



les 3 vallées[®]

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



RETROUVEZ-NOUS

EN VIDÉO  

Les vins au sommet

Val Thorens • Caron 3200



**ÉVÉNEMENTS
STATIONS**
COUPE DU
MONDE
WEBMARKETING

VISITES GUIDÉES
**PISTES
DE SKI**
CONCERTS

**GUIDE
GOURMAND**
MONITRICE
CHAMPIONS
FREERIDE

**PARA SKI
ALPIN**
PORTRAITS D'ICI
SHOWS



N°477

AGENDA DU 23 AU 30 JANVIER 2026



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 : waraka - Crédit photos : Maxime Giraud, Alpcat Médias, L. Brochot - OT Val Thorens

METEO

SAMEDI		3°	-8°
DIMANCHE		1°	-7°
LUNDI		0°	-8°
MARDI		2°	-9°
MERCREDI		3°	-6°
JEUDI		3°	-6°
VENREDI		3°	-6°

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

KEZAKO ?



Regarde bien : sauras-tu deviner ce qui se cache derrière ce zoom ? (réponse page 29)



OUKISON ?

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

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

DANS LE N°476, PAUL SE CACHAIT
EN PAGE 4, RENÉ EN PAGE 15
ET SUZANNE EN PAGE 24

3 VALLÉES INFOSNEWS N°477 23 JANVIER 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 / Émilie Haensler
Céline Leclair (indépendante) / Fanny Nayrolles / Mélina Perreau
Enimie Reumaux / Éline Hudry / Camille Marbacque (stagiaire de 4^e)
GRAPHISME : Gâtien Armand Colon / Sabine Cordier PUBLICITÉ :
Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre / Caroline Bernard / Émilie Haensler
IMPRESSION : Lorraine Graphic

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

SOMMAIRE

LE MUST TO DO !

2 - Un bar à vin au sommet du monde, à Val Thorens



© L. Brochot / OT Val Thorens

NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 4 - Le plan des pistes
- 6 - L'actu des champions
- 7 - Le saisonnier : Maxime Claude, aux Menuires
- 8 - Métier : Cyprien, chargé de webmarketing pour Les 3 Vallées

COURCHEVEL - LA TANIA

- 10 - Des anecdotes qui font l'histoire
- 11 - Les anneaux olympiques arrivent au Praz
- 12 - Métier : Pascale Gachet, monitrice un jour, monitrice toujours

BRIDES-LES-BAINS

- 14 - Terre de sports

MÉRIBEL

- 16 - Champion : Victor Pierrel, en para ski alpin
- 17 - Coupe du monde, première !
- 19 - Ski de rando, ça va dépeauter !

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

- 20 - La journée qui fait du bien...

LES MENUIRES

- 22 - Championne : Margaux Herpin, en ski cross
- 24 - Un show qui fait des Étincelles !
- 25 - Voyage musical en Turquie

VAL THORENS

- 27 - Un coup de barres, et ça repart
- 28 - Freeski, des athlètes bien barrés
- 30 - Julie Coppier, une enfance les pieds dans la neige

MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 32 - Instants sauvages, à Hautecour
- 33 - Appel à tous les Gorzdérés
- 34 - Rêve de blocs, la grimpe de folie
- 36 - Fenêtre sur courts-métrages, à Albertville

GUIDE GOURMAND

- 37 - Notre sélection de bonnes tables
- 43 - Notre recette gourmande
- 48 - Coup de fourchette : Les Chalets du Thorens, à Val Thorens
- 54 - Coup de fourchette : Le Branzin, à Bozel

UN BAR À VIN AU SOMMET DU MONDE



Ambiance feutrée et velours pour le Lounge Bar à Vin, au premier étage du complexe Caron 3200, à Val Thorens, qui pourrait bien être le plus haut bar à vin du monde ! Avec 150 références à déguster sur place, comme nous l'explique Constance Chevarin, responsable des lieux...

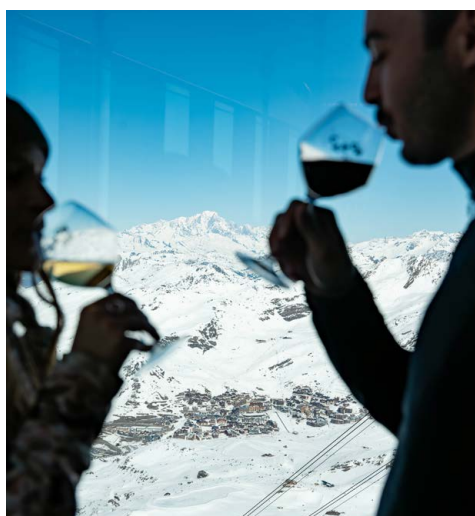
UNE DÉGUSTATION SUSPENDUE

Dès l'entrée, le ton est donné. On échange ses chaussures de ski contre de confortables chaussons, invitation immédiate à la détente. Fauteuils en velours, lumières douces, ambiance feutrée : tout est pensé pour créer un cocon chaleureux et confidentiel. Le décor, décliné dans des tons gris et auburn, évoque subtilement l'univers du vin. Les larges baies vitrées offrent une vue panoramique à couper le souffle sur les sommets. Le temps semble suspendu... nous voilà littéralement dans les nuages.

EN ALTITUDE, LES CUVÉES
CONSERVÉES DÉVELOPPENT
DES ARÔMES UNIQUES

GRANDS CRUS ET PÉPITES LOCALES

La carte fait la part belle aux plus grandes régions viticoles du monde, avec plus de 150 références. Sur place, un stock impressionnant de 1000 bouteilles, soigneusement conservées, parmi lesquelles figurent des noms mythiques comme Domaine de la Romanée-Conti, Lafite Rothschild ou encore Château d'Yquem. Les vins se dégustent au verre ou à la bouteille, accompagnés des conseils avisés de Constance. « Nous mettons également en avant les vins locaux, comme le Domaine Perceval, situé à Porte-de-Savoie, qui élève des vins de raisins oubliés. Cet hiver, nous proposons aussi des whiskys de la Distillerie Valley, basée à Orelle... difficile de faire plus local ! »



CONSTANCE CHEVARIN


L'AVIS DE

« L'altitude influe sur le vin. Avec moins d'oxygène et une pression atmosphérique plus basse, le vieillissement du vin est plus lent. Les cuvées conservées sur place développent des arômes uniques. »

Constance Chevarin, responsable du bar à vin

À LA PORTÉE DE TOUTES LES ENVIES

Le Lounge Bar à Vin est une expérience premium, aussi bien pour les curieux que pour les amateurs éclairés. Les prix s'étendent de 10€ le verre à 16300€ la bouteille : de quoi satisfaire toutes les envies et tous les budgets. Il est également possible de commander l'ensemble de la carte du restaurant : planches de charcuteries et de fromages à partager, ou toute une gamme de plats chauds, traditionnels et authentiques : pot-au-feu, poulet aux écrevisses, parmentier de saumon fumé... Des mets raffinés à accorder avec les vins sélectionnés pour une dégustation à 360°. (F.N.)

 Perched at 3,200 metres in Val Thorens, the Lounge Wine Bar at Caron 3200 offers a unique tasting experience that may well be the highest wine bar in the world. Soft lighting, velvet seating and panoramic views over the Alps create a cosy, suspended atmosphere. With more than 150 wines from prestigious estates and local gems, plus selected Savoyard whiskies, the venue combines alpine luxury with authentic terroir, offering wines by the glass or bottle for every taste and budget.

LOUNGE BAR À VIN • CARON 3200, 1^{er} ÉTAGE

Sur le domaine skiable de Val Thorens

Ouvert 7j/7 de 10h à 15h

Dernier service à 14h

Entrée libre • Possibilité de réserver en ligne

Accès ski et piéton

via TPH Cime Caron & TC Orelle-Caron

+33 (0)4 79 00 80 20 • caron3200.com



© Photos L. Brochet / OT Val Thorens



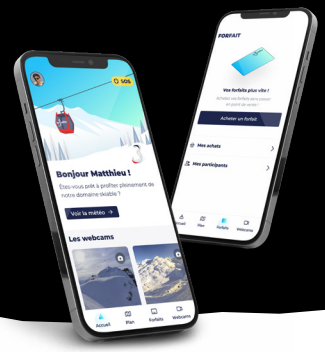
les 3 vallées

- FACILE / Easy
- DIFFICULTÉ MOYENNE / Average difficulty
- DIFFICILE / Difficult
- TRÈS DIFFICILE / Very difficult
- TÉLÉSKI / TAPIS / Drag Lift / Magic carpet
- PISTE DE LUGE / Sledge run
- PORTIONS PLATES / Flat sections
- TÉLÉSIÈGE / Chairlift
- TÉLÉSIÈGE À BULLE / Chairlift with bubbles
- TÉLÉCABINE / Open gondola
- FUNITEL
- 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
- TYROLIENNE / Zip line
- 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
- SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES / Iconic 3 Vallées Peak

LES 3 VALLÉES À
PORTÉE DE MAIN
LAISSEZ-VOUS
GUIDER

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH
LET US GUIDE YOU

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



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 !

SNOWBOARD CROSS

Coupe du monde • Dongbeiya (Chine)

SNOWBOARD CROSS FEMME • 18 JANVIER

2^e **CHLOÉ TRESPEUCH** Val Thorens

SNOWBOARD CROSS FEMME • 17 JANVIER

3^e **CHLOÉ TRESPEUCH** Val Thorens

SAUT À SKI

Coupe du monde • Sapporo (Japon)

TREMPLIN 137M HOMME • 17 JANVIER

26^e **VALENTIN FOUBERT** Courchevel

SKI ALPINISME

Coupe du monde • Courchevel (France)

VERTICAL RACE FEMME • 16 JANVIER

2^e **EMILY HARROP** Courchevel

13^e **LUCILLE GERMAIN** Méribel

VERTICAL RACE HOMME • 16 JANVIER

7^e **PAUL JAY** Méribel

65^e **BAZIL DUCOURET** Méribel

SPRINT FEMME • 15 JANVIER

1^{re} **EMILY HARROP** Courchevel

SPRINT HOMME • 15 JANVIER

17^e **BAZIL DUCOURET** Méribel

TÉLÉMARK

Coupe du monde • Carezza (Italie)

SPRINT HOMME • 15 JANVIER

3^e **YOANN ROSTOLAN** Méribel

SPRINT HOMME • 14 JANVIER

4^e **YOANN ROSTOLAN** Méribel

SKI ALPIN

Coupe du monde • Wengen (Suisse)

DESCENTE HOMME • 17 JANVIER

27^e **ALBAN ELEZI CANNAFERINA** Courchevel

48^e **ADRIEN THÉAUX** Val Thorens

Coupe du monde • Flachau (Autriche)

SLALOM FEMME • 13 JANVIER

12^e **MARIE LAMURE** Courchevel

HOCKEY-SUR-GLACE

Division 1

13 JANVIER

Home
HCMP

07

VS

Guest
ÉPINAL

06

17 JANVIER

Home
LYON

08

VS

Guest
HCMP

01

Prochain match :
Nantes (13^e) - HCMP (16^e) le 24 janvier à
18h30 à Nantes
Go Bouks go !

LE SAISONNIER DE LA SEMAINE

LES MENUIRES - BRELIN

Il est libre
Max...

C'est au Skimium de Brelin, aux Menuires, que vous avons rencontré Maxime Claude, ce Belge qui revient chaque année dans nos montagnes pour profiter des joies du ride et des sourires de ses clients.

