécan dessus.
- Faites cuire la tarte 40 mn au four. Laissez-la refroidir avant de la déguster avec 1 boule de glace aux noix de pécan.



LES MENUIRES

La Ferme de Reberty



Entre terroir et créativité, La Ferme sert une cuisine de montagne raffinée aux saveurs d'ici et d'ailleurs. Déjeunez en terrasse au soleil, vivez l'après-ski entre cocktails et musique, puis dînez au coin du feu autour d'un bon verre.

♥ Belle cave à vin & viandes d'exception

Reberty 2000
Accès skis : piste des Boyes
+33 (0)4 79 00 77 01 • lafermedereberty.com

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

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

LES MENUIRES

L'Ours Blanc

Savourez une cuisine de saison aux saveurs locales sur la terrasse panoramique et ensoleillée, face aux montagnes. À l'intérieur, l'orangerie et le bar lounge au coin du feu offrent une parenthèse gourmande et chaleureuse, entre authenticité, plaisir et voyage gustatif.



♥ Les Papardelles forestières, chanterelles, truffe & copeaux de parmesan

Restaurant de l'hôtel Ours Blanc
Ouvert 7j/7 midi (carte) & soir (buffet) • Quartier Reberty
+33 (0)4 79 00 61 66 • hoteloursblanc.com
📍 hoteloursblanc_lesmenuires

LES MENUIRES / VAL THORENS

Refuge du Lac du Lou

C'est dans un cadre naturel magique, à 2035m, que Marie et Jonathan accueillent skieurs et randonneurs pour une pause gourmande ou une nuit en refuge au cœur des montagnes. La carte du restaurant est à l'image de leurs valeurs : simple, authentique et responsable.



♥ La cuisine locale et/ou bio

Ouvert le Midi / Soir (sur réservation) • fermé tous les lundis
Accès Ski hors piste, ski de randonnée, raquettes ou piéton
+33 (0)7 70 22 86 79 • refugedulacdulou.com

LES MENUIRES

Les Roches Blanches

Créé en 1968 par Jeanine et Loulou Jay, le restaurant d'altitude est rouvert cet hiver par leur fille, Corinne, et leur petit-fils, Rémi. Ensemble, ils continuent l'aventure dans ce lieu entièrement rénové, proposant une cuisine traditionnelle française et savoyarde généreuse.

♥ La souris d'agneau
✓ Grande terrasse ensoleillée



🇬🇧 Reopened this winter by Corinne and Rémi Jay, Les Roches Blanches continues its alpine legacy with fully renovated spaces, serving generous traditional French and Savoyard cuisine, including the signature lamb shank.

Secteur de la Masse
Accès ski piste bleue Bouquetin
+33 (0)6 26 53 20 77
📍 Les Roches Blanches Menuires

VAL THORENS

Les Saints-Pères

Savourez une cuisine gourmande mêlant brasserie et spécialités savoyardes. Produits frais, plats, pizzas et desserts faits maison, ardoise du chef et vins choisis, sont à déguster en intérieur ou sur la belle terrasse colorée.



♥ La vue sur les Aiguilles de Péclét

Ouvert 7j/7 dès 8h30
Galerie Péclét • +33 (0)4 79 00 02 92
lessaintsperes-valthorens.fr

VAL THORENS

The Crêperie & Breakfast

Dans cette belle adresse gourmande, on déguste de délicieux petits déjeuners, pour être au top sur les pistes. Galettes, crêpes sucrées & salées, fondues et burgers, planches à partager régaleront les affamés de toutes heures.



♥ Les planches à partager

Ouvert 7j/7 dès 8h30
Galerie Péclét • +33 (0)4 79 00 28 40
thecreperie.breakfast@gmail.com • 📍

VAL THORENS

La Timbale

C'est le nouveau repaire de la station ! À La Timbale, bar à l'ambiance vintage porté par Bastien et Téo, deux enfants de Val Tho, terroir rime avec convivialité. Au menu : des tapas et plats à la française, et une belle cave à vins, bières et spiritueux.



