



les 3 vallées
LE PLUS GRAND DOMAINE SKIABLE DU MONDE
THE WORLD'S LARGEST SKI AREA

COMPLÈTEMENT À
La masse

LE
DÉFI GIVRÉ!

LES MENUIRES [PAGE 2]



**ÉVÈNEMENTS
STATIONS**
LES COULISSES...
DES FABRICANTS
BIEN MANGER

GUIDE GOURMAND
TATOUAGE
LUGE
DÉJANTÉE !

ENGAGEMENTS
CITOYENS
YOGA
AGRICULTURE
EXPOSITIONS

CHAMPIONS
D'ICI
3 VALLÉES
ENDURO
PATINAGE ARTISTIQUE
...



N°395



1^{er} AVRIL... 8 AVRIL



Nouveau Kia Sportage.

Hybride. Hybride Rechargeable. Essence. Diesel.



Kia France 38 39 52 94 RCS Nanterre



Movement that inspires⁽¹⁾

À partir de

277€ TTC / mois⁽²⁾

1^{er} loyer de 3 000 €
LLD 49 mois et 40 000 km

Découvrez le Nouveau Kia Sportage. Nouveau design, nouvelles technologies et nouvelles motorisations Hybride, Hybride Rechargeable, Essence et Diesel. Un modèle d'inspiration.

Delta Savoie

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

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

Consommations du nouveau Kia Sportage : de 5,0 à 6,8 L/100km ; du Nouveau Kia Sportage Hybride de 5,5 à 6,6 L/100km.

⁽¹⁾Garantie 7 ans ou 150 000 km (1^{er} des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les Etats membres de l'UE ainsi qu'en Norvège, Suisse, Islande et Gibraltar sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur. (2) Movement that inspires = du mouvement vient l'inspiration. Mentions légales KIA FINANCE (2) Exemple de Location Longue Durée (LLD) de 49 mois et 40 000 km pour le financement d'un Nouveau Kia Sportage Motion T-GDI 150 ch MHEV (hors options) 1^{er} loyer majoré de 3 000 € suivi de 48 loyers mensuels de 277 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. Modèle présenté : Nouveau Kia Sportage Hybride GT-line Premium 1.6 T-GDI 230ch BVA6 (avec options peinture métallisée et toit noir) 1^{er} loyer majoré de 3 000 € suivi de 48 loyers mensuels de 457 € TTC. Exemple hors assurances et prestations facultatives. Offre réservée aux particuliers, non cumulable, valable du 01/03/2022 au 31/03/2022 chez tous les distributeurs Kia participant. Sous réserve d'acceptation du dossier par Kia Finance, Kia Finance est une marque exploitée par Hyundai Capital France, SAS au capital de 94 545 500 euros 69 avenue de Flandre 59700 Marcq-en-Baroeul SIREN 491 411 542 RCS Lille Métropole. Les marques citées appartiennent à leurs propriétaires respectifs. Voir conditions sur kia.fr



Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo. #SeDéplacerMoinsPolluer

Les informations présentes dans notre magazine sont susceptibles d'être modifiées, en fonction du contexte sanitaire et réglementaire.

METEO

SAMEDI	***	-4°/-6°
DIMANCHE	***	-4°/-7°
LUNDI	***	-2°/-10°
MARDI	***	1°/-8°
MERCREDI	***	5°/-3°
JEUDI	***	6°/-2°
VENDREDI	***	3°/0°

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



OUKISON?

PAUL & RENÉ

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

(hors 1^{ère} de couverture, sommaire et carte jeu)

Envoyez-nous votre réponse à jeu@infosnews.fr, si vous gagnez, vous ferez partie du tirage au sort de fin de saison pour gagner un lot Julbo.

Jeu gratuit sans obligation d'achat. Un gagnant par saison. Le participant doit envoyer un mail à jeu@infosnews.fr en précisant la position exacte de René et de Paul dans le magazine hors première de couverture, sommaire et carte jeu (page, article, publicité...) + nom / prénom / âge / adresse postale / lieu où il a trouvé le magazine / statut: saisonnier, résident à l'année, vacancier. Tirage au sort le 22.04.22. Conformément à la loi «informatique et libertés» du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous pouvez avoir accès et rectifier les informations qui vous concernent en vous adressant à contact@infosnews.fr. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.

LES 3 VALLÉES INFOSNEWS

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

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395.

IMPRESSION Lorraine Graphic

DIRECTEUR DES ÉDITIONS Gaëtan Blanrue

COORDINATION RÉDACTIONNELLE Enimie Reumaux

RÉDACTION Caroline Bernard / Gaëtan Blanrue / Romain Carron

Sabrina Maitre / Enimie Reumaux / Sarah Ritter

Coralie Bertin-Duc (stagiaire) / Caroline Krebs (indépendante)

Céline Leclair (indépendante)

TRADUCTION Katrien Servranckx (indépendante)

GRAPHISME Elisabeth Gayard / Léa Moles

PUBLICITÉ Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre

Romain Carron / Caroline Bernard



SOMMAIRE

LE MUST TO DO !

2 - Complètement à La Masse, le défi givré

NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

6 - Les 3 Vallées Enduro est de retour dimanche!

8 - Les 3 Vallées, l'esprit travel en ligne

10 - Les coulisses du lunettier Julbo

12 - Le saisonnier : Hadrien Rancurel, à Courchevel

13 - L'actu des champions

COURCHEVEL - LA TANIA

15 - Le White Ink Tattoo Show, 3^e salon du tatouage

16 - Avec le Winter Legacy, Pinturault voit haut

17 - Be-cause : l'accessibilité jusqu'au sommet

21 - Les meilleurs patineurs français en gala

BRIDES-LES-BAINS

23 - Le centre nutritionnel, un lieu qui a du poids

MÉRIBEL

24 - On a testé... la balade yoga en forêt

27 - Be-cause : les jeunes hockeyeurs solidaires

31 - Le métier : skiman, avec Yann Perroud

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

32 - Le métier : agriculteur et restaurateur,
à la Ferme de la Choumette

LES MENUIRES

34 - Portfolio : l'œil de Vincent Lottenberg

36 - Le premier championnat du cri de la marmotte

VAL THORENS

37 - On a testé... la luge sur la piste Cosmojet

38 - Retour sur le déjanté Festivaltho

39 - Val Tho, toujours plus eaux!