Maxime, quel est ton parcours ?

J'ai travaillé chez Scott en tant que cariste en Belgique, et voir des skis tous les jours, au bout d'un moment, ça m'a donné envie de faire une saison ! Je suis ensuite parti au centre CNPC à Pralognan-la-Vanoise en 2019, pour suivre une formation de skiman. Puis j'ai entamé ma première saison d'hiver aux Menuires à Intersport, et ensuite au Skimium de Brelin.

Depuis quand travailles-tu là-bas ?

C'est ma troisième saison ici. Je suis arrivé en tant que skiman et suis passé responsable l'année qui a suivi.

VOIR DES SKIS TOUS
LES JOURS, ÇA M'A DONNÉ
ENVIE DE FAIRE LES SAISONS

Le positif dans ton métier ?

Ce que j'aime, c'est conseiller les gens sur les skis et les voir contents à la fin de la semaine. Quand ils me disent qu'ils ont passé un bon séjour grâce aux infos qu'on a pu leur donner, ça me donne le sourire. Pour moi, le plus important, c'est de voir les gens heureux de revenir.

Les points négatifs ?

D'être loin de ma famille. La Belgique, ce n'est pas à côté !

Où aimes-tu sortir ?

J'adore aller manger au QR Code, c'est excellent. En plus c'est tenu par deux saisonniers super cool.



Profil

Prénom : Maxime

Nom : Claude

Origine : Belgique

Âge : 30 ans

Job : Responsable
du magasin

Où : Skimium Brelin

Que fais-tu quand tu es off ?

J'en profite au maximum pour aller skier. En plus, j'ai racheté les skis de Victor Galuchot (freerideur bien connu de la station, ndlr). Je vais pouvoir aller dans la poudreuse au Lac Noir, ça va être trop bien !

Un message à faire passer ?

Vivez votre expérience de saisonnier à fond, car on a de la chance de faire ce job dans ces conditions-là et dans ces paysages. (M.P.)

We met Maxime at Skimium Brelin, a Belgian who returns each winter for the mountains. After training as a skiman in Pralognan, he's now in his third season, managing the shop. He loves advising customers and seeing them happy, skis in hand. Off-duty, he enjoys skiing and local spots like QR Code. Maxime encourages seasonal workers to embrace the experience, enjoying the mountains, the job, and the unique lifestyle fully.



© Alexis Brot

Arrivé l'été dernier au sein de l'Association Les 3 Vallées (A3V), Cyprien de Jerphanion combine son savoir-faire technique et sa passion de la montagne dans son job de Chargé de webmarketing. Présentation d'un métier de l'ombre, qui fait rayonner en ligne la stratégie du plus grand domaine skiable du monde...

Cyprien, pourquoi le webmarketing ?

J'ai un parcours un peu atypique : un Bac STGM à Nancy, une école de commerce, un an dans la ferronnerie... J'ai ensuite validé une licence Entrepreneuriat et transition numérique, une formation multifacettes de marketing digital, autour de l'informatique, du développement, du commerce, avec différents projets appliqués en entreprise.

Qu'aimes-tu dans ce domaine ?

Dans le marketing digital, j'apprécie autant la partie « codes », qui permet grâce à la maîtrise de la partie technique de s'offrir plus de liberté d'action dans un cadre, que la partie stratégique, où l'on met les choses en perspective à long terme.

Comment es-tu arrivé à l'A3V ?

Pendant ma dernière année d'études, j'ai effectué un stage chez Cilao, à Annecy. Je voulais travailler dans l'univers de la montagne... Alors, quand j'ai vu l'annonce du recrutement à l'A3V, c'était banco ! C'est un honneur de pouvoir travailler pour Les 3 Vallées...

Tu es un fan de montagne ?

Je suis plutôt un Provençal d'origine, mais je venais souvent au ski en famille, notamment à Méribel depuis mes 10 ans. J'étais déjà un grand fan des 3 Vallées petit ! Ski, rando, alpinisme : je pars beaucoup en montagne, même en solo...



© Les 3 Vallées

En tant que Chargé de webmarketing à l'A3V, quelles sont tes missions ?

Je pilote les actions de webmarketing des 3 Vallées, sous la responsabilité de Mélina Laymond. Mon rôle consiste principalement à faire vivre et évoluer le site les3vallees.com, véritable vitrine de la destination, en travaillant sur les contenus, la performance et la visibilité digitale. J'interviens aussi sur les leviers d'acquisition (SEO, campagnes digitales) et sur l'animation de certains outils relationnels, comme la newsletter, qui accompagne les temps forts de la destination. Je suis enfin le référent pour nos partenaires techniques et digitaux, notamment Mezcalito et CyberCité, avec lesquels je travaille au quotidien sur les évolutions et la performance de nos dispositifs.



© Les 3 Vallées

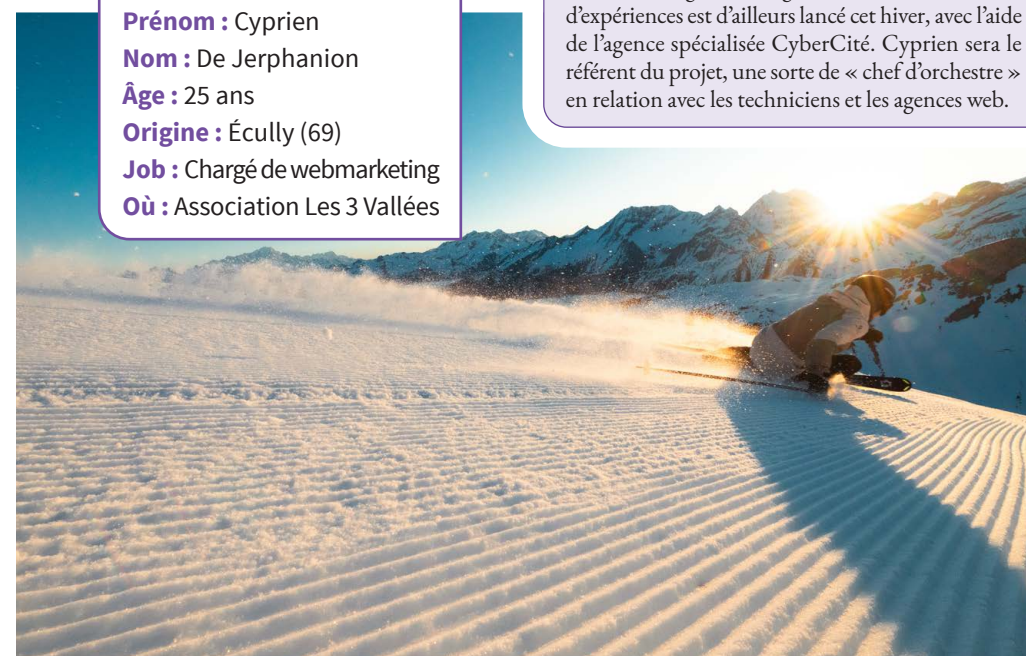
Profil

Prénom : Cyprien
Nom : De Jerphanion
Âge : 25 ans
Origine : Écully (69)
Job : Chargé de webmarketing
Où : Association Les 3 Vallées

L'IA, UN ENJEU DÈS AUJOURD'HUI

Une des missions de Cyprien, « c'est d'anticiper l'impact de l'intelligence artificielle sur notre visibilité en ligne. Nous constatons déjà ses effets et devons trouver des moyens et leviers pour alimenter l'IA, afin que Les 3 Vallées soient valorisées dans les recherches des utilisateurs », insiste Mélina Laymond, responsable du Pôle communication. « L'IA va permettre d'aider à choisir des activités, de faciliter l'accès à l'info, dans un domaine qui est en perpétuelle évolution », poursuit Cyprien.

« Cette évolution nous amènera à repenser nos indicateurs de performance : le nombre de sessions ne suffira plus à mesurer notre visibilité. D'où l'enjeu de renforcer la présence des 3 Vallées dans ces nouveaux usages », souligne Mélina. Un laboratoire d'expériences est d'ailleurs lancé cet hiver, avec l'aide de l'agence spécialisée CyberCité. Cyprien sera le référent du projet, une sorte de « chef d'orchestre » en relation avec les techniciens et les agences web.



© Arthur Bertrand

Le site internet, c'est un outil primordial pour la communication des 3 Vallées...

C'est la colonne vertébrale de notre communication, avec près de 3 millions de sessions enregistrées l'an passé. Je veille à la mise à jour continue du site au fil des saisons, en travaillant sur le référencement, la structuration des contenus et la cohérence des parcours de navigation. Selon les périodes, et en lien avec les autres services de l'A3V — notamment la centrale de réservation et les réseaux sociaux — je crée de nouvelles pages, fais évoluer le site en mode été ou hiver, mets en avant des événements ou des activités, et produis des contenus adaptés aux temps forts de la destination. (E.R.)

Since last summer, Cyprien de Jerphanion has been enhancing the online visibility of Les 3 Vallées as Web Marketing Manager. Combining technical skills and a strong passion for the mountains, he manages the website, newsletters and digital strategy of the world's largest ski area. SEO, content creation, seasonal updates and emerging AI tools are all part of his daily work. A behind-the-scenes role that plays a key part in promoting Les 3 Vallées to millions of visitors, in winter as well as in summer.

DES ANECDOTES QUI FONT l'histoire

Enfant du pays et guide conférencier de la Fondation Facim, David Dereani fait revivre l'histoire de Courchevel à travers trois visites guidées. À l'occasion des 80 ans de la station, il dévoile anecdotes et coulisses d'une station hors normes.

QUAND COURCHEVEL SE CONSTRUIT... AVEC D'ANTIENS ENNEMIS

En 1946, les tout premiers hôtels de Courchevel 1850 sortent de terre grâce à des prisonniers de guerre allemands. À l'époque, le slogan est clair : « Ils ont détruit, maintenant ils réparent. » Une page étonnante de la reconstruction d'après-guerre.

LE PROJET AVORTÉ DU PREMIER ASCENSEUR VALLÉEN

Dès 1946, un projet visionnaire voit le jour : le catérail, un ascenseur valléen reliant les gares d'Aime et de Saint-Michel-de-Maurienne en passant par Courchevel. Trop avant-gardiste pour son temps, le projet est abandonné... alors qu'on en rêve aujourd'hui partout dans les Alpes.

LES TROIS VALLÉES : UNE IDÉE NÉE EN PRISON

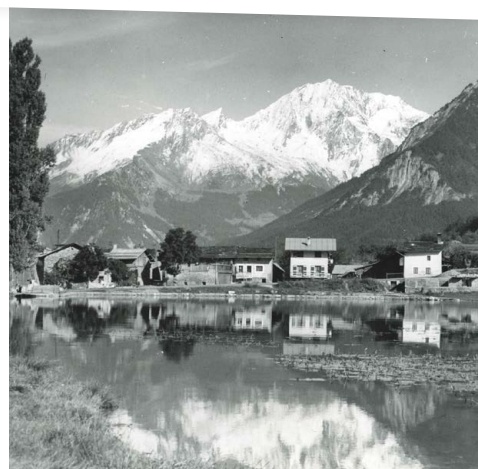
Avant d'être le plus grand domaine skiable relié au monde, le projet des Trois Vallées est imaginé par des Anglais dans les années 1920, repris sous Vichy, puis affiné par des officiers français prisonniers en Autriche pendant la Seconde Guerre mondiale. Un pari fou, lancé en 1945, dont Courchevel fut le premier maillon.