♥ Les soirées festives et concerts

Ouvert 7j/7, de 16h30 à 2h
Sommet de la Galerie Péclét • +33 (0)6 25 33 00 70
📍 latimbalevaltho 📍 La Timbale Valthorens

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.

♥ Salon cosy avec cheminée et tapas

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

VAL THORENS

La Table

Au pied des pistes, La Table offre une terrasse ensoleillée avec vue imprenable sur les sommets. Cuisine généreuse, ambiance conviviale, esprit brasserie raffinée le soir : une bonne table où l'on se retrouve, au cœur des 3 Vallées.



✓ Déjeuner (12h-14h), dîner (19h-21h30) ou snacking (15h-18h)

Hameau du Kashmir
(entrée station, piste du Cairn)
+33 (0)4 79 09 50 21 • le-hameau-du-kashmir.com
📍 📍

VAL THORENS

Le M, hôtel Marielle



Le midi, le M vous invite à une pause bistro 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

Le Refuge du Lac du Lou

COUP DE FOURCHETTE
LES MENUIRES



Surplombant un majestueux lac gelé, au-dessus des Menuires, le Refuge du lac du Lou invite skieurs et randonneurs à une pause bien méritée. Marie et Jonathan y cultivent l'art de recevoir, le temps d'un déjeuner ou d'une nuitée. Attention : vous n'aurez plus envie de repartir !

LE REPAIRE DES AVENTURIERS

Le lac du Lou est accessible à pied ou en raquettes selon l'enneigement depuis le plan d'eau des Bruyères (1h30 et 271m D+), mais aussi en ski hors-piste depuis la Pointe de la Masse ou la Cime Caron. Le réconfort après l'effort : une vue imprenable sur le lac et un refuge qui semble s'être posé là, en harmonie avec la nature. Ancien chalet d'alpage rénové avec soin, il combine traditions montagnardes et confort moderne. Au coin d'une fenêtre, Billie, le chat, dort paisiblement, tandis que Laska, le border collie, trotte avec enthousiasme parmi les visiteurs. Jonathan et Marie, gardiens du lieu, veillent à ce que chaque arrivant se sente chez soi.

UNE TABLE LOCALE ET CRÉATIVE

Les spécialités savoyardes se réinventent avec gourmandise. Parmi les incontournables : le hot-diot, version alpine du hot-dog généreusement garni d'une sauce au reblochon. La soupe du moment met à l'honneur le poireau avec ses croûtons maison et ses fromages de Savoie. Pour l'apéro, l'ardoise du Lou rassemble charcuteries et fromages affinés à proximité. En dessert, la traditionnelle tarte aux myrtilles partage l'affiche avec fondant au chocolat et autres douceurs du moment.



Délice aux agrumes



Velouté de poireaux



La patate "cbique" & Hot-diot d'hiver



MARIE, JONATHAN & LEUR ÉQUIPE

« C'est important de limiter autant que possible notre impact environnemental pour respecter l'écrin qui nous entoure », soulignent Marie et Jonathan. Les produits sont issus de l'agriculture biologique et de circuits courts : miel de Klébert Silvestre, apiculteur de la vallée, bières de la micro-brasserie Bráva Vela (Châtelard), fromages et charcuteries de Savoie...

SOUS LES ÉTOILES

Côté nuit, quatre dortoirs totalisent 26 lits. La demi-pension comprend dîner, nuitée et petit-déjeuner, sur réservation obligatoire. Le soir, l'ambiance devient plus intime : les tablées se forment, les parties de cartes s'improvisent et les échanges se prolongent à la lueur d'un feu de bois. (F.N.)

Perched above a frozen lake near Les Menuires, the Refuge du Lac du Lou is a true alpine hideaway, rewarding hikers and skiers alike. After the climb, guests enjoy a warm welcome and a comforting, creative take on Savoyard cuisine, from cheesy hot-diot to homemade soups and blueberry tart. Local, seasonal products take pride of place. Stay overnight for a magical experience, where candlelight dinners and mountain silence create an unforgettable retreat under the stars.