MOÛTIERS ET ALENTOURS

40 - Person of interest : Yves Paccalet,
au service de la planète

42 - Graine de champion : Kéa Chrétien,
snowboard freeride

43 - Deux nouveaux peintres exposent à Moûtiers

44 - Les coulisses de POMA à Gilly-sur-Isère

45 - Be-cause : Topin consignes, les emballages
écoresponsables

GUIDE GOURMAND

47 - Sélection de bonnes tables

À GRIGNOTER

56 - Le livre : «Après-ski»,
de Johann Pellicot et Sophie Rodriguez



10-31-1404 / PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT / PEFC-FRANCE.ORG
Tous les produits infosnews s'intègrent dans une démarche éco-responsable,
respectueuse de l'environnement.



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

COMPLÈTEMENT À LA MASSE LE DÉFI COMPLÈTEMENT GIVRÉ !

Pour fêter le renouveau du secteur de la Masse, relooké cet hiver, quoi de mieux qu'un nouvel événement déjanté ? Le 16 avril prochain, c'est un défi Complètement à la Masse qui va enflammer le secteur.

UN SLALOM GÉANT... JALONNÉ D'OBSTACLES !

Son côté sauvage et la vue panoramique à couper le souffle depuis le sommet font indéniablement de la Masse l'un des plus beaux secteurs des 3 Vallées. Avec un départ à 2800 mètres d'altitude et une pente cumulant plus de 1000 mètres de dénivelé négatif, le challenge en impose déjà. Du sommet de la télécabine de la Pointe de la Masse jusqu'à son pied, les compétiteurs devront s'élancer dans un parcours de slalom géant qui mettra leurs cuisses à rude épreuve... Mais comme ce serait encore trop facile, les organisateurs ont épicé le tracé avec des obstacles à franchir pour pouvoir continuer: des défis dans le défi, quoi! Si la vitesse est importante pour espérer faire le meilleur chrono, elle ne se suffira pas à elle seule... snake run, waterslide, bosses ou encore biathlon demanderont technique et précision aux concurrents. Il ne faudra donc pas être à la masse et garder la tête froide pour l'emporter, surtout avec plus de 150 virages à enchaîner en ski, snowboard ou télémark pour atteindre l'arrivée. À défaut de miser sur le talent, on peut miser sur le physique pour espérer gagner: les participants sont invités à faire appel à leur imagination, car le meilleur déguisement sera récompensé d'un prix spécial.

UN SPECTACLE CONVIVIAL

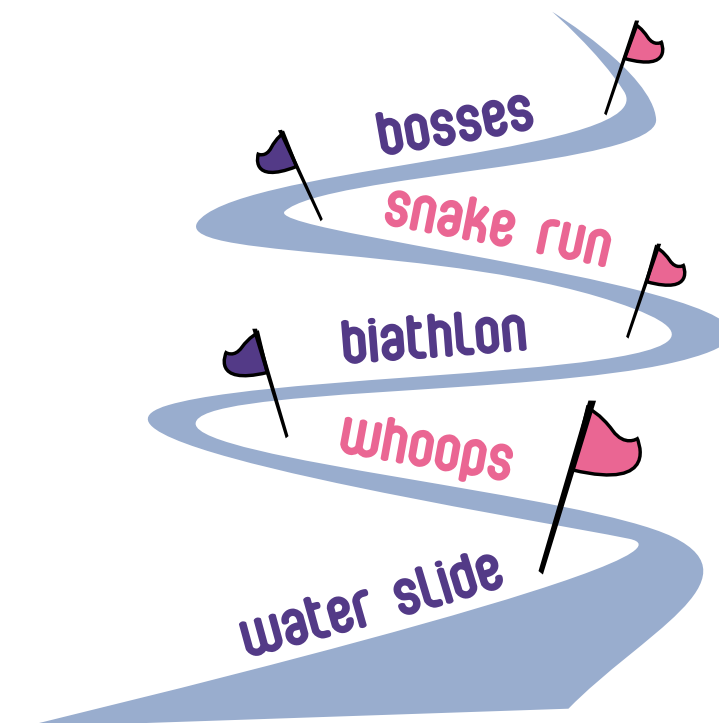
Si le parcours est exigeant et requiert un bon niveau de ski, tout le monde peut venir admirer les concurrents sur le bord de la piste. Et au vu des surprises prévues sur la descente, le spectacle risque de valoir le détour!

Pour soutenir les skieurs, on peut donner de la voix mais aussi se déguiser pour faire déferler une vague de tenues colorées sur le blanc éclatant de la Masse. Après la course, place à la remise des prix: pour célébrer la victoire, rien de mieux que la terrasse panoramique à l'arrivée de la télécabine de la Pointe de la Masse avec vue sur les sommets mythiques des Alpes.

APRÈS L'EFFORT, LE RÉCONFORT

Une fois les prix remis, vient l'heure de profiter! Spectateurs et coureurs pourront se retrouver autour d'un bon repas chaud et d'une buvette, le tout à 2800 mètres d'altitude... Ça a de quoi faire rêver, et la boisson et le repas sont offerts pour les courageux qui ont osé relever le défi Complètement à la Masse. Pour continuer sur la lancée festive de la journée, un concert viendra ambiancer le sommet de la Pointe de la Masse, pour s'échauffer avant l'Arvi Party qui clôturera la journée et la saison 2022 de la plus belle des manières. Dès 22h, direction le centre sportif de la Croisette pour un concert ouvert à tous avec le groupe pop-rock Sortie de Secours: rien de mieux qu'un moment musical et convivial pour se dire au revoir... ou arvi pa, en patois savoyard! (S.R.)

© Vincent Lottenberg



🇬🇧 To celebrate the makeover of the La Masse sector, the ski resort organises a whole new event on April 16 as from 9.30am: Complètement à La Masse. Departing the top of the cable car Pointe de la Masse at an altitude of 2 800 metres, the participants confront one another on a Giant Slalom with more than 150 turns composed of different challenges: snake run, waterslide, moguls and Biathlon. The event is open to all (16 years and older) and all disciplines (ski, snowboard or telemark).