DES FEMMES PIONNIÈRES, BÂTISSEUSES DE LA STATION

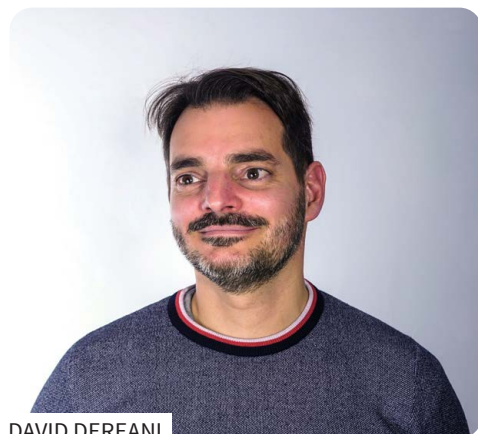
Hôtelières, entrepreneures, autodidactes, elles ouvrent les premiers hôtels et inventent l'hospitalité en altitude. Parmi elles, une figure incroyable : Madame Fenestraz, née Botta, une Savoyarde qui a vendu sa vache pour se former en Angleterre... et qui est revenue fonder l'un des palaces les plus emblématiques de Courchevel : Les Airelles. (F.N.)



© Camille Curlet



© Emile Baetz



DAVID DEREANI

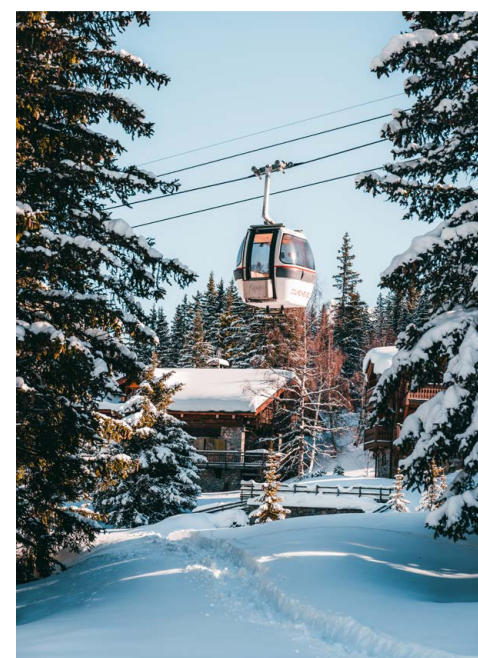
© J. Taimmont

DES VISITES GUIDÉES POUR EN SAVOIR PLUS

Durant tout l'hiver, la Fondation Facim organise des visites guidées thématiques autour de l'histoire de la station. Les mardis de 10h à 12h, sur inscription.

- Il était une fois Courchevel 1850 : visite du village : les 27 janvier, 10 et 24 février, 10 et 24 mars
- Il était une fois Courchevel Le Praz : visite du site olympique : 17 février, 3, 17 et 31 mars

Sans oublier, tous les jeudis, de 10h à 12h, une autre visite dédiée à L'Art au sommet, avec la présentation des œuvres monumentales d'Andrea Roggi et Bruno Catalano.



© Courchevel Tourisme

To mark its 80th anniversary, Courchevel invites visitors to explore its remarkable past through guided tours led by local historian David Dereani from the Facim Foundation. From post-war construction involving former enemies to visionary transport projects and the birth of the Three Valleys, these visits reveal surprising anecdotes and behind-the-scenes stories. Offered throughout winter, the tours provide a lively and accessible way to discover how Courchevel became an alpine icon.



VISITES GUIDÉES DE LA FONDATION FACIM

Sur l'histoire de la station et l'Art au Sommet

Dès 7 ans, gratuit

Inscription sur billetweb.fr

Dates et programmation à l'office de tourisme

ZOOM

LES ANNEAUX OLYMPIQUES ARRIVENT AU PRAZ !



© Un Duo

À seulement une semaine du coup d'envoi des Jeux Olympiques 2026, Courchevel se met en mode fête ! Rendez-vous le vendredi 30 janvier au site des tremplins olympiques du Praz, pour accueillir les anneaux olympiques. Les festivités débutent dès 18h, avec animations et accueil du public, avant le moment fort à 18h30, quand les anneaux seront officiellement dévoilés. Vin chaud, chocolat chaud et photobooth seront là pour prolonger la soirée et immortaliser l'événement. **Le vendredi 30/01, de 18h à 21h, gratuit** Au pied des tremplins, au Praz +33 (0)4 79 08 24 14

On Jan 30, Courchevel's Le Praz welcomes the Olympic rings with animations, hot drinks, and a photobooth. The official unveiling is at 6:30 pm. Free event, 6-9 pm.



TO DO LIST

MARDI 27.01

Expérience en réalité virtuelle

Virtual reality experience

16h30-18h30 • Gratuit (sur inscription)

Médiathèque • Le Praz

JEUDI 29.01

Eisstock

À 20h • Gratuit (sur inscription)

Patinoire du Forum • Courchevel 1850

Office de tourisme • Courchevel

+33 (0)4 79 08 00 29

courchevel.com

PASCALE GACHET

MONITRICE UN JOUR, MONITRICE TOUJOURS !



© Michaël Verlat

À 68 ans, Pascale Gachet est la monitrice la plus emblématique de Courchevel et la plus fidèle participante de la Millet Ski Touring. Retour sur ses 50 ans de carrière, ses rencontres et son amour pour le sport.

DE BEAUFORT À COURCHEVEL

Née de parents agriculteurs, Pascale est originaire de Beaufort, où elle a hérité d'une maison d'alpage sur les hauteurs de Roselend. « C'est mon refuge. J'y vais quand j'ai besoin de me ressourcer. » Son histoire d'amour avec Courchevel remonte aux années 1970. Elle a alors dix-sept ans et passe ses vacances auprès de son oncle, moniteur de ski dans la station. « Mon oncle a appelé ma mère pour lui dire que je n'allais pas rentrer tout de suite. J'allais être formée pour devenir monitrice de ski. C'était il y a cinquante ans... Je ne suis plus jamais repartie ! »

50 ANS DE CARRIÈRE

Cet hiver, elle entame sa première saison en tant que monitrice retraitée, après avoir été élue par ses collègues « Monitrice la plus emblématique de Courchevel » à la fin de sa carrière. « Je ne sais pas quoi faire de tout ce temps libre. Je n'ai jamais refusé un client. J'étais sur les pistes tous les jours, sans exception. » Heureusement, Pascale continue d'enseigner en renfort, notamment auprès de la clientèle russe. Car oui, elle parle aussi russe : « Je suis tombée amoureuse de cette langue ! »

LA MONITRICE DES CÉLÉBRITÉS

Et puis, nombreux sont ceux qui continuent à venir la voir, pour prendre des cours ou simplement lui rendre visite. « Ce matin, j'ai skié avec un client anglais que je n'avais pas vu depuis dix ans et que j'ai rencontré en 1988. » Du beau monde, elle en a vu passer : Danièle Delorme, Jean-Loup Dabadie, Jean-Michel Jarre, Danièle Thompson, ou encore le célèbre joueur de hockey John Hindle : « Tous les jours, on devait manger dans un restaurant étoilé des 3 Vallées. C'était un vrai épicurien. Il m'a beaucoup appris sur les vins. Aujourd'hui, j'enseigne encore le ski à sa fille ! »



© DR




© Pierre Fargeix

UNE VIE DÉDIÉE AU SPORT

Pascale et le sport, c'est bien plus qu'une histoire d'amour. En plus du ski, elle pratique le tennis, la natation, le tennis de table, le vélo de route et le trail. Elle a même été monitrice de tennis à l'Alpinium. Pendant quelques années, elle a également donné des cours de sport aux élèves de l'école primaire de Pralognan.

J'ÉTAIS SUR LES PISTES TOUS LES JOURS, SANS EXCEPTION.

Elle est aussi connue pour n'avoir manqué aucune course de la Millet Ski Touring depuis dix ans, totalisant 143 montées, avec un record personnel de 36 minutes. « Quand mon mari est décédé dans un accident de la route, il y a dix ans, je me suis réfugiée dans le sport. Encore plus qu'avant. » Une discipline salvatrice : « Ça me sort de ma routine. Je vais tous les mercredis à la Millet, quelles que soient les conditions. À chaque fois, ça me redonne un coup de boost ! » (F.N.)

 Pascale Gachet, Courchevel's most iconic ski instructor, celebrates 50 years on the slopes. From her beginnings in Beaufort to teaching celebrities, she has dedicated her life to sport. Now retired, she continues coaching, speaking Russian, and inspiring clients. Beyond skiing, Pascale enjoys tennis, swimming, cycling, and trail running. Known for her unwavering commitment, she never misses the Millet Ski Touring, finding solace and energy in sport after personal loss.



Profil

Prénom : Pascale

Nom : Gachet

Âge : 68 ans

Origine : Beaufort

Métier : Monitrice à l'ESF

Où : Courchevel



© DR



© Sylvain Aymoz

C'est la plus petite des stations des 3 Vallées, mais elle offre un panel d'activités sportives comme les grandes ! Que vous soyez en mode contemplatif, plus aventurier voire même compétiteur dans l'âme, voici quelques pistes pour profiter de fond de votre séjour...

SKI 3D, CAP SUR LES 3 VALLÉES

Vous venez d'arriver pour un séjour à Brides-les-Bains, camp de base des 3 Vallées. Mais par quel bout prendre le plus grand domaine skiable du monde, avec ses 600 km de pistes ? Pas de panique. Depuis plusieurs années, un partenariat avec l'ESF de Méribel et la station permet, les dimanches matin, de proposer l'activité 3D « Dimanche Découverte Domaine ». Durant 2h30, le dimanche matin, un moniteur de ski fait découvrir à un petit groupe de niveau homogène une partie des 3 Vallées, donnant également les clés pour profiter au maximum de son séjour ensuite en toute autonomie.



© ESF Méribel

SORTIES RAQUETTES

Pour ceux qui auraient envie de troquer les skis contre des raquettes, plusieurs balades sont proposées chaque semaine par les accompagnateurs en montagne de Raquett'Evasion. Laurent, Fabien et Nicolas vous emmènent à la recherche d'espaces naturels hors de la foule, au cœur de la vallée de Méribel. Sorties à la demi-journée ou à la journée, avec au programme observation de la faune, dégustation de produits du terroir, et aventure en pleine nature...

EN ROUTE POUR L'OLYMPE

Véritable ascenseur vers les cimes, la télécabine de l'Olympe permet aux piétons comme aux skieurs de rejoindre Méribel en une vingtaine de minutes. Une fois en haut, grâce aux navettes station, direction l'aventure : les pistes de ski de fond de Méribel Altiport ou du lac de Tueda, les balades à pied ou en raquette... Sans oublier le parc olympique et ses nombreuses infrastructures sportives : piscine, patinoire, salle de fitness, spa ou encore mur d'escalade...