📍 Ouvert hiver et de mi-juin à mi-septembre.
Fermé le lundi
Dîner et nuitée sur réservation
+33 (0)7 70 22 86 79
refugedulacdulou.com

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



© Photos Alpeet Médias

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



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



© Photos Alpeet Médias

Base Camp

Le midi, plus besoin de choisir entre tout ce qui vous fait envie ! Les plats du Base Camp se déclinent en buffet, chaud, froid et pâtisserie. Savourez une cuisine alpine créative et généreuse. L'occasion de se régaler et de se ressourcer avant de repartir sur les pistes.

Le soir, installez-vous au chaud autour de plats généreux, servis dans une ambiance conviviale animée par de la musique live. Soupe, cocottes fumantes et desserts gourmands composent un repas réconfortant, dans l'esprit de la cuisine typique des refuges. L'idéal pour vivre un moment parfait après une journée au grand air.

♥ La formule brunch et spa

✓ La terrasse ensoleillée



© L. Brochot



© Photos Hôtel Pashmina

🇬🇧 At Val Thorens' Base Camp, savor refined alpine cuisine — from gourmet buffet delights enjoyed on the sunny terrace at lunchtime to comforting soups and sizzling cocottes by night. In a warm, lively chalet atmosphere, each dish blends mountain spirit and elegant gastronomy, perfect for sharing memorable moments.

Ouvert 7j/7
Restaurant de l'hôtel Pashmina*****
Service du midi : 12h-14h
Service du soir : 19h-21h
+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.com

Les Explorateurs*

Embarquez pour un voyage culinaire unique dans le restaurant étoilé de l'Hôtel Pashmina, préparé par la cordée de chefs Camille Vallet (chef des cuisines) et Sébastien Deléglise (chef pâtissier de renom). Dans un véritable cocon montagnard, les assiettes célèbrent la haute cuisine alpine, créative et épatante. Chaque produit est sourcé avec soin, chaque cuisson pensée avec précision, pour révéler contrastes, textures et arômes, et raconter dans chaque plat une histoire. Les desserts d'inspiration montagnarde ne laisseront pas indifférents les gourmands et gourmets !

♥ Fera du Léman, beurre blanc Chignin yuzu fera fumé

✓ Les accords mets vins d'exception



© Photos Hôtel Pashmina

🇬🇧 Embark on a unique culinary journey at Pashmina's Michelin-starred restaurant, guided by chefs Camille Vallet, Romuald Fassenet and pastry maestro Sébastien Deléglise. In this mountain cocoon, refined Alpine cuisine reveals precise techniques, expressive textures and evocative aromas. Desserts echo the peaks with irresistible finesse.

Restaurant de l'hôtel Pashmina*****
Du lundi au samedi, de 19h30-20h45
+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.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 l'igloo pour des moments insolites.

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

♥ Le Festi'Val Tho (17 au 19 mars) réunissant les meilleurs DJ de la scène électro

🇬🇧 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 for an unforgettable experience!



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

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 Simmental, 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 verrière, pour manger au chaud 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 specialties and traditional recipes, it's a feast of flavours, enhanced by top-quality products, including superb sushi from Maître Dao.

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 célébrant les produits nobles. Côté bistro, un service avec des plats maison, rapides et copieux pour le bonheur des skieurs.



♥ La yourte mongole pour des soirées d'exception

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

VAL THORENS

Chalet des 2 Lacs



Sur les pistes, ce chalet plein de charme accueille les skieurs dans une ambiance montagnarde. En salle ou sur la terrasse ensoleillée, le chef revisite les recettes traditionnelles avec une touche gastronomique, comme les Linguine et leur demi-homard.

♥ L'incontournable Black Burger

🚠 Accès télécabine des 2 Lacs
Ouvert 7j/7 • 9h-17h
+33 (0)4 79 00 28 54 • chalet2lacs.com

VAL THORENS

Le Confidentiel



Dans un décor chaleureux aux touches montagnardes, le chef sublime avec passion la cuisine française, maison et de marché, les produits de saison et les desserts créatifs. Une adresse moderne, intime et gourmande.