COMPLÈTEMENT À LA MASSE

Le 16/04 à partir de 9h30

À partir de 16 ans,

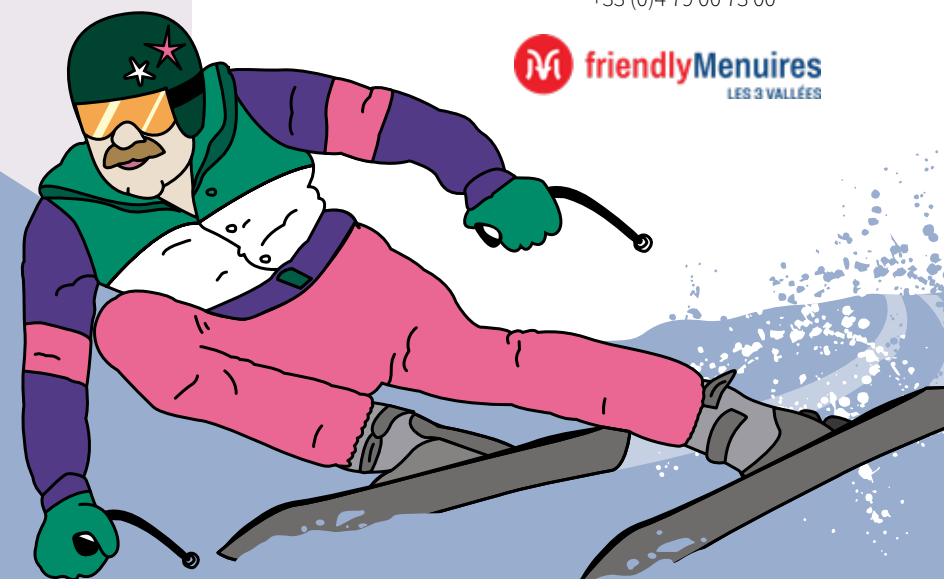
65€/personne (repas, boisson, forfait inclus), 55€/personne sans forfait

Inscription en ligne sur www.lesmenuires.com/fr/complement-masse

+33 (0)4 79 00 73 00



© Vincent Lottenberg



RESTAURANTS SUR LES PISTES

- ① Au Pain d'Antan +33 (0)4 79 08 23 07
- ② La Cabane des Skieurs
- ③ Le Blanchot +33 (0)4 79 00 55 78
- ④ Le Clos Bernard +33 (0)4 79 00 00 07
- ⑤ Côte 2000 +33 (0)4 79 00 55 40
- ⑥ Les Pierres Plates +33 (0)4 79 00 42 38
- ⑦ Le Plan des Mains +33 (0)4 79 07 31 06
- ⑧ Le Corbeleys +33 (0)4 79 08 95 31
- ⑨ La Loy +33 (0)4 79 08 92 72
- ⑩ Le Chalet de la Masse +33 (0)4 79 00 74 04
- ⑪ Peuf Daddy +33 (0)9 81 90 34 96
- ⑫ Les Chalets du Thorens +33 (0)4 79 00 02 80
- ⑬ Le Caribou +33 (0)6 03 45 62 23

PARAPENTE

- 🔥 L'Atelier du Vent +33 (0)6 71 90 21 95

VERSANT ORELLE



les 3 vallées

TRÈS FACILE Very easy	TÉLÉBENNE Open gondola	WC PUBLICS Public toilets	PISTE DE LUGE Sledge run
FACILE Easy	TÉLÉCABINE Gondola	AIRE DE PIQUE-NIQUE Picnic area	ART & MEMORIES POINT
DIFFICILE Difficult	FUNITELE	SALLE DE PIQUE-NIQUE Picnic room	ZONE SKI & FUN Ski & Fun area
TRÈS DIFFICILE Very difficult	TÉLÉPHÉRIQUE Cable car	WI-FI GRATUIT Free Wi-Fi	ZONE SKI & CHALLENGE Ski & Challenge area
TÉLÉSKI / TAPIS Very difficult	SECOURS / INFORMATION First aid / Information Point	ALTI-SURFACE Aerialist	BASCULE 3 VALLÉES 3 Vallées Link
TÉLÉSIÈGE Chairlift	VUE INCONTOURNABLE Panoramic view	TYROLIENNE Zip line	SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES Iconic 3 Vallées Peak
TÉLÉSIÈGE À BULLE Chairlift with bubbles	RESTAURANT D'ALTITUDE Mountain restaurant	PORTIONS PLATES Flat sections	



PEAK EXPERIENCE

Direction le mont Vallon. Sur ce sommet incontournable, on frôle les 3000m d'altitude : panoramas grandioses avec une vue à 180° sur les plus beaux massifs, grand ski sur des pistes rouges aussi techniques que magiques... un pur délice !

🇬🇧 The mountaintop Mont Vallon situated at an altitude of almost 3000 metres offers an amazing 180° panorama on the surrounding mountain massifs, and several technical red slopes to ski back to the ski station.

Méribel-Mottaret, Le mont Vallon

© Méribel Tourisme



BEST-OF PISTES

Pour cette fin de saison, quoi de mieux que de découvrir les trésors cachés du domaine de Méribel ? Rendez-vous sur skipass-meribel.com pour vous concocter un best-of des pistes à arpenter !

🇬🇧 To end the season in beauty, organise your ski outing online on www.skipass-meribel.com and discover the hidden treasures of the ski resort of Méribel.

www.skipass-meribel.com



SPEED MOUNTAIN

Sur 1000m, découvrez les sensations inédites de la piste de luge sur rail : twists, virages serrés et descentes trépidantes sont au rendez-vous ! En famille ou entre amis, venez battre le record de Boukty. Achat tickets : sur place et dans tous les points de ventes des remontées mécaniques.

🇬🇧 Amazing thrills and spills on the 1,000 meters toboggan run on rails: twists, tight bends and crazy drops to spice up your day! Purchase: on site and on all the Skipass offices. From wednesday to saturday, from 3pm to 7pm.

Front de neige des Bruyères
Ouvert tous les jours de 15h à 19h

© T. Loubère



LUGE COSMOJET

Partez en mission à la découverte d'une nouvelle planète avec la piste de luge Cosmojet ! 6 km de rigolades assurées mixées avec des faits scientifiques pour apprendre tout en s'amusant. Nocturnes du mardi au vendredi !

🇬🇧 Go on a mission and discover a new planet with the Cosmojet sledge run! 6 km of guaranteed laughter mixed with scientific facts to learn while having fun. Night sessions from Tuesday to Friday ! Free 5-9 years if sledge shared with an adult.

17,30€ la descente - 25,50€ en soirée
Plus d'informations : ski.valthorens.com
Gratuit de 5 à 9 ans sur la luge des parents



© S. Aymoz



LES 3 VALLÉES ENDURO *Infinite Skiing Experiences*

Après deux ans d'absence, l'évènement phare de la fin de saison fait son grand retour... Les 3 Vallées Enduro va embraser les pistes de tout le domaine le 3 avril prochain. Pas encore inscrit ? C'est le moment de foncer !