© P. Lebeau




© Orsatus Ski Racing

UN JOLI TERRAIN DE JEUX

Une petite flemme, pas envie de quitter Brides-les-Bains aujourd'hui ? Direction le coteau ensoleillé pour une petite balade avec vue sur les sommets de Vanoise, à travers le sentier de la Gorge aux pigeons... Et s'il fait vraiment un temps à ne pas mettre même un Savoyard dehors, notez que la station de Brides offre chaque semaine des animations sportives, accessibles à tous, dans sa belle salle de la Dova. Le lundi de 12h à 12h45, c'est zumba et renfo danse, cardio et renforcement musculaire pour faire le plein d'énergie. Et le vendredi de 10h15 à 11h, place à l'activité Pilates et Relax. Un moment de détente pour renforcer ses muscles profonds et prendre soin de soi.

ORSATUS, FORMATEUR DE CHAMPIONS

Lorsqu'ils ne sont pas en stages d'entraînement ou en compétition, vous les croiserez peut-être dans la station avec leur équipement noir et rouge floqué Orsatus... Basée à Brides-les-Bains, la structure privée Orsatus Ski Racing forme près de 70 jeunes skieurs de haut niveau, dont une vingtaine d'étrangers, représentants de « petites » nations du ski. Quelques-uns d'entre eux seront d'ailleurs aux Jeux olympiques de Milan Cortina, qui débutent le 6 février prochain. (E.R.)

 Brides-les-Bains may be the smallest resort in the 3 Vallées, yet it boasts an impressive range of sports activities. Ideal as a base camp, it offers guided ski discovery sessions across the vast ski area, peaceful snowshoe walks in preserved natural settings, and quick access to Méribel via the Olympe gondola. On-site hikes, fitness classes and nearby Olympic sports facilities round out a varied and energising mountain stay.



ACTIVITÉS ET ANIMATIONS SPORTIVES

Programme détaillé à l'office de tourisme



TO DO LIST

DIMANCHE 25.01

Concert And'joy

And'joy concert

Dès 17h • Gratuit

Office de tourisme

MERCREDI 28.01

Jeux de société

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



VICTOR PIERREL LA REVANCHE OLYMPIQUE

© Marcus Hartmann

Passionné de glisse depuis l'enfance, Victor Pierrel a transformé une grave blessure en tremplin vers le haut niveau. À 33 ans, il s'impose comme l'un des meilleurs Français de ski assis et sera au départ de la coupe du monde de Méribel. Objectif : une médaille aux Jeux paralympiques 2026.

Tes débuts sur les skis ?

J'ai passé mes 25 premières années à Bordeaux, où j'ai fait des études d'ingénieur. Je skiais dans les Pyrénées depuis tout petit. La neige, la vitesse... ça a toujours été ma passion.

Ton accident en 2011 marque un tournant...

Je suis devenu paralégique après une grosse chute dans un snowpark, dix jours avant mes 19 ans. L'année suivante, j'ai découvert le ski fauteuil. J'ai tout de suite accroché ! Après deux heures en binôme, je skiais déjà seul. J'ai rapidement investi dans du matériel sur mesure conçu par Tessier.

Quand as-tu décidé de viser le haut niveau ?

En 2018, en regardant les Jeux de Pyeongchang à la télé. Je me suis dit : C'est possible ! J'ai pris une année sabbatique pour m'installer dans les Alpes et me consacrer au ski. J'arrive en Savoie l'hiver 2020. Lors de ma deuxième Coupe de France, je me fais repérer par Stefan Sazio, entraîneur de l'équipe de France.

Les étapes s'enchaînent alors très vite...

C'est vrai que tout est allé très vite. J'ai commencé par des stages avec l'équipe de France, avant d'intégrer le groupe des jeunes. Je dispute ma première Coupe d'Europe l'hiver 2021, puis j'intègre la Coupe du monde et les Championnats en 2022. La même année, je deviens vice-champion du monde de slalom à Lillehammer ! Une énorme surprise. Je me suis qualifié pour les JO 2022, mais me blesse en Chine lors du premier entraînement.

Quels sont tes objectifs cette saison ?

Me qualifier pour les Jeux paralympiques de Milan-Cortina et chercher une médaille en slalom. Ce serait une belle revanche !



© Vokaty Photo

Tu dis souvent que tu n'es pas un sportif. Pourquoi ?

Parce que l'effort en lui-même ne m'intéresse pas. Ce que j'aime, ce sont les sensations fortes. Je suis un fan de sport extrême : parapente, surf... Mais je fais quand même de la musculation tous les jours : c'est indispensable pour être en forme et éviter les blessures.

Ton souvenir le plus fou ?

Après le confinement, Oscar Burham et Manoël Bourdenx, alias Babou, m'ont proposé de faire une session freeride avec montée en ski de rando. Je ne savais même pas que c'était possible en fauteuil. On s'est encordé pour aller au sommet du couloir nord de l'Aiguille Grive. Un couloir étroit et très raide. Quand l'entraîneur a vu la vidéo, il nous a passé un savon. Je venais à peine de reprendre le ski ! Mais tout s'est bien passé et j'en garde un très beau souvenir.



Profil

Prénom : Victor
Nom : Pierrel
Âge : 34 ans
Origine : Bordeaux
Discipline : Para ski alpin (assis)
Club : CS Méribel / Albertville Handisport

OBJECTIF
J.O 2026
MILAN
CORTINA

Palmarès

- 5^e du classement général de la Coupe du monde 2023
- 2^e aux Championnats du monde slalom de Lillehammer 2022

La prochaine coupe du monde a lieu à Méribel fin janvier, ça te fait quoi ?

Quand il y a des coupes du monde en France, c'est toujours spécial, mais là, c'est carrément dans ma station, donc encore mieux. Je sais que j'aurai les copains dans le public, que je serai vraiment soutenu, surtout en tant que représentant du club. Je n'ai pas d'objectif précis : l'idée, c'est surtout de faire une belle perf en slalom et d'être fier de moi. (F.N.)

🇬🇧 Victor Pierrel, 33, turned a severe 2011 snowpark accident into a passion for sit-skiing. Quickly mastering adaptive skiing, he rose through France's national team, became 2022 slalom vice-world champion, and now targets a Paralympic medal in Milan-Cortina 2026. Known for extreme sports and fearless freeride feats, Victor combines daily training with a love of speed and adventure, seeking both personal triumph and sporting excellence in his comeback journey.

Pour le suivre
@victorpierrrelski

COUPE DU MONDE, PREMIÈRE !



© Marcus Hartmann

Du 26 au 30 janvier, Méribel accueillera pour la première fois une étape de la Coupe du monde de para ski alpin. Organisé par le Club des Sports de Méribel, l'événement promet cinq jours de sport de haut niveau.

Sur le Stade de Corbey, à la Chaudanne, les meilleurs para skieurs alpins de la planète s'affronteront lors d'un programme mêlant slalom le mardi 27 janvier, puis deux slaloms géants les jeudi 29 et vendredi 30 janvier. Athlètes debout, assis ou malvoyants repousseront leurs limites sur des tracés techniques et spectaculaires.

Cette étape française sera aussi l'occasion de soutenir les membres de l'équipe de France, dont Victor Pierrel, qui a rejoint le club des sports de Méribel cette saison. Aux côtés de ses coéquipiers tricolores, il disputera ces épreuves techniques qui constituent une étape clé de préparation avant les Jeux Paralympiques de Milan-Cortina 2026, qui se dérouleront du 6 au 15 mars. (E.R.)

🇬🇧 From Jan 26–30, Méribel hosts its first Para Alpine Skiing World Cup. The world's top athletes compete in slalom and giant slalom at Corbey Stadium, a key event ahead of the Milan-Cortina 2026 Paralympic Games.



COUPE DU MONDE FIS DE PARA SKI ALPIN

Stade de Corbey, à la Chaudanne

- Slalom le 27/01
 - Slaloms géants les 29 et 30/01
- club-des-sports-meribel.fr



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

ZOOM

LE DERNIER RENDEZ-VOUS



Après Electrophazz, Two en trio et Les Doigts de l'Homme, c'est le quintet Elliavir qui mettra un point final au Festival Jazz Variations, ce jeudi 29 janvier. Entre jazz vocal et instrumental, Elliavir est un véritable carnet de voyage sonore aux influences orientales et nordiques. Cet ultime concert promet un beau moment de poésie entre chant, trompette, basse, piano et batterie.
Concert le jeudi 29/01, à 21h
Billets de 12 à 15€/pers
À l'Auditorium de Méribel-Centre

 **C**losing Jazz Variations, quintet Elliavir blends vocal and instrumental jazz with Nordic and Eastern influences, offering a poetic journey through voice, trumpet, bass, piano, and drums.

✓ TO DO LIST

MARDI 27.01
Découverte des oiseaux
Discovering the birds
À 15h • Gratuit
Maison réserve naturelle du Plan de Tuéda • Méribel Mottaret

JEUDI 29.01
Himalaya by night - luge de nuit
Night sledding
17h30-19h30 • 9€/descente
Piste Little Himalaya • Mottaret

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



© Sylvain Aymoz

ÇA VA *dé-peau-ter !*

Plus besoin de rappeler que le ski de randonnée est devenu, depuis quelques années, l'une des pratiques phare en montagne. On vous donne quelques itinéraires pépites du côté de Méribel pour vous évader en toute sécurité.

IDÉE SORTIE !


Pour ceux qui ne connaissent pas la pratique, elle est à tester mais ne partez pas sans quelques conseils. On regarde toujours le bulletin météo pour appréhender les risques d'avalanche. Munissez-vous de votre matériel, du trio DVA (détecteur de victimes en avalanche), pelle, sonde si vous partez en hors-piste, ou faites-vous accompagner par un guide professionnel.

ITINÉRAIRES BALISÉS

Pour une mise en jambe, on opte pour l'itinéraire balisé du Roc à Méribel-Mottaret (370mD+ sur 2km) en partant de la télécabine des Chalets en direction du lac. Pour profiter d'un magnifique panorama, l'itinéraire Pic Bleu est idéal (600m D+ sur 5,5km) au départ du front de neige de Méribel Village. Le parcours, qui peut se décliner en 3 parties, offre des points de vue très complémentaires sur la vallée et des portions en pleine nature dans la forêt jusqu'au secteur Pic bleu.

L'ÉVASION AVEC UN GUIDE

Enfin pour les mordus de l'activité, il est temps de vivre l'aventure glacée du glacier du Borgne (600m D+ - départ en compagnie d'un guide conseillé). Un décor unique composé de séracs et d'étendues glacées s'offre aux plus expérimentés : un défi de taille et une expérience hors du commun qui restera gravée ! Enfin, pour vivre l'évasion la plus totale et même dormir en refuge d'hiver, direction le refuge du Saut à Méribel en passant par le lac de Tueda et le vallon du Fruit depuis le parking de Tueda (500m D+). Alors prêts à faire pow neuve ? (C.B.)

 **S**ki touring has become a leading mountain activity. In Méribel, routes suit all levels: easy outings like Roc to Méribel-Mottaret, scenic trails to Pic Bleu, adventurous Glacier du Borgne tours with a guide, and overnight refuge trips, all requiring safety gear and avalanche awareness.



SKI DE RANDONNÉE À MÉRIBEL

Hors des itinéraires balisés, l'accompagnement par un professionnel reste fortement recommandée.

LA JOURNÉE *qui fait du bien*

À Saint-Martin de Belleville, chaque instant se savoure : du premier virage au sommet jusqu'au dernier moment de détente. Une journée rythmée par la beauté des paysages et l'art de vivre en altitude. Une expérience à vivre pleinement, le temps d'un jour.