♥ Le clin d'œil aux Jeux olympiques d'hiver
Ouvert 6j/7 (fermé le mercredi) • 19h-21h
Restaurant de l'hôtel des 3 Vallées
+33 (0)4 79 00 01 86 • hotel3vallees.com

VAL THORENS

Enjoy It

Brasserie chaleureuse au cœur de Val Thorens, Enjoy It revisite l'esprit montagnard avec une cuisine généreuse : spécialités savoyardes, pizzas au feu de bois, plats gourmands et ambiance conviviale. Grande terrasse ensoleillée, accès skis aux pieds, service continu.

♥ La raclette au lait cru et sa charcuterie artisanale

🇬🇧 A warm and lively brasserie in the heart of Val Thorens. Enjoy It offers generous mountain cuisine: Savoy specialties, wood-fired pizzas and hearty dishes in a cozy atmosphere. Sunny terrace, ski-in access and all-day service.



Service continu 7j/7 • Rue du Soleil
De 7h30 à 1h
+33 (0)4 79 00 08 79 • +33 (0)7 61 95 71 00
restaurantlechamoisdor.com

VAL THORENS

Le Caribou

Toute l'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.

♥ Coin snack pour les plus pressés

🇬🇧 All the team offer tasty dishes to be enjoyed indoors, on the terrace or in the small private chalets. Le Caribou is open for lunch.



Ouvert 7j/7 de 11h30 à 16h30
À l'intersection pistes Généri et Moraine
Accessible TC Moraine et Funitel de Thorens
+33 (0)6 80 11 26 91 • chaletcaribou.com

CARON 3200

la cuvée qui Valley le coup !

Du côté d'Orelle, Karine et Cédric Techenev nous racontent leur aventure maltée. Après avoir lancé la distillerie Valley il y a deux ans, ils nous livrent les secrets de leur 3^e cuvée, 3200, vieillie au sommet de la Cime Caron à Val Thorens, à 3200m d'altitude.

UNE EXPÉRIENCE AU SOMMET

Si vous foulez les pistes de Val Thorens et atteignez la Cime Caron à 3200m d'altitude, faites un tour du côté du restaurant/bar/boutique Caron 3200. Un whisky 100% local vous attend. Ce bijou local à 43°, issu de l'eau du glacier d'Orelle, pourra être dégusté au bar à vin et à la boutique Caron 3200. Cédric nous donne quelques détails : « Cette nouvelle cuvée a d'abord vieilli durant 5 ans chez nous, à Orelle, avant de passer 6 mois au sommet de la Cime Caron dans une ancienne barrique de 225 litres de Chignin-Bergeron, dans les locaux de Caron 3200. Le vieillissement en altitude est plus subtil du fait de la réduction de la pression atmosphérique. Il est plus lent, mais plus intense... »

LA LOCALE ATTITUDE À L'HONNEUR

Le mot « local » prend aujourd'hui tout son sens, et la Cuvée 3200 a déjà conquis les cœurs des acteurs locaux. « L'Association Les 3 Vallées et le sommelier du restaurant La Bouitte ont pu déguster la cuvée en sortie de fût. Ils ont eu un coup de cœur et ont souhaité une cuvée spéciale brut de fût, non réduite à l'eau, pour un produit brut et encore plus pur ». Que ce soit le whisky ou le gin, les breuvages sont réalisés à partir de l'eau du glacier d'Orelle. « Notre première cuvée de gin est exclusivement réalisée avec des ingrédients ramassés sur Orelle » : témoigne Cédric. On vous laisse pousser la curiosité jusqu'au sommet de la Cime Caron, du côté d'Orelle, du restaurant étoilé la Bouitte ou de l'Association Les 3 Vallées, pour déguster ce bout de Savoie en bouteille. (C.B.)

🇬🇧 In Orelle, Karine and Cédric Techenev's Valley Distillery unveils its 3rd edition, 3200, a whisky aged at 3200m on Cime Caron. Made from glacier water, it matures five years locally, then six months at the summit in Chignin Bergeron barrels. Praised for its purity, a special cask-strength version delights locals and sommeliers. Taste it at Caron 3200, La Bouitte, or the 3 Vallées Association.