DES SPÉCIALES DIVERSES ET VARIÉES

Le cœur du 3 Vallées Enduro, ce sont des épreuves « spéciales », réparties un peu partout sur le domaine skiable. Le but pour les participants : réaliser le plus de spéciales possibles sur toute la journée ! Si les épreuves désormais cultes de la triplette des Belleville (3 tracés parallèles de slalom à effectuer en équipe) aux Menuires, du géant freestyle à Courchevel ou du big air bag à Méribel-Mottaret seront bien sûr au rendez-vous, des nouveautés viendront aussi pimenter le programme de cette 18^e édition. Du côté de Méribel, le pumped slalom promet du spectacle avec un départ en ligne, skis déchaussés, en mode course automobile. À Val Thorens, on réinvente le ski-alpinisme sur une épreuve de sprint... mais sans peau de phoque ! Enfin, petite spéciale bonus du côté de Saint-Martin-de-Belleville : un photocall, où rien qu'un beau sourire suffira à valider l'épreuve !

UN CHALLENGE OUVERT À TOUS

C'est par équipe de 3 que les compétiteurs pourront s'élancer des stations de Courchevel, Méribel, Les Menuires, Val Thorens ou Orelle. Les équipes sont réparties dans les catégories Pro (professionnels du ski, licenciés FIS ou enfants en ski-club), Famille (mini. 1 enfant et 2 personnes de la même famille/équipe) et les Amateurs sportifs. Qu'on vise le podium ou qu'on veuille juste profiter d'une belle journée pour parcourir Les 3 Vallées d'une façon inédite, tout le monde est le bienvenu ! Du côté des épreuves, il y en a aussi pour tous les goûts avec des épreuves de vitesse, de précision et même de style, mais toujours avec le même plaisir de skier. Les équipes qui monteront sur le podium, en fonction des points obtenus sur les spéciales, gagneront des lots inédits et des tirages au sort récompenseront les chanceux.

DE L'EFFORT, MAIS AUSSI DU RÉCONFORT !

Parce que parcourir le plus grand domaine skiable du monde de long en large ça creuse, Les 3 Vallées ont prévu des ravitaillements de compét' pour les athlètes. De 11h à 15h, on pourra reprendre des forces avec un délicieux burger au beaufort ou à la tomme de Savoie ou le traditionnel diots/polenta au ravitaillement principal de Méribel-Mottaret. Pour une ambiance qui sent bon les beaux jours, le barbecue de Val Thorens sera au rendez-vous pour ouvrir la saison des grillades. Dans les deux cas, c'est l'idéal pour faire une pause bien méritée et profiter de l'ambiance festive et conviviale, car c'est aussi ça Les 3 Vallées Enduro ! (S.R.)

🇬🇧 Sunday, April 3, the ski resort welcomes the 18th edition of the event 3 Vallées Enduro! Teams of 3 participate in different challenges (Freeride, Giant Freestyle, Biathlon Experience, Big Air Bag, Boardercross, Triplette des Belleville, Pumped Slalom, Arva Project, Family Schuss, Skiercross and Photocall), in the categories Professionals, Family (1 child minimum) or Amateurs. There is no effort without comfort, so come and savour the local Croziflette or a delicious burger, and a giant barbecue!



© Photos: David André



LES 3 VALLÉES ENDURO

Le 03/04 de 7h30 à 18h

Inscription par équipe de 3

26€/personne, à partir de 7 ans

Tarif J-1 et Jour-J (2 et 3 avril) : 29€/personne

Forfait Journée 3 Vallées au tarif spécial

de 40€ au lieu de 66€

3€/inscription reversés à la Ligue française contre la sclérose en plaques

Inscription en ligne : enduro.les3vallees.com



LES 3 VALLÉES, L'ESPRIT TRAVEL EN LIGNE

Forte d'une toute nouvelle identité, la marque Les 3 Vallées a également retravaillé son site internet pour offrir à ses visiteurs une expérience à la hauteur de cette destination touristique d'exception.

UN DESIGN IMMERSIF

Le design du site a été entièrement revu et offre mieux que jamais un aperçu de ce qui attend les visiteurs des 3 Vallées. Photos et vidéos époustouflantes permettent d'admirer les paysages incroyables, le tout sur fond noir pour que l'immersion soit totale. On se retrouve comme happé en pleine montagne, sur les cimes enneigées et les crêtes vertigineuses des 3 Vallées. Facile à prendre en main et interactif, le site internet regorge de nombreuses informations et idées accessibles à tous. On vous emmène ?

DES EXPÉRIENCES POUR CHAQUE ENVIE

La promesse des 3 Vallées, c'est d'offrir une infinité d'expériences à vivre... Et pour le prouver, nombreuses sont celles répertoriées sur le site internet qui est une véritable mine d'or. Qu'on soit en mode famille, plutôt vacances entre amis ou séjour en amoureux, Les 3 Vallées a toujours quelque chose à offrir. On trouve bien sûr toutes les informations sur les activités comme le ski de fond, le VTT ou le ski freeride mais aussi des activités plus insolites comme le chien de traîneau ou la tyrolienne en duo au-dessus des pistes. Le bien-être a également la part-belle avec les activités spa et détente et la gastronomie aux meilleures tables des 3 Vallées... D'ailleurs, nombreuses sont les suggestions sur les3vallees.com, pour ne pas manquer une miette de ce que ce territoire a à offrir. Que ce soit les meilleures pistes à faire en famille, les 10 panoramas extraordinaires à voir ou les 3 meilleures expériences apaisantes à vivre pour se ressourcer, Les 3 Vallées ont pensé à tout !



À CHAQUE SAISON SON AMBIANCE

Parce qu'il n'y a pas un mois où l'on s'ennuie dans Les 3 Vallées, chaque saison a son lot d'émotions à offrir. Sur le site, on s'y retrouve facilement puisque des propositions d'activités sont disponibles que ce soit pour le printemps, l'été, l'automne ou l'hiver, et une sélection du meilleur de chaque mois est même proposée par l'équipe des 3 Vallées. Le tout toujours accompagné des photos signature des 3 Vallées pour une immersion totale dans cette destination extraordinaire.

UN SÉJOUR SUR-MESURE

Et si on vous concoctait un séjour sur-mesure en fonction de vos envies, de la saison, du nombre de jours où vous restez... Vous en rêviez, Les 3 Vallées l'a fait ! Grâce à des propositions de séjours ciblées, on ne manque pas d'idées pour ses prochaines vacances ou pour une escapade à l'improviste sur un week-end. Toutes les informations pratiques pour se rendre sur place sont aussi en ligne, que ce soit en train, en bus ou en voiture, et on peut aussi d'ores et déjà réserver son forfait 3 Vallées pour les remontées mécaniques. Prochainement le site sera encore amélioré avec une nouvelle fonctionnalité : la possibilité de réserver intégralement son séjour 3 Vallées dans les 7 stations de la destination... Gardez l'œil ouvert ! (S.R.)