SOUFFLE DU MATIN

Skis en main, chaussures aux pieds, le voyage commence avec la télécabine Saint Martin 1. En haut, une terrasse panoramique accueille les premiers instants de la journée. Chaises longues face aux sommets, silence des hauteurs, lumière du matin... L'endroit parfait pour contempler les reliefs ou prévoir un pique-nique un peu plus tard. La montée se poursuit via le télésiège Saint Martin Express. En toute sérénité, l'ascension dévoile peu à peu l'immensité du domaine. Juste avant l'arrivée, le Happy Selfie capture l'instant : un déclenchement automatique pour garder un souvenir sans risquer de faire tomber son téléphone. La photo peut être récupérée gratuitement à la borne dédiée, juste après le débarquement.


ENTRE TRACES ET PAYSAGES

C'est parti pour enchaîner les descentes, et il y en a pour tous les niveaux : bleues, rouges, et même une piste noire sur une des trois zones liberty ride qui ont été créées pour permettre de retrouver les sensations de hors-piste, sur une zone sécurisée. La mythique piste Jérusalem traverse une zone plus sauvage, ponctuée de petites montagnettes en pierre, vestiges autrefois occupés par les bergers. Enchaînement fluide avec la piste Biollay, une bleue agréable qui rejoint le front de neige en passant par un tunnel sous la route.



CÔTÉ DOUCEURS

Pause déjeuner face aux cimes sur la terrasse du Maya Altitude, au sommet du télésiège Saint Martin Express offrant panorama grandiose et cuisine raffinée. Pour une ambiance plus traditionnelle, Le Corbeleys propose des plats locaux dans un décor qui fleurit bon la Savoie d'antan, tout comme La Loy un peu plus bas, chaleureuse adresse en bord de piste. L'après-midi alterne entre sensations et douceur. La rouge Pramint démarre fort avec une belle pente et un terrain varié. Gros Tougne invite à la glisse tranquille, tandis que la rouge des Teppes ajoute un brin de dynamisme. Dernière descente par la piste Loy, parfaite pour conclure la journée en beauté. Pour finir, place à un moment de détente au centre La Belle Vie : piscines, saunas, hammam, jacuzzi et massages offrent un véritable havre de récupération au pied des montagnes. En voilà une belle journée à Saint-Martin ! (E.Hu.)

 From the first turn at sunrise to the last moment of relaxation, every instant in Saint-Martin-de-Belleville is meant to be savoured. Begin your day with a breathtaking ride up the slopes, enjoy panoramic terraces, ski down scenic pistes like the iconic Jérusalem, and pause for refined mountain cuisine. End your day at La Belle Vie Spa, where saunas, jacuzzis, and massages provide the perfect recovery after a day in the snow — a full Alpine experience to live fully.


DOMAINE SKIABLE
st-martin-belleville.com

TO DO LIST

DU DIMANCHE AU VENDREDI

Musée de Saint-Martin :
l'histoire de la vallée
History museum
Entrée 5€ • Gratuit – 18 ans
Rue du Clocher (derrière l'OT)

JEUDI 29.01
Visite guidée nocturne
aux flambeaux
Torchlight guided night tour
À 18h30 • Dès 5€
Inscription obligatoire
Rdv à la Maison du Tourisme

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

Jolie-Même

NOUVELLE BOUTIQUE

Prêt-à-porter
femme

Déco & accessoires

Ouvert 7j/7

9h30 - 13h

15h - 19h

19h30 les jeudis et vendredis



+33 (0)6 43 87 34 53

Quartier des Bruyères,
Les Menuires

CHAMPIONNE
RENCONTRE

Margaux Herpin 4 À 4

À la suite d'une grave blessure et de deux ans hors des pistes, Margaux a repris le snow l'hiver dernier. Sans jamais cesser d'y croire, elle s'est accrochée à son rêve de revenir en compétition...

Revenons sur tes débuts en snowboard ?

Quand j'étais petite, mes parents ont acheté un appartement aux Menuires. Du coup, depuis, on y monte tous les week-ends et les vacances. J'ai appris le snow avec mon papa en prenant des cours, puis j'ai intégré le club des Menuires : on faisait du slopestyle, du slalom et du boardercross. J'ai toujours préféré le boardercross, et je voulais faire comme mon grand frère Guillaume, en équipe de France. À 15 ans, j'ai été sélectionnée pour rentrer dans le groupe Relève.

Qu'est-ce qui te plaît le plus en snow ?

En cours de ski, je n'aimais pas faire le train derrière le moniteur. Quand j'ai pris des cours de snow, chacun faisait des virages libres : c'est ce que j'ai préféré, cette sensation de liberté. En boardercross, ce que j'aime aussi, c'est la vitesse, l'adrénaline, la course.



Profil

Prénom : Margaux

Nom : Herpin

Âge : 22 ans

Origine : Les Marches,
près de Chambéry

Discipline : Snowboard cross

Club : CS Les Menuires

Palmarès

- Championne de France (2025)
- Double championne de la coupe d'Europe (2021 et 2022)
- Vice-championne du monde junior en individuel et en team event (2021)
- Vice-championne olympique jeune (2020)

Tes meilleurs souvenirs ?

En 2021, avec mon frère, on a participé aux Championnats du monde junior en Russie. J'ai fait 2^e en individuel, mais surtout, on a fait le Team event le lendemain (un relais mixte par équipe). J'ai eu la chance de le faire avec mon frère, et on a gagné la médaille d'argent ensemble !

Comment te sens-tu, surtout après ta grosse blessure ?

La motivation et l'envie, je ne les ai jamais perdues. Tout a été mis en place pour revenir, c'était mon seul objectif. Aujourd'hui, et après ma saison de retour l'hiver dernier, je me sens bien dans mon corps. Mentalement, tout va bien aussi. Ce qui est différent, c'est que j'ai l'impression de plus apprécier cette vie qu'on m'a enlevée pendant 2 ans.



Tes forces et faiblesses ?

Mes faiblesses, ce sont mes départs : la start-line, les modules très techniques avant le premier virage. Mon point fort : les parties de glisse après, c'est là où je rattrape du temps et où je double.

REVENIR,
C'ÉTAIT MON SEUL OBJECTIF

Tes objectifs ?

Cette saison, faire au moins un Top 8 en Coupe du monde et rentrer dans le top 16 du classement général en fin de saison. Puis participer aux Championnats du monde en 2027 et 2029, et aux JO en France en 2030 : ça serait le rêve de ramener une médaille. (C.L.)

After a serious injury and two years away from the slopes, snowboarder Margaux returned to competition last winter without ever giving up on her dream. Raised in Les Menuires, she found freedom, speed, and adrenaline in boardercross. A Junior World Championships silver medallist alongside her brother in 2021, she now feels stronger both physically and mentally. Her goals include World Cup top finishes, World Championships appearances, and ultimately a medal at the 2030 Winter Olympics in France.



Sur le front de neige des Bruyères, un spectacle haut en lumière attend les curieux, les jeudis 29 janvier et 5 février. La Cie Farandole présente son tout nouveau spectacle de feu et d'artifice : « Étincelles ». Explications avec Emmanuel Borgo, chorégraphe et créateur de la compagnie lyonnaise.

Emmanuel, qui es-tu ?

Je suis professionnel du spectacle depuis 2004. Ado, j'ai fait un stage au cirque Plume, qui a été une source d'inspiration pour moi. Ensuite, j'ai fait le CND (Centre national de la danse). Au départ, je suis danseur spécialisé en danse butô, qui est une des branches de la danse contemporaine japonaise. Je suis aussi circassien : jongleur, cerceau aérien, échasses.

Peux-tu nous présenter la compagnie Farandole ?

Je l'ai créée en 2016, après avoir été le chorégraphe de la Cie Les Lutins Réfractaires pendant dix ans. Je la présente comme une compagnie de danse de rue. On propose des spectacles de danses, d'échasses, de feux et de pyrotechnie, et parfois même de burlesque afin de transcender l'existence. Je pense que le rire est important et qu'on en a besoin.

Que peux-tu nous dire de ton nouveau spectacle « Étincelles » ?

Je dirais que c'est une allégorie de l'histoire de l'humanité face au vis-à-vis de la nature. Comment l'Homme qui part de la maîtrise du feu a su s'extraire de sa condition animale et, par là-même, dominer tout le monde animal. En domestiquant le feu pour d'abord mieux manger, se chauffer puis fabriquer des objets, des armes en métal, puis développer des sciences : la chimie, la physique et partir à la conquête des étoiles. C'est avant tout la magie du feu et de la pyrotechnie mélangée à la poésie de la danse à travers la recherche de l'émotion.

Jouer sur un front de neige en station, ça te fait quoi ?

Je suis toujours très heureux et très content d'amener des spectacles là où on les attend le moins. Je suis très exalté à l'idée de jouer en stations, parce que le public y est souvent très enthousiaste. Même si les conditions de travail sont plus rudes et bien ce n'est pas grave, parce que les sourires et les applaudissements du public nous font complètement oublier ça. (M.P.)



EMMANUEL BORG

« J'ESSAIE DE RACONTER
AUTRE CHOSE QUE JUSTE
DE LA PERFORMANCE
CIRCASSIENNE »



© Photos Jean-Luc Fortin

On January 29 and February 5, Bruyères ski area hosts "Étincelles", a fire and pyrotechnics show by Cie Farandole. Choreographer Emmanuel Borgo blends street dance, stilt walking, fire, and humor to explore humanity's mastery of fire. The performance combines poetry, dance, and spectacle, bringing magic and emotion to ski resort audiences, who delight in the surprise and energy despite outdoor challenges.

SPECTACLE « ÉTINCELLES »

À 18h45 • Gratuit
Front de neige des Bruyères
+33 (0)4 79 00 73 00 • lesmenuires.com

ZOOM

VOYAGE MUSICAL EN TURQUIE



Le lundi 26 janvier, l'espace Maurice-Romanet accueille les musiciens de Fatum Fatras. Ce groupe composé de véritables explorateurs sonores cherche constamment de nouvelles sources d'inspiration musicale, dans des groupes contemporains variés comme Altin Gün, Omar Souleyman et Sarab, mais aussi dans les chants traditionnels de Turquie, de Grèce et du Kurdistan. Fatum Fatras mélange la tradition et la modernité pour offrir une musique unique, créant ainsi un répertoire original et surprenant. Une bonne occasion de partager une soirée chaleureuse et de découvrir leur monde musical ! (Camille M., stagiaire de 4^e à Bozel)

Le lundi 26 janvier, à 18h, gratuit
À l'espace Maurice-Romanet

On January 26, Fatum Fatras performs at the Maurice-Romanet venue, blending Turkish, Greek and Kurdish traditions with modern influences. A warm, free concert and a unique musical journey.

TO DO LIST

MARDI 27.01

Crazy After Ski
17h-19h • Gratuit
Font de neige Les Bruyères

MERCREDI 28.01

Ciné-rencontre « Into Altai »
Film screening and discussion: « Into Altai »
À 20h30 • 7€
Cinéma Les Flocons • La Croisette

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

UN COUP DE BARRE *ET ÇA REPART !*

Après son succès l'hiver dernier, le Freeride World Tour repose ses spatules à Val Thorens, du 23 au 29 janvier. Les meilleurs skieurs et snowboarders du moment, dont 5 Valthorinois (présentation en page suivante), vont s'affronter sur les pentes mythiques de la station...