Cuvée 3200, à Val Thorens
De la distillerie Valley, à Orelle
+33 (0)4 56 96 37 05
@ valley_whisky



© Photos Cédric Techenev

BOZEL

Le Branzin

Clément Bailly nous ouvre les portes de ce lieu de partage et d'ambiance et nous invite à déguster les tapas maison garnis de produits locaux (agneau confit, poulet mariné...). Sans oublier la sélection de vins passionnément choisis, à emporter également.



♥ Le Hot Diot

Ouvert du lundi au samedi
De 16h à 1h • Privatisation possible
+33 (0)9 87 70 34 78 • lebranzin.com

LA PERRIÈRE

Les Mousses du Dahu

La brasserie locale et bio vit une nouvelle aventure avec un grand A. Nouvellement installée à La Perrière, elle s'agrandit et propose un bar de dégustation ouvert tous les jours. Pour ceux qui n'ont pas encore testé ses produits, laissez-vous tenter par ses 9 bières au goût unique.

♥ La Sutter'Mill (American Pale Ale à 5,5°)

🇬🇧 Les Mousses du Dahu opens a vibrant new chapter in La Perrière, unveiling its expanded organic brewery and a tasting bar open daily. Discover the house's craft through eight uniquely flavoured beers, perfect for curious palates and seasoned beer lovers.

Lundi et mardi : 14h-17h
Du mercredi au vendredi : 14h-19h
342 route de Contregon (RD915)
+33 (0)6 36 20 27 18 • lesmoussesdudahu.com
f lesmoussesdudahu

AMERICAN PALE ALE

BLANCHE

BIÈRE D'HIVER

BLACK IPA

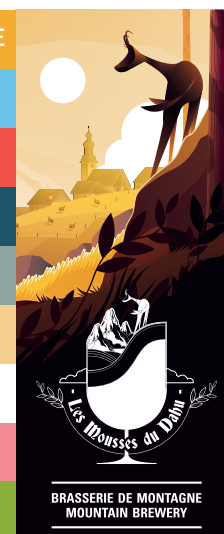
TRIPLE

PILSNER

BLONDE

SOUR FRAMBOISE

SESSION IPA



BRASSERIE DE MONTAGNE
MOUNTAIN BREWERY

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 Biscuit de Bozel, spécialité de la maison.

♥ Le framboisier

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

BRIDES-LES-BAINS

Relief

Pablo nous accueille dans le seul bar craft de Tarentaise, dans son ambiance musicale et branchée. Découvrons les vins traditionnels et naturels ainsi que 10 bières tournantes locales à la pression. Pour les gourmands, laissez-vous tenter par les tapas originaux !



© Valentin Vion

♥ Le choix de bières pression

Service 6j/7, fermé le mardi
Ouvert de 17h à 01h • 37 rue Aristide Briand
+33 (0)6 21 69 38 66 • reliefandfriends

GRAND AIGUEBLANCHE

Le Manoir de Bellecombe



© Le Manoir de Bellecombe

Dans un authentique château du XVIII^e siècle, on déguste une cuisine traditionnelle française généreuse, faite de produits frais et locaux. Entrées gourmandes, viandes fondantes et desserts savoureux vous séduiront à coup sûr !

♥ La souris d'agneau confite sept heures

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

MOÛTIERS Les 3 Vallées Café



Idéalement placée sur le parvis de la gare, cette brasserie gourmande et créative accueille les amateurs de cuisine savoureuse de passage à Moûtiers. Entre le menu du jour en semaine (entrée, plat et dessert) à 21€ et une dizaine de plats à découvrir à la carte, tous les gourmets sont comblés. Ici, la côte de bœuf individuelle de 450g côtoie le maxi-crispy de poulet cœur coulant de reblochon, le burger se nappe d'une fabuleuse sauce fromagère. Le fait maison est roi, et de belles surprises vous attendent au détour des plats. Bagagerie offerte aux clients, wifi gratuit, Tickets Restau acceptés...

♥ La croziflette aux morceaux de cèpes

✓ Plus de 20 verres de vin au choix à 6€!



🇬🇧 Located right outside Moûtiers train station, Les 3 Vallées Café is a creative brasserie offering generous homemade cuisine. From the daily set menu to hearty à la carte dishes like beef rib, reblochon-filled chicken or croziflette, it's a favourite with travellers.