© DR



🇬🇧 The brand Les 3 Vallées adjusted its website to meet the expectations of visitors and to offer an unforgettable experience. The design of the website has been modified and offers a better overview of what awaits visitors. Easy and interactive, the website presents outdoor activities such as cross-country skiing, mountain biking or freeride skiing, but also more unusual activities such as dog sledding or zip-lining above the slopes, without forgetting the spa and relaxation activities and the available restaurants.

 les3vallees.com



ON A VISITÉ... *Les coulisses de Julbo*

C'est au cœur du Jura que nous avons rendez-vous aujourd'hui pour une découverte des coulisses des lunettes et masques Julbo. Eh oui, en plus d'être une référence dans le domaine, l'entreprise est française, son siège se trouvant à Longchaumois, un tout petit village proche des pistes de ski nordique et alpin. Le terrain idéal pour des tests de produits grandeur nature !

Née en 1888 dans le berceau de la lunetterie française, Julbo a réussi à combiner développement d'innovations (le verre polarisant, les lunettes connectées...), expertise dans le monde de l'eyewear et caractère familial. Environ 90 personnes travaillent sur ce site pour la recherche-développement, la conception, le design, le marketing et la fabrication des masques et lunettes de demain. En quelques chiffres, Julbo, c'est 1 million de produits vendus par an, distribués dans 90 pays, et 33 millions d'euros de chiffre d'affaires. Début de la visite...

LES BUREAUX DES CHEFS DE PRODUITS

C'est ici que sont développés les nouveaux produits identifiés selon les besoins, les remarques clients et athlètes du team Julbo. Alpinisme, ski freeride, ski nordique, voile, vélo, trail... Tous les sports outdoor sont représentés dans le team. Autant de testeurs impliqués qui font leurs retours sur les prototypes et produits finis.

LES DESIGNERS

Ils accompagnent le projet de A à Z : analyse de la cible, de la concurrence, des tendances... « Notre travail est d'imaginer des formes modernes. En ce moment par exemple la tendance des masques de ski est une forme cylindrique avec un caractère assez fort, cool et équilibré. On pousse le curseur assez

loin en terme de style, explique Clément. Comme on travaille beaucoup avec des athlètes de très haut niveau qui vont avoir un niveau d'exigence important, on va aussi très loin dans la partie technique. On peut tester très vite ce que l'on fait, ce qui permet d'avoir un produit mature rapidement. Un des secrets de la réussite de Julbo, c'est d'avoir des collaborateurs passionnés, pratiquants hard-core du ski, de la rando... On est dedans, on le vit ! »

- **LE CHIFFRE :** il faut de 5 jours à 2 ans pour designer un nouveau produit.

LA CONCEPTION DES MOULES

C'est aussi à Longchaumois que sont conçus tous les moules en métal des lunettes, qui sont ensuite adaptés, entretenus et réparés ici si besoin. Pour faire une lunette, plusieurs moules sont nécessaires : un pour les branches, un pour la face, un pour les coques, un pour les surmoulages...

- **LE CHIFFRE :** jusqu'à 7 moules pour faire une lunette.

LA FABRICATION

Dans un bâtiment dédié sont fabriquées certaines montures, notamment pour de petites quantités, des tests, etc. Le reste de la production est effectuée en Roumanie.



L'ATELIER ET LE CONTRÔLE QUALITÉ

Toute la marchandise passe par l'atelier pour le contrôle qualité. C'est aussi ici que sont assemblées certaines montures comme la Cham et Vermont, les lunettes « glacier » héritage. Pour la découpe des verres, direction un « aquarium ». Tous les verres techniques sont découpés, traités et assemblés à la main ici.

LE LABO RX POUR LE SUR MESURE

Tout beau, tout neuf, le Labo RX permet de fabriquer des verres optiques sur mesure. Les verres sont taillés et traités en fonction de l'ordonnance de l'opticien du client. Une dizaine de machines vont donner progressivement la bonne forme et correction à un palet de verre.

- **LE CHIFFRE :** entre 60 et 80 lunettes sont fabriquées par jour dans ce labo.

LE SERVICE STOCKAGE, EXPÉDITION ET RETOUR

- **LE CHIFFRE :** 1000 colis expédiés par jour, jusqu'à 4000 colis/jour (le record).

C'est du sous-sol que lunettes et masques Julbo sont expédiés dans le monde entier et dans de nombreuses boutiques de Tarentaise. Une belle occasion de faire un achat français ! (C.L.)

🇫🇷 In a small village in the heart of Jura called Longchaumois, is situated the company Julbo, creator of sunglasses and ski goggles. Created in 1888, today about 90 people work on the site : research and development, conception, design, marketing and manufacturing. Each year, the company sells 1 million products distributed in 90 countries! All year round, new products according to the needs, feedback from customers and athletes of the Julbo team are developed.



HADRI Snow qui peut !

Depuis douze hivers, Hadrien Rancurel vit au gré des saisons et des voyages. Véritable globe-trotter passionné d'adrénaline et d'aventures, il nous livre, entre deux paires de skis, son expérience de saisonnier bien rôdé.

Tu fais partie des piliers dans ce monde saisonnier, racontes-nous ton parcours ?

J'ai grandi à Lyon, élevé par deux parents professeurs, et ça a déclenché chez moi un rejet du système scolaire ! Je suis vite parti en apprentissage dans une imprimerie. À 21 ans, une amie de ma cousine cherchait un employé parlant bien anglais (ce qui était mon cas) pour faire la saison en magasin de ski dans le Dévoluy, alors j'ai été pris. J'ai ensuite fait la plupart des saisons d'hiver à Courchevel en tant que skiman puis responsable de magasin, comme ici au Six Senses. J'ai aussi connu Tignes ou les Arcs. Et l'été, j'étais professeur de plongée et de kitesurf en Thaïlande la plupart du temps.

Qu'est-ce qui te plaît dans le rythme saisonnier ?

J'aime pouvoir travailler intensément pendant 5 mois puis pouvoir couper. Et je peux skier, faire de la plongée et du kitesurf sans que ça coûte cher.

Quels sont les atouts d'une station comme Courchevel ?

Ici, la clientèle est aisée, donc on n'a pas besoin d'argumenter pendant des heures pour vendre des articles plus onéreux. Tous les hivers, je retrouve mes potes, et je suis reconnaissant envers mes patrons qui m'ont toujours fait confiance. Je peux aussi pratiquer snow, ski et snowscoot dans un endroit aux possibilités infinies.

Quels conseils donnerais-tu aux nouveaux saisonniers ?

Je leur dirai de boire deux pintes d'eau avant d'aller se coucher lorsqu'ils sortent de boîte de nuit !

As-tu des anecdotes marquantes à nous livrer ?