Après son grand retour en France l'année dernière après 8 ans d'absence, le FWT refait étape à Val Thorens. Le circuit mondial du snowboard et ski freeride regroupe aujourd'hui plus de 300 compétitions autour du monde, du FWT Junior au FWT, en passant par le FWT Qualifier et le FWT Challenger. Les riders sont jugés sur le choix de leur ligne, le contrôle, la technique, la fluidité et les sauts. À Val Thorens, c'est une étape du FWT qui est attendue, autant dire du grand spectacle en perspective !

UN PROGRAMME STYLÉ

Vendredi 23 janvier

- 18h : Cérémonie d'ouverture, présentation des athlètes, dédicaces et feu d'artifice
- Dès 18h30 : Concert Supermassive (rock, pop et électro)

Place Pécelet, Village officiel, accès gratuit

Buvette & restauration payantes

Du vendredi 23 au dimanche 25 janvier

- De 9h à 16h : Ski Test (Scott, Dynastar, Rossignol et Head)
Place Caron - Gratuit (pièce d'identité obligatoire)
- 15h à 20h : Village Officiel FWT - Val Thorens Pro avec DJ sets, animations, stands partenaires, boutique officielle FWT, buvette & foodtrucks
Place Pécelet, gratuit

Jour de la compétition

Le jour et la face de compétition seront annoncés 48h à l'avance sur valthorens.com et sur les réseaux sociaux de la station et du Freeride World Tour.

- Dès 8h : Compétition + Village Spectateurs au pied de la face (buvette sur place)
Place Pécelet : Diffusion en direct de la compétition sur écran géant
- 14h : Podium au pied de la face
- 16h : Cérémonie officielle du podium au village officiel (Place Pécelet)
- Dès 23h : Soirée Officielle FWT - Val Thorens Pro au Malaysia Club avec les athlètes et le staff du FWT (Malaysia Club, entrée 10€) (C.L.)



After a successful return last winter, the Freeride World Tour comes back to Val Thorens from January 23 to 29. The world's best ski and snowboard freeriders, including five local riders, will compete on the resort's legendary faces. Part of the elite FWT circuit, the event promises spectacular lines, technical mastery and big airs, alongside a lively programme with concerts, ski tests and an official village throughout the week.

 **FREERIDE WORLD TOUR - VAL THORENS PRO**
Infos sur valthorens.com et freerideworldtour.com

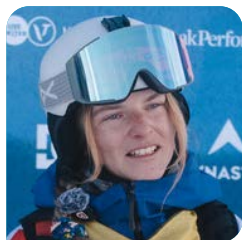
NOUVEAU
RETROUVEZ-NOUS
DÈS MAINTENANT
EN VIDÉO
WEB APP

COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1 Ouvrez votre navigateur :   ...  www.infosnews.tv
- 2
 - Sur    Sur l'écran d'accueil 
 - Sur    Ajouter à l'écran d'accueil
- 3 Cliquez sur :   Être averti des nouvelles vidéos :
 - ☒ Pour les 3 Vallées
 - ☐ Pour Paradiski

Des athlètes bien barrés

Cette 2^e édition du Freeride World Tour (lire en p.27) s'annonce prometteuse avec cinq représentants de la station engagés sur la compétition. C'est au sein de la section Freeski des Belleville que la plupart d'entre eux ont été accompagnés dans leur pratique du freeride et du freestyle. Avec des coaches tels que Kévin Guri, vainqueur de l'Xtreme Verbier 2013, la relève est assurée !



NOÉMIE EQUY
25 ANS
SNOWBOARD

Elle a remporté la première place du FWT 2025 dès sa première saison sur le circuit, une énorme performance. Ses objectifs cette année : décrocher le titre aux premiers championnats du monde de freeride en Andorre et, bien sûr, s'imposer à domicile lors de cette étape.



VICTOR DE LE RUE
36 ANS
SNOWBOARD

Légende du snowboard et multiple médaillé, Victor de Le Rue détient le record de 4 titres sur le FWT. Entre les compétitions, les projets de tournage ou des aventures personnelles, sa carrière l'a conduit aux quatre coins du globe.



CÉSAR BARIN
20 ANS
SNOWBOARD

À 20 ans et après avoir terminé 1^{er} du FWT Challenger, César Barin est le plus jeune rider engagé sur le World Tour cet hiver. Son objectif ? Se faire plaisir sur ces faces qu'il connaît bien et marquer les esprits.



LOU BARIN
26 ANS
SKI

Lou Barin a d'abord brillé en freestyle sur les parks avant de se tourner vers le freeride en 2024. Après une belle saison 2025, elle intègre cette année le FWT, où elle retrouvera son frère César.

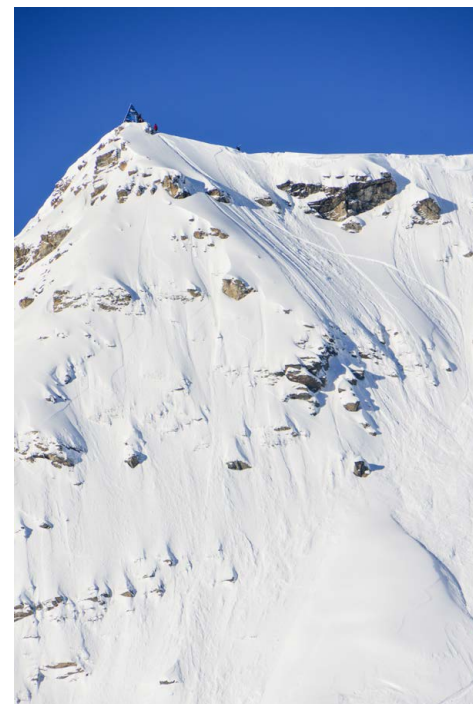


© FWT / J. Bernard



ENZO NILO
32 ANS
SNOWBOARD

Basque d'origine, Enzo a réalisé une performance remarquable en s'imposant à la maison, à Val Thorens, l'année dernière. Un potentiel démontré et une détermination à rivaliser avec les meilleurs qu'il remettra en œuvre pour cette édition. (C.L.)



© FWT / D. Dahier

Five riders will represent Val Thorens at this year's Freeride World Tour, showcasing the strength of the resort's freeride scene. Trained within the Freeski Belleville programme and coached by figures such as Xtreme Verbier winner Kévin Guri, they blend experience and rising talent. World champion Noémie Equy lines up alongside Victor de Le Rue, César Barin, Lou Barin and Enzo Nilo, all determined to make their mark on their home mountain.

 **FREERIDE WORLD TOUR - VAL THORENS PRO**
Infos sur valthorens.com et freerideworldtour.com

ZOOM


CINÉ-RENCONTRE AUTOUR DE LA MONGOLIE



© Soren Rickards

Dans le cadre des Ciné-rencontres organisées au cinéma Le Lac Blanc, le réalisateur Yannick Boissenot sera présent le mercredi 28 janvier, à 17h30, pour une projection de son film « Into Altaï ». Tourné en Mongolie, au cœur du massif du Tavan Bobg (« Les cinq montagnes sacrées »), il suit l'aventure de trois riders partis explorer ce territoire sacré et méconnu à skis et en snowboard, avec une yourte pour camp de base. Une aventure sportive et humaine, qui questionne sur le sens du voyage et de l'engagement, avec des images somptueuses.

Le mercredi 28/01, à 17h30
Entrée 11€ (7€ pour les - 12 ans)
Cinéma Le Lac Blanc

 On January 28, director Yannick Boissenot presents Into Altaï, a documentary following three riders exploring Mongolia's sacred Tavan Bogd mountains on skis and snowboard.



TO DO LIST

MARDI 27.01

Concert d'hiver:
Michael Nguyen
Winter concert: Michael Nguyen
À 18h30 • Entrée libre
Église / Salle polyculturelle

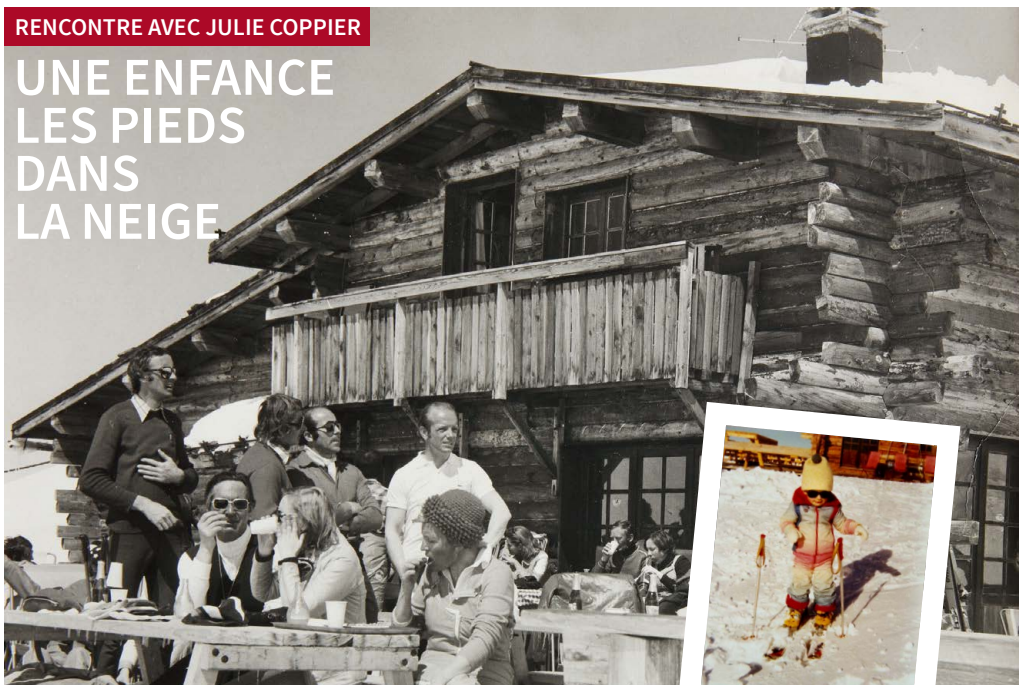
JEUDI 29.01

Jeux en bois
Wooden games
10h-17h30 • Gratuit
Place Caron

Office de tourisme • Val Thorens
+33 (0)4 79 00 08 08
valthorens.com

RENCONTRE AVEC JULIE COPPIER

UNE ENFANCE LES PIEDS DANS LA NEIGE



À 50 ans, Julie Coppier a toujours vécu à Val Thorens. Une histoire qui a commencé avec ses parents en 1972, quand ils ont construit le chalet d'altitude, La Moutière. Petit tour d'horizon de ses souvenirs d'enfance...

Quand l'aventure valthorinoise a-t-elle commencé pour ta famille ?

Mes parents sont originaires de Grenoble, mais mon grand-père avait un appartement aux Menuires. Il avait entendu qu'une station de ski allait s'ouvrir plus haut. Mes parents sont venus voir et ils se sont lancés, sans expérience. L'été 1972, ils ont commencé la construction de La Moutière pour ouvrir l'hiver 1972-73.

Les débuts ont-ils été faciles ?

Mon père était moniteur de ski, c'est ma mère qui tenait le restaurant. Au début, elle avait une amie qui vendait des forfaits, elle l'appelait pour lui dire « aujourd'hui, on a vendu 0 forfait ! ». C'est vrai que parfois, il n'y avait personne ! Puis ça a bien démarré, surtout dans les années 1980 avec le téléphérique.



Qui étaient les premiers clients ?