Sur le parvis de la gare SNCF
Service 7j/7 dès 8h30 (6h30 le samedi)
Fermeture à 17h du mardi au jeudi
Ouverture en soirée du vendredi au lundi inclus
+33 (0)4 79 00 49 20 • les3vallees-cafe.com



MOÛTIERS Le Spot



Le train arrive ? Vous venez de faire un long voyage ? Rendez-vous au Spot, l'annexe du 3 Vallées Café, situé directement à l'intérieur de la gare. Une belle offre à emporter de sandwiches, paninis, desserts, boissons et cafés vous attend.

♥ Du 100% maison pour les p'tites faims

Du vendredi au lundi jusqu'en avril

À l'intérieur de la gare

+33 (0)4 79 00 49 20 • les3vallees-cafe.com



INFOSNEWS = PAPIER INTELLIGENT

✓ FORÊT PRÉSERVÉE

Tous nos papiers sont certifiés PEFC sous le numéro 10-31-1404. Ce label est une des normes environnementales les plus élevées en matière de gestion durable des forêts prélevées. **Pas d'arbre coupé**, nos papiers sont réalisés à base de résidus et sciures de bois, issus de l'industrie du meuble.

✓ ENCRES ÉCOLOGIQUES

Nos magazines sont labellisés IMPRIM'VERT, ce qui garantit l'utilisation d'encres écologiques solubles à l'eau et donc facile à recycler. **Pas de chlore utilisé** pour dissoudre nos encres = pas de pollution des nappes phréatiques.

✓ MAGAZINE RECYCLÉ

Nous repassons régulièrement sur tous nos lieux de distribution et récupérons les magazines non pris (moins de 5%). Ils sont ensuite recyclés dans le **bac jaune**.

✓ IMPRIMÉ EN FRANCE

Depuis 2003 nos magazines sont exclusivement imprimés en France chez un seul imprimeur. Le transport est direct de chez l'imprimeur à nos véhicules de distribution, via un camion dédié.

Ce petit point pour rappeler que le papier n'est pas un écoterroriste. C'est un matériau noble qui demande du respect, il nous en remercie en nous offrant un contact intime, unique et rassurant. Son utilisation intelligente est aujourd'hui bien moins polluante pour notre planète, que la surenchère d'offres numériques et de mégaoctets stockés.

Bonne lecture papier à tous ;-)



10-31-1404 / PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT / PEFC-FRANCE.ORG



mon super marché
sherpa

**À 2 pas de chez vous,
14 magasins au coeur des 3 Vallées**

Chez nous, le choix et l'authenticité font la différence !

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

04 79 04 19 34

MENUIRES PREYERAND

04 79 00 73 37

MENUIRES REBERTY 1850

04 79 00 05 62

MENUIRES REBERTY 2000

04 79 01 05 65

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



www.sherpa.net



sherpa.supermarche



sherpa_supermarche

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

VENTE & LOCATION MATERIEL DE SKI

LES MENUIRES

La Croisette
[+33 4 79 01 15 56](tel:+33479011556)

Les Fontanettes
[+33 4 79 00 68 99](tel:+33479006899)

Purevalley
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

Reberty 2000 - Haut de station
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

Le Bettaix Village
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

Preyerand - Front de neige
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

Bruyère 1 - Centre station
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

Bruyère 2 - Front de neige
[+33 4 79 00 65 51](tel:+33479006551)

VAL THORENS

Centre commercial Caron
[+33 4 79 00 06 65](tel:+33479000665)

Résidence le Cheval Blanc
[+33 4 79 00 07 44](tel:+33479000744)

Bas des Balcons
[+33 4 79 00 90 80](tel:+33479009080)

Haut des Balcons
[+33 4 79 00 90 73](tel:+33479009073)

Place Péclet
[+33 4 79 00 01 72](tel:+33479000172)

COURCHEVEL 1850

Le Cristal de Roche
[+33 4 79 08 33 45](tel:+33479083345)

SAINT-MARTIN DE-BELLEVILLE

Front de neige
[+33 4 79 00 68 45](tel:+33479006845)

Centre station
[+33 4 79 08 67 17](tel:+33479086717)



www.intersport-rent.fr