Lors de ma première saison faite au Snow Shop, ici, on avait rencontré des danseuses du Crazy Horse qui travaillaient alors aux Caves. Elles venaient s'équiper la journée au magasin, et le soir du Nouvel an, elles nous ont fait passer en VIP aux Caves. C'était déroutant de les voir en si petite tenue alors qu'on les voyait habillées tous les jours. Cette année, j'ai aussi été pris dans une avalanche au bas de l'Aiguille du Fruit. On était équipés et on connaît très bien le secteur. Moralité, la montagne est plus forte et reste imprévisible, il faut être prudent ! (C.B.)

Hadrian, 33 years old, manages the ski shop of the hotel Six Senses in Courchevel. For 12 years, he has been working and travelling around the world: as a skiman in winter and as a diving and kitesurf instructor in Thailand in summer. He loves the sustained rhythm of the winter season and the calm mid season to travel around the world. In his free time, Hadrian goes skiing, diving and kitesurfing.

PROFIL

- **Nom :** Rancurel
- **Prénom :** Hadrien
- **Âge :** 33 ans
- **Origine :** Lyon
- **Poste :** Responsable du magasin de ski de l'hôtel Six Senses
- **Station :** Courchevel



LES 3 VALLÉES L'ACTU DES CHAMPIONS

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



SKI ALPIN

CHAMPIONNATS DE FRANCE AURON & ISOLA 2000

COMBINÉ FEMMES AURON 25 MARS

CLARISSE BRÈCHE
Courchevel

2^e



SLALOM GÉANT HOMMES ISOLA 2000 26 MARS

ALEXIS PINTURAUT
Courchevel

2^e



GÉANT PARALLÈLE HOMMES AURON 27 MARS

ALBAN ELEZI
CANNAFERINA
Courchevel

3^e



SLALOM FEMMES AURON 28 MARS

MARIE LAMURE
Courchevel

2^e



SLALOM HOMMES AURON 28 MARS

STEVEN AMIEZ
Courchevel

2^e



SKI SLOPESTYLE

COUPE DU MONDE FEMMES SILVAPLANA (SUISSE) 26 MARS

19^e

LOU BARIN
Val Thorens



SKI FREESTYLE

CHAMPIONNATS DE FRANCE MEGÈVE & LES CONTAMINES

SKI DE BOSSES SINGLE HOMMES MEGÈVE 21 MARS



2^e

SACHA THÉOCHARIS
Méribel

SKI DE BOSSES PARALLÈLE HOMMES MEGÈVE 22 MARS



1^{er}

SACHA THÉOCHARIS
Méribel



3^e

MARTIN SUIRE
Méribel

SKI-CROSS HOMMES LES CONTAMINES 23 MARS



2^e

JEAN-FRED CHAPUIS
Val Thorens



3^e

YOURI DUPLESSIS
KERGOMARD
Méribel



HOCKEY-SUR-GLACE

PLAYOFFS CHAMPIONNAT DE FRANCE D2 1/4 DE FINALE MATCH 2 • 26 MARS

Home
VALENCIENNES

Guest
HCMP

04

02

PLAYOFFS CHAMPIONNAT DE FRANCE D2 1/4 DE FINALE MATCH 3 • 27 MARS

Home
VALENCIENNES

Guest
HCMP

02

04

Prochain match :

1/2 finale match 1 : HCMP - Morzine-Avoriaz
Samedi 2 avril à Méribel
GO BOUK'S GO !

Jean Blanc Sports
Votre spécialiste à Courchevel depuis 1947



Rue Park City - Courchevel 1850 - +33 (0)4 79 08 26 41 - www.jeanblancsports.com

VENTE • LOCATION • BOOTFITTING

COURCHEVEL



CONVENTION DE TATOUAGE L'ART DANS LA PEAU



Du 3 au 5 avril, le White Ink Tattoo Show est de retour au pied des pistes. Amoureux du tatouage ou néophytes avides de découverte, cette 3^e édition réserve son lot de surprises !

Si Courchevel est plus connue pour ses pistes de skis que pour le tatouage, c'est bien au Praz que se tient ce rendez-vous désormais incontournable. Au départ, le but était de créer un événement décalé, loin de ce qui se fait d'habitude dans la station, explique Louis, co-organisateur : « Lorsque l'on a annoncé la première édition, certains croyaient que c'était une blague ! ». Et pourtant, la magie a opéré, puisque la convention rassemble plus de 1500 visiteurs à chaque édition.

Cette année, 44 tatoueurs de la France entière piqueront de leur talent le White Ink Tattoo Show. Les artistes sont sélectionnés avec soin et les styles variés. Pièces réalistes, motifs colorés « old school », lettrage, traditionnel maori ou encore dotting, chacun trouvera le style qui lui correspond pour changer de peau. Pendant les trois jours de convention, les visiteurs pourront admirer les artistes en action mais aussi passer sous l'aiguille : les tatoueurs proposent des prestations flash de leur création. Pour se faire tatouer un projet personnel, mieux vaut contacter le tatoueur de son choix via les réseaux sociaux pour voir ce qui est faisable.

En plus des tatoueurs, d'autres artistes prendront part à la fête : une pierceuse sera présente et des démonstrations sont prévues : pole dance, initiation au scratch sur platines avec un DJ ou encore jonglage et tours de magie animeront le gymnase. Les 3 et 4 avril, le festival joue les prolongations jusqu'à 22h, avant de faire place au dancefloor histoire de terminer la soirée en beauté. (S.R.)

PROGRAMME

- **Samedi 2 avril**, pré-convention au Forum de Courchevel 1850
16h-19h : démonstration de graph et de tatouage en live, DJ set de DJ Groove Sparkz suivi d'une soirée au Bowling
- **Dimanche 3 avril**
10h30-22h, puis DJ set jusqu'à 1h30 avec DJ Groove Sparkz et DJ Gex
- **Lundi 4 avril** : 10h30-22h, puis DJ set jusqu'à 1h30 avec DJ Groove Sparkz et DJ Saligo de Davodka
- **Mardi 5 avril** : 10h30-19h

White Ink Tattoo Show, the first tattoo festival organised at the foot of the slopes saw the light a few years ago and will be back in Courchevel Le Praz from April 3 to April 5. This year, 44 tattoo artists from France will be present to propose you different styles and universes. More than 1,500 visitors are awaited!



WHITE INK TATTOO SHOW

À Courchevel Le Praz, gymnase de l'Envolée
8€/journée, 20€/pass 3 jours
1€/entrée reversé à l'association Montagne propre
Informations et liste des artistes :
f White Ink Tattoo Show





ÉVÈNEMENT *Pinturault voit haut !*

Le 9 avril, Courchevel va s'animer pour un tout nouvel évènement : le Winter Legacy. Imaginé par nul autre qu'Alexis Pinturault, cette course d'un nouveau genre ouverte à tous promet un sacré spectacle.