Il y avait une bonne clientèle, des moniteurs de Courchevel notamment qui venaient chaque année. Ma mère m'a raconté qu'il y en avait un qui accompagnait un grand couturier qui lui offrait un parfum chaque année. Pour le week-end du 1^{er} mai, ils venaient aussi lui offrir du muguet. Au début, on pouvait même y dormir, il y avait une trentaine de lits dans une salle en dessous, pour ceux qui partaient faire du ski de rando vers la cime Caron, Gébroulaz, le glacier de Chavière... quand il n'y avait pas encore le téléphérique.



JULIE COPPIER



© Photos DR

Et en cuisine, comment cela se passait-il ?

C'était à la bonne franquette, des plats simples, des omelettes... Parfois un moniteur passait en cuisine pour la cuisiner ! Il y avait aussi de la friture, car on m'appelait « Julie La Frite », je sentais tout le temps la frite. Les clients commandaient, payaient, et on leur donnait un ticket avec un numéro. Et quand le plat était prêt, le serveur criait le numéro. Une fois, j'étais avec mon copain Yannick Richard qui avait mon âge, on avait commandé et on attendait... jusqu'à ce que je vienne voir ma mère en pleurant parce qu'on n'avait pas nos spaghettis bolognaise. On s'est pris un savon, parce que le serveur criait notre numéro depuis une heure... Mais, nous, on ne savait pas encore lire !

**CHACUN FAIT SON TRUC
MAIS IL Y A DE L'ENTRAIDE,
DE LA SOLIDARITÉ**

Puis tes parents ont vendu...


Oui, ils ont construit le chalet de Caron : plus gros, presque au bord de la route... Ils ont aussi construit La Petite Moutière, en haut du télésiège qui allait au glacier, un tout petit chalet en rondins de 30 places. Pendant 40 ans La Moutière a été gérée par d'autres personnes, et j'ai acheté en 2020. Quand j'y suis retournée, je me suis tout de suite sentie bien. Rien n'avait changé...

Comment était la vie à Val Thorens ?

J'ai de chouettes souvenirs avec notre bande de copains, on allait à l'école à pied, en luge... On trainait après la sortie, on rentrait trempés d'avoir joué dans la neige. Ados, on faisait le jour de l'An, on dormait dans le chalet de Caron, on descendait en luge la piste... c'était une belle enfance sans danger. On est dans un « univers parallèle » dans les stations de ski, c'est un peu Disneyland...

Quel est l'esprit de la station pour toi ?

Ce qui est chouette ici, c'est qu'on ne se tire pas dans les pattes. Chacun fait son truc mais il y a de l'entraide, de la solidarité. On se connaît tous. Tout le monde vient d'ailleurs. Les Bellevillois n'y croyaient pas à l'origine, du coup ils n'ont pas de business ici. Il y a un bon esprit pionnier ici, « united ». (C.L.)

 Julie Coppier, now 50, has lived in Val Thorens all her life. Her family adventure began in 1972, when her parents, with no experience, built La Moutière at high altitude as the resort was just emerging. In those early days, there were sometimes no clients at all, but a strong pioneer spirit, mutual help and simple living. Ski instructors, mountaineers and loyal guests shaped a warm, family-style atmosphere. Growing up in the snow, Julie remembers a free, close-knit childhood in a unique mountain "parallel world."



Jolie grimpe DE FOLIE

UN LIEU UNIQUE À AIME

Direction le spot branché prisé des locaux et des touristes curieux. Du côté d'Aime, l'unique salle d'escalade indoor de Tarentaise nous attend tous les jours avec ses voies sans cesse renouvelées. Lieu de partage, événements, gourmandises... On trouve forcément notre voie !

DU DÉFI, EN VEUX-TU, EN VOIE-LÀ

Voilà plus de deux ans que Pyf et son équipe de passionnés ont repris les rênes de lieu unique de plus de 500m2, qui séduit grimpeurs débutants et confirmés. Ici, impossible de s'ennuyer, car Cédric, l'ouvreur expérimenté, renouvelle les 14 voies des 100 répertoriées toutes les semaines. Il y en a pour tous les goûts avec les 8 niveaux de difficulté représentés par différentes couleurs. « En fonction de ta progression, ta pratique reste la même, que ce soit pour les débutants ou les confirmés », atteste-t-il.



POUR TOUS LES NIVEAUX

Les **débutants** peuvent démarrer sans prendre de cours avec la piste jaune débutante, ou au contraire participer aux cours proposés le mardi de 18h30 à 21h, et le mercredi de 13h30 à 16h30. Le tout dans une ambiance bon enfant et stimulante. Pour les **grimpeurs confirmés**, le pan d'entraînement incliné à 21°, accompagné de deux pans verticaux, nous challengera davantage. Et le nouveau pan incliné jusqu'à 51° en devers en mettra plus d'un au défi ! Un endroit spécial est également dédié aux **mini-grimpeurs** pleins d'énergie, avec filet et cheminée pour accéder à l'étage supérieur, pour s'amuser en toute sécurité.

— ALENTOURS —

L'AVIS DE

« Les ouvertures sont différentes des salles qu'on fréquente autour de Brest. L'ouvreur doit avoir une pratique expérimentée en outdoor ! »

Gaël Fromentoux, vacancier breton

« Je viens régulièrement car l'ambiance est bonne et les voies variées et renouvelées régulièrement »

Marius, 14 ans

NOUVEAUTÉS GOURMANDES ET FESTIVES

Kévin, le nouveau cuisinier et pâtissier de métier, comble les appétits vivement sollicités par l'effort. « Je venais déjà grimper depuis 6 ans ici, alors je connais bien les gens et l'ambiance », témoigne-t-il. Entre la sélection des 7 pizzas au choix et les pinsas (format individuel de pizzas), les planches de fromage et charcuterie, les brookies, crumbles et verrines, on ne peut que succomber. L'espace détente devient encore plus cosy avec son babyfoot, son billard, sa ludothèque et ses canapés qui nous accueillent même pour du coworking entre deux défis grimpe.

Save the date ! Les événements spéciaux s'invitent. Rendez-vous le vendredi 30 janvier pour une soirée Welsh et DJ set dès 18h. Le 2 février, on fête toute la journée la chandeleur avec les dégustations de crêpes (à 2€). Le 14 février, un bloc sera spécialement ouvert pour grimper à deux en mode speed-dating. Enfin le vendredi 27 février, c'est raclette party. Autant de bonnes raisons de faire le mur ! (C.B.)



🇬🇧 Located in Aime, the only indoor climbing gym in the Tarentaise Valley has become a lively hub for locals and curious visitors alike. Spread over 500 m², the venue offers constantly renewed routes for all levels, from beginners to advanced climbers, as well as dedicated training walls and a kids' area. Beyond climbing, the space stands out for its friendly atmosphere, gourmet food, relaxation areas and festive events, making it a true place to share, challenge and unwind.

◆ RÊVE DE BLOCS - SALLE D'ESCALADE

À Aime, 1026 Route des Îles
(derrière E.Leclerc)

Ouvert 7j/7

Du lundi au vendredi : 12h-22h30
Samedi : 14h-19h30 / Dimanche : 10h-18h
revedeblocs.com

FENÊTRE SUR COURTS...-MÉTRAGES

Samedi 24 janvier, Albertville donne carte blanche à la création audiovisuelle locale avec l'opération Écran ouvert. Projections de courts-métrages et animations rythmeront cette après-midi dédiée au cinéma amateur.

Organisée au Dôme Cinéma, l'opération Écran ouvert met en lumière le cinéma amateur dans le cadre du dispositif Passeurs d'Images, qui accompagne la pratique audiovisuelle et favorise les rencontres entre créateurs et publics. Samedi 24 janvier, réalisateurs et réalisatrices du territoire auront la rare opportunité de découvrir leurs films projetés sur grand écran, dans une véritable salle de cinéma, face au public.

6 COURTS-MÉTRAGES PRÉSENTÉS

Dès 14h, les spectateurs embarqueront pour une séance de courts-métrages aux univers très variés. Thriller, drame, comédie policière, film psychologique ou clip musical composent un programme éclectique, reflet de la créativité locale. À l'affiche notamment : « Le Déserteur » de Benjamin West, « Payer sa note » réalisé par les élèves du stage Passeurs d'Images encadré par Fabrice Ravier, « Vita Nostra » de Gérald Wojtal-Aillaud, mais aussi The Prisoners de Benjamin Groulet, « Où allons-nous ? » de Nicolas Léger et « En Folie », autre production issue d'un stage Passeurs d'Images.

MAQUILLAGE ET EFFETS SPÉCIAUX

À 16h, place à la pratique avec un atelier maquillage cinéma et effets spéciaux animé par Alice Makeup, maquilleuse professionnelle. Du cinéma réaliste au fantastique, elle lèvera le voile sur les techniques du maquillage vidéo – blessures, bleus, brûlures – et sur les contraintes propres au tournage, comme la lumière, les mouvements ou les conditions extérieures. Gratuite et ouverte à tous, Écran ouvert s'annonce comme une véritable fête du cinéma amateur, placée sous le signe du partage et de la créativité. (E.R.)

On January 24, Albertville celebrates local amateur filmmaking with Écran ouvert at Dôme Cinéma. Short films by local directors will be screened, showcasing diverse genres and creativity. The afternoon also features a special-effects makeup workshop, offering the public a hands-on, free event dedicated to sharing and audiovisual creation.



ÉCRAN OUVERT • CINÉMA AMATEUR

Au Dôme Cinéma, place de l'Europe
Dès 14h • Entrée libre et gratuite



© Pixabay



TO DO LIST

JEUDI 29.01

Spectacle de danse

« La Liesse »

Dance show 'La Liesse'

À 20h • De 8 à 28€

Le Dôme Théâtre

JEUDI 29.01

Carrefour des métiers
et des formations

Jobs, Careers and Training Fair

Toute la journée • Entrée libre

Halle Olympique

Maison du Tourisme d'Albertville

+33 (0)4 79 32 04 22

pays-albertville.com

Guide Gourmand
LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES



Le Branzin
Les légumes rôtis
BOZEL

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

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



♥ 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

Bistrot Manali



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
les samedis des
vacances scolaires

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

Carné



© Mathieu Cellard

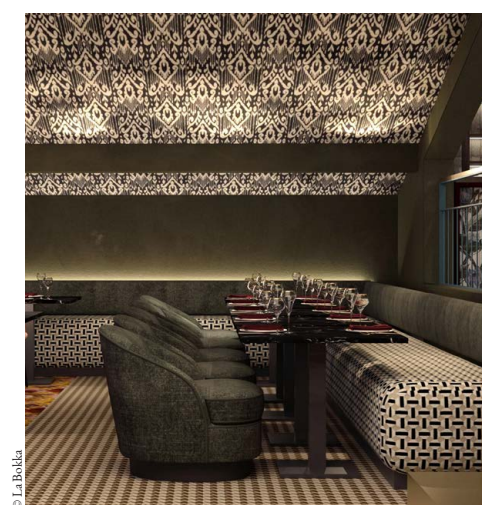
Ce nouveau restaurant steakhouse Carné, situé dans le resort Le C, met à l'honneur la gastronomie française, tel un véritable festin du champ à l'assiette. Le menu propose une sélection fine et soignée de viandes de race et de haute qualité : entrecôte, filet de bœuf, faux-filet, côte de bœuf, bavette,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

La Bokka



© La Bokka

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 !