Pour son premier évènement, l'enfant du pays Alexis Pinturault a décidé de frapper un grand coup en créant un parcours inédit mêlant plusieurs disciplines du ski. Et le challenge a de quoi impressionner : sur la mythique piste rouge de la Combe de la Saulire, 5 épreuves en 1 vont s'enchaîner pendant 3km. Il faudra d'abord venir à bout du mur de bosses, avant de se lancer sur les tracés de géant et de super géant où vitesse et précision seront de mise. Enfin, la course se termine par un skicross (sans sauts) et un waterslide où il faudra glisser sur l'eau pour franchir la ligne d'arrivée. Pour enchaîner tout ça, autant dire qu'il faut en avoir sous la spatule ! D'autant plus que la course s'effectue par vague de 4 skieurs en simultané...

On peut s'élancer en solo ou s'inscrire par équipe de 4. Dans ce cas, les 4 coéquipiers prennent le départ en même temps : idéal pour se tirer la bourre entre potes ! Si le parcours complet est ouvert aux plus de 15 ans, les kids aussi pourront prendre part à la fête : les 9-14 ans s'affronteront sur le bas du parcours. Au bas de la piste, le Village du Winter Legacy sera animé toute la journée avec diverses activités, dont des tests de matériel de ski, mais aussi une possibilité de se restaurer et une remise des prix pour les meilleurs chronos. Une séance dédicace est également organisée avec Alexis Pinturault à 14h. Pour prolonger la fête, rien de mieux qu'un concert (gratuit) sur le front de neige de Courchevel 1850 dans le cadre du Folie Douce Courchevel Festival ! (S.R.)

🇬🇧 On April 9, Courchevel welcomes a whole new convivial event called Winter Legacy, imagined by athlete Alexis Pinturault, with animations and a live concert on the snow front. On the mythical red slope Combe de la Saulire, the participants confront one another on 5 challenges on a circuit of 3 km : Mogul skiing, Giant, Super Giant, Skicross and Waterslide. The competition is open to all, 15 years and older, with a special competition for children between 9 and 14 years old.



WINTER LEGACY

Le 09/04 à partir de 9h30 (juniors)
et 10h45 (adultes équipes)
25€/junior, 65€/adulte solo, 60€/coéquipier
(équipes de 4), forfait compris
Accès via télécabines Verdone puis Vizelle
Infos et billetterie sur winterlegacy.com

© Photos: David Andrieu / Courchevel Tourisme

L'accessibilité, jusqu'au sommet !

Samedi 26 mars, le Western Ski Park de Courchevel Moriond a accueilli la première édition de la journée Ski pour Tous, où des personnes de tous horizons se sont retrouvées pour échanger autour de l'accessibilité des sports de montagne pour les personnes en situation de handicap.

À l'origine de cette belle initiative, il y a Léa, alias Perle de Lune, cheffe du camp du Western Ski Park. « Cela me tient à cœur de pouvoir accueillir tout le monde dans mon tipi, et je me suis vite rendu compte des améliorations nécessaires pour favoriser l'accès aux personnes handicapées, et de l'absence d'information centralisée », explique-t-elle. Dans la culture amérindienne, le handicap est vu comme un plus : quoi de mieux que le tipi de Perle de Lune pour rassembler autour des thématiques montagne et handicap ?

Dans ce cadre exceptionnel, nous avons retrouvé des moniteurs handiski, des personnes en situation de handicap et leurs accompagnants et des personnes curieuses d'échanger. Au programme, des tests de ski-fauteuils : Tristan et Elizabeth nous ont proposé d'essayer, et on a été bluffés. Guidé par le pilote, on accompagne le fauteuil pour prendre de l'angle dans les virages : à ras du sol, les sensations sont bien présentes ! Autour du barbecue, la discussion était de mise avec les membres de l'association Autour d'eux, créée par des familles et amis de personnes polyhandicapées afin d'organiser des projets (comme des séjours au ski) pour eux. À travers les histoires de Greg, Antoine, Jérémie, Jackie ou encore Solan, nous avons pu nous rendre compte de tout ce qui pourrait faciliter l'accès aux stations : même s'il y a eu des progrès, on peut faire encore mieux !

Pour faire avancer les choses, Léa centralise les informations utiles (logement, transport, location de matériel adapté...) aux personnes handicapées lors d'un séjour dans Les 3 Vallées pour créer un document ressource, et à terme une association pour favoriser l'accès de la montagne à tous. N'hésitez pas à vous manifester et à venir participer à l'édition 2023. (S.R.)

🇬🇧 The Western Ski Park of Courchevel Moriond hosted the first edition of the Ski pour Tous day, the occasion to discuss the accessibility of mountain sports for people with disabilities, in the presence of handiski ski instructors, people with disabilities and their companions, and interested people. All useful information (accommodation, transport, adapted equipment...) will be centralised in one document.

Pour plus d'infos, contacter Léa
(Perle de Lune) au Western Ski Park
+33 (0)7 81 06 13 01
gardiensdelaterre@free.fr



KORALP

SPACE FITTERS

SOLUTIONS DE STOCKAGE ET SÈCHAGE SUR MESURE



K-STOKDRY-A - La référence SÈCHE-CHAUSSURES MURAL



ESPACE OPTIMISÉ

Le K-STOKDRY-A concentre un maximum de technologies dans un minimum d'espace : temporisateur et système de pilotage électronique, modularité à souhait (chaussures, gants, casques), encombrement minimum et robustesse à toute épreuve.

Les nombreux modèles compacts de tailles différentes vous permettent de choisir l'équipement le mieux adapté à l'espace dont vous disposez avec un stockage optimisé.

FACILE À UTILISER ET À ENTREtenir

- Ventilation en partie haute pour sécuriser les pièces électriques et optimiser l'espace de séchage.
- Système de fixation murale intégré.
- Possibilité de changer les tubes de séchage des bottes par des supports de gants / casque.
- Système de ventilation à air chaud pour garantir un séchage rapide des éléments.