♥ DJ set les jeudis et samedis soir

🇬🇧 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

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 (mercredi hors vacances)
+33 (0)4 79 23 19 42 • gaia-courchevel.com

COURCHEVEL LE PRAZ

La Petite Bergerie

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



♥ Croque-monsieur savoyard à la truffe

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

COURCHEVEL VILLAGE

La Chapelle 1550



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

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

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

COURCHEVEL MORIOND

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

**8h
20h**

**VENDREDI
JUSQU'À 20H30**

**DIMANCHE
8H30 - 12H30**

**LA
RECETTE
CARREFOUR**

**VELOUTÉ DE POMMES
DE TERRE ET
PATATE DOUCE**

INGRÉDIENTS

- × 350 g pommes de terre
- × 1 patate douce
- × 75 g fromage fouetté
- × 2 disques de pain
- × 1 gousse d'ail
- × 1 cc huile d'olive
- × Ciboulette

PRÉPARATION

- Épluchez les pommes de terre et la patate douce. Coupez-les en morceaux.
- Dégremez la gousse d'ail et hachez-la.
- Versez 1 litre d'eau dans une casserole et ajoutez les pommes de terre, la patate douce et l'ail. Laissez cuire 45 mn.
- Pendant ce temps, coupez le pain en dés.
- Faites chauffer de l'huile d'olive dans une poêle puis dorer les croûtons de pain avec la ciboulette.
- Lorsque la soupe est cuite, versez les légumes dans un blender, ajoutez un peu de jus de cuisson et le fromage fouetté. Mixez et ajoutez au fur et à mesure l'eau de cuisson jusqu'à obtenir une consistance veloutée.
- Servez ce velouté avec les croûtons de pain aux herbes.

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



NOUVEAU

✓ **+800 m²**
✓ **Rayon marché**

✓ **Cave à vin**
✓ **Galerie commerciale**

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 gourmants, 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



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
f 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 Pécelet

Ouvert 7j/7 dès 8h30
Galerie Pécelet • +33 (0)4 79 00 02 92
lessaintspères-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.

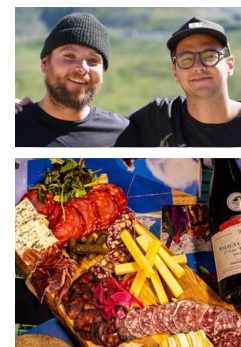


♥ Les planches à partager

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

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 Pécelet • +33 (0)6 25 33 00 70
@ latimbalevaltho f 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
f @

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

Les Chalets du Thorens

COUP DE FOURCHETTE
VAL THORENS



À 2400m d'altitude, Les Chalets du Thorens réinventent la pause déjeuner sur les pistes. Plus qu'un simple arrêt gourmand entre deux descentes, l'adresse propose une expérience culinaire aux multiples facettes.

EST-CE UN RÊVE ?

Imaginez un petit village accessible à ski, où chaque maison abrite une spécialité culinaire. Derrière chaque comptoir, des chefs passionnés, experts dans leur savoir-faire. Il ne vous reste plus qu'à passer commande. En quelques instants, vous dégustez le meilleur de la street food avant de repartir à toute berzingue sur les pistes. Le plus fou dans tout ça ? Ce lieu existe bel et bien.



360° DE GOURMANDISES

Sous le restaurant principal des Chalets du Thorens, sept corners s'offrent à vous : pizzeria, snack, wok, burgers, tacos, crêperie et gaufres belges. Une diversité impressionnante qui ne fait aucun compromis sur la qualité, le tout à des prix accessibles. Chaque corner possède sa spécialité. Côté pizzeria, retrouvez un véritable pizzaiolo, plusieurs fois primé, avec pas moins de quatorze propositions. Côté wok, composez votre assiette sur mesure : base riz ou nouilles, protéines et sauce au choix. Le corner snack décline paninis, sandwichs, wraps et croque-monsieur... Quant aux tacos, on se croirait en ville, à dénicher la meilleure adresse du quartier.

LE BUFFET XXL

Et ce n'est pas tout. Les Chalets du Thorens proposent également un grand buffet froid en libre-service, facturé au poids. Une multitude d'entrées colorées, des produits frais et gourmands : à vous de choisir entre picorer un peu de tout ou foncer droit vers votre favori. Côté plats chauds, place aux grands classiques réconfortants, façon cantine gastro : tartiflette, lasagnes, escalope milanaise, plat du jour... De quoi reprendre des forces avant de retourner sur les pistes. (F.N.)

At 2,400 metres high, Les Chalets du Thorens turn a simple ski lunch into a delicious alpine experience. Accessible on skis, this food-lover's village brings together seven culinary counters, from pizza and wok to burgers, tacos, crêpes and Belgian waffles. Quality meets variety, with passionate chefs behind every station and prices that stay slope-friendly. Add an XXL self-service buffet of fresh salads and comforting hot dishes, and you have the perfect fuel stop before charging back onto the slopes.

Accès en ski, à pied ou motoneige (sur demande)
+33 (0)4 79 00 02 80
leschaletsduthorens.com
@chaletsduthorens



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. Brochet



© 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

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.



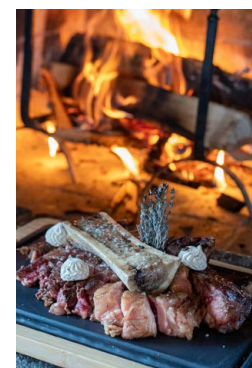
© DK

♥ 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

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

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

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.



© Digital Art Stasia

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 • 📱

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 privatissables.

♥ 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

VAL THORENS

La Maison

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

♥ Les viandes de race Aubrac

✓ Terrasse ensoleillée avec vue sur les sommets

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

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



© Photos Alpert Media

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

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



VAL THORENS

La Cabane

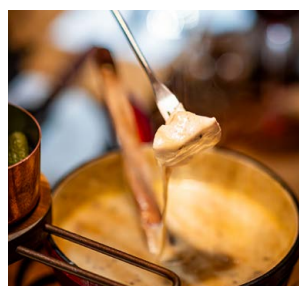
Découvrez dans ce lieu atypique l'excellence de la cuisine savoyarde. Les décors tout en bois et la lumière tamisée vous transportent dans l'intimité d'une cabane perchée sur la montagne. Au menu : des plats raffinés mettant le terroir à l'honneur, chaleur humaine et convivialité. On se sent ici comme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

♥ La boîte chaude truffée

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

Ouvert 7j/7 de 18h à 23h • Rue des Balcons
+33 (0)4 79 00 83 84

la-cabane-valthorens.com



© Photos Alpert Media

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
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 sandwichs 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

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 • lemanoirdubellecombe.com

Le Branzin

COUP DE FOURCHETTE
BOZEL

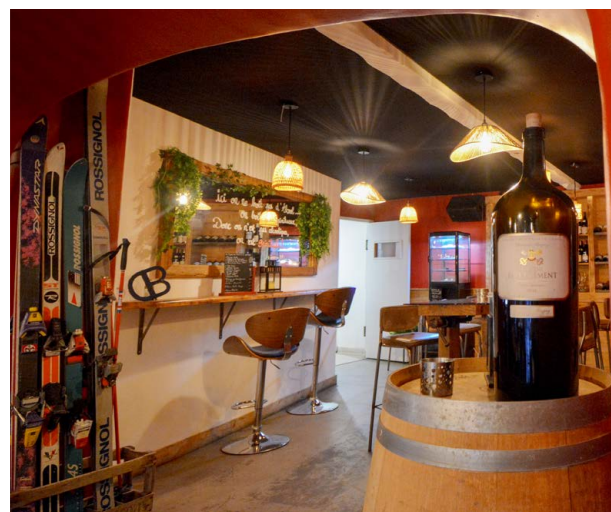
L'envie de se lover au chaud dans un endroit cocoon n'a jamais été aussi vrai. Au bar-restaurant Le Branzin, Clément et Fred nous accueillent comme à la maison, plaçant l'épicurisme et le mot local au sommet : tapas maison, vins méticuleusement sélectionnés... le bon goût se trouve à Bozel.

LE BONHEUR EST DANS LE PRÉ... SENT

Lumières tamisées, couleurs chaudes, musique branchée et une devise qui rappelle que le bonheur n'attend pas. « Vivez heureux aujourd'hui, car demain il sera trop tard », disait le célèbre Corse Tao Bi, repris par Jacques Higelin. Sans compter sur le sourire de Fred et le calme apaisant de Clément, qui nous reçoivent avec chaleur humaine. Voilà presque un an que les nouveaux propriétaires ont donné un nouveau souffle à l'établissement. Ici, les confidences vont bon train : on se sent bien, on peut discuter sur fond musical entraînant sans ressentir le tumulte des conversations trop bruyantes. Et parce qu'on a testé, on vous conseille les cocktails signature, tel le Burlesque et ses notes rafraîchissantes de Chambéryzette pour bien commencer la soirée



Les ribs BBQ



CYRIL, CLÉMENT & FRED




Les légumes rôtis





Hot-diot

TAPAS PARTY

Le Branzin est bien plus qu'un restaurant de partage, c'est aussi un hommage à l'épicurisme. Ici, le chef nous propose des tapas maison au goût subtil et unique. Entre les viandes méticuleusement travaillées comme l'agneau confit, côte de bœuf pour deux, les ribs barbecue ou le hot diot, les petits producteurs et circuits courts sont valorisés. Autant vous dire qu'il y en a pour tous les goûts. Houmous de chou-fleur, planches de charcuteries (du Villard) et fromages et douceurs sucrées, la générosité est au rendez-vous. Clément, fils d'agriculteur et cuisinier de métier, prend toujours le temps de nous conseiller le vin qu'il faut goûter. L'établissement a aussi sa propre bière, La Branzine, brassée avec Les Mousses du Dahu, une IPA légère et fruitée. Et tous les vendredis soir, les concerts live nous attendent. Et pour tous ceux qui souhaitent prolonger la fête pour n'importe quel motif, la privatisation des lieux est possible ! N'oubliez pas, il en faut peu pour être heureux... (C.B.)

 In Bozel, Le Branzin is the perfect cosy retreat after a mountain day. Run by Clément and Fred, this warm bar-restaurant celebrates local flavours and pure epicurean pleasure. House-made tapas, carefully sourced meats, generous sharing boards and smart wine pairings set the tone. Signature cocktails, a light and fruity house IPA and live concerts on Fridays complete the feel-good experience, where time slows down and good taste takes centre stage.

 190 rue Émile-Machet, à Bozel
Du lundi au samedi de 16h à 1h
+33 (0)9 87 70 34 78 • lebranzin.com

 Le Branzin
 lebranzin



La Planche mixte



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.

✓ ENCRE ÉCOLOGIQUE

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 méga-octets 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

FWT
by PeakPerformance

VAL THORENS **PRO**

THE PROVING GROUND



Rider: Victor de La Rue - Photographer: Jeremy Bernard

FREERIDE

WORLD

TOUR

24-29 JANVIER 2026
VAL THORENS, FRANCE

HOME OF FREERIDE

2026 SEASON

PeakPerformance



Val Thorens
LES 3 VALLÉES



Belleville
UNE COMMUNE TRADITIONNELLE

BIO THERM

Alpina
WATCHES

GoPro



MAMMUT

SCOTT

HOVERAIR

DYNASTAR

ROSSIGNOL

HEAD

FACTION

YETI

THERMIC

RECCO



INFOSNEWS, QUAND Y'EN A PLUS... Y'EN A ENCORE