15 ans d'expertise



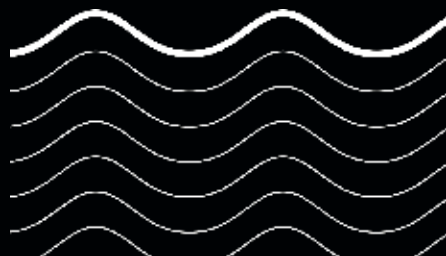
Solutions sur mesure



Produits français
Production 100% régionale



Plus d'informations & vente en ligne :
www.koralp.com



KORALP

COURCHEVEL

KORALP

DES ÉQUIPEMENTS SUR MESURE

À bâtiment d'exception, prestataire de champion ! Koralp, spécialiste français du mobilier de stockage/séchage d'équipements sportifs, installé en Rhône-Alpes, a mis tout son savoir-faire en pratique pour équiper le nouveau bâtiment du club des sports de Courchevel, l'Ineos club house.



DES VESTIAIRES ULTRA-ÉQUIPÉS

À chaque utilisateur son vestiaire sur-mesure. Au club des sports, chaque enfant ou coach dispose d'un casier personnel avec sèche-gants et sèche-chaussures intégrés, porte-casque, masque, coffre à sac... À l'étage, au restaurant de l'Ineos club house, le client a lui aussi accès à des sèche-chaussures de ski, sèche-gants, porte-casque, soufflerie séchante pour sa veste... Un service très appréciable et une solution optimale de confort, de praticité et de performance.

DES ESPACES DE STOCKAGE OPTIMISÉS

Dans l'espace ski du club, Koralp apporte son expertise pour le stockage des centaines de skis propres à chaque discipline : ski de saut, de géant, de slalom... Des porte-skis sont aussi adaptés pour les clients de l'Ineos club house.



DES VESTIAIRES INTÉGRÉS

Que ce soit dans l'espace coaches ou l'espace partenaires ultra premium de l'Ineos club house, les vestiaires sont parfaitement intégrés dans les murs. Les meubles, presque invisibles, sont équipés d'un système d'ouverture en push (sans poignée), et d'un revêtement en cuir feutré pour la partie VIP.

Autant de prestations adaptées à tous les degrés d'exigence, montrant une nouvelle belle prestation de Koralp dans l'univers du raffinement et de la performance.



🇫🇷 Koralp, a French company based in Rhône-Alpes and specialised in storage and drying of sports equipment, equipped the new building of the sports club of Courchevel called Ineos Club House. Each member and coach has its own locker with integrated gloves and shoe-dryer. Clients have also access to a shoe-dryer on the first floor of the Ineos Club House.


KORALP
www.koralp.com



Imaginer ensemble la montagne de demain.

La **Communauté Montagne** Caisse d'Épargne Rhône Alpes rassemble une cinquantaine d'experts au service de l'écosystème de la montagne. Présente sur le territoire alpin, elle répond aux particularités et enjeux des acteurs économiques locaux, quel que soit le secteur d'activité et la taille de l'entreprise.

COMMUNAUTÉ
MONTAGNE



**CAISSE
D'ÉPARGNE**
Rhône Alpes
Vous être utile.

Communication à caractère publicitaire.

Caisse d'Épargne et de Prévoyance de Rhône Alpes - Banque coopérative régie par les articles L512-85 et suivants du Code monétaire et financier - Société anonyme à directoire et conseil d'orientation et de surveillance - Capital de 1 150 000 000 euros - 116 Cours Lafayette BP 3276 69404 Lyon Cedex 03 - 384 006 029 RCS Lyon



© Photos: Courchevel Tourisme

COURCHEVEL

LES TÉNORS DU PATIN

Non non, ce n'est pas une blague... Le 1^{er} avril, la patinoire du Forum accueillera des invités de marque, puisque l'équipe de France de patinage artistique donnera un gala exceptionnel.

À l'occasion d'une tournée nationale, la crème de la crème du patinage français fait escale à Courchevel pour mettre des étoiles dans les yeux aux spectateurs de la patinoire. En tête de lice, bien sûr, les médaillés d'or olympique Gabriella Papadakis et Guillaume Cizeron. Des visages familiers et pas moins prestigieux seront également sur la glace: Philippe Candeloro et Brian Joubert sortiront les patins. Une occasion rare de voir des athlètes multi-médaillés en pleine action, mais aussi d'échanger avec eux lors de la séance dédicace prévue après le gala. (S.R.)

🇫🇷 On April 1 at 7pm, the ice rink of Courchevel 1850 welcomes the French figure skating team of which Olympic gold medalists Gabriella Papadakis and Guillaume Cizeron, but also Philippe Candeloro and Brian Joubert, for an exceptional figure skating gala.



GALA DE PATINAGE ARTISTIQUE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE

Vendredi 01/04 à 19h
Patinoire du Forum, Courchevel 1850
Placement libre: 30€/adulte, 25€/enfant
(billetterie sur francepatinoire.fr/billetterie)
Place numérotée: 40€/pers., place en loge 70€/pers.:
uniquement en vente à la patinoire
+33 (0)4 79 08 19 50



**DU LUNDI AU VENDREDI
DE 16H À 19H**

Animations et exposition LEGO®

LEGO® animations and exhibition

Gratuit

Renseignements au +33 (0)4 79 08 00 29

www.histoireenbriques.com

Courchevel 1850

Salle de la Croisette

LUNDI 04/04 À 20H

Tournoi de poker

Poker tournament

Tournoi amical:

lots à gagner pour les finalistes

+33 (0)4 79 08 00 29

Courchevel Le Praz

MARDI 05/04 DE 16H À 17H30

Tire à l'érable

Sucettes au sirop d'érable

Maple syrup lollipops tasting

Gratuit

Boissons chaudes offertes

Courchevel Village

MERCREDI 06/04 DE 16H À 17H30

Chamallow Haribo Party

Chamallow Haribo Party

Gratuit

Boissons chaudes offertes

+33 (0)4 79 08 00 29

Courchevel Moriond

Place du Bachal

JEUDI 07/04 DE 9H À 11H

L'Art au sommet à Courchevel

Visite guidée

Art at the top in Courchevel

Guided tour

Gratuit

Offert par la commune de Courchevel

Inscription au +33 (0)4 79 08 00 29

Courchevel 1850

OFFICE DU TOURISME

+33 (0)4 79 08 00 29



Casino #Bio

**BRIDES-LES-BAINS
LES 3 VALLÉES**

**37 rue Aristide Briand
(près du Tabac PMU)**

**☎ 04 79 55 68 97
f CasinoBio.Brides**



© Photos: Gilles Lansard - Tony Noel - C. Stramba-Badiali

BRIDES-LES-BAINS

Un centre qui a du poids

« Chaque histoire de surcharge pondérale est unique. Chaque personne recèle en elle, le moteur et les solutions de changement. » Basant son expertise sur l'humain et la personnalisation, le centre nutritionnel de Brides-les-Bains accompagne ses patients dans la mise en place d'un mode de vie différent. Rencontre avec sa responsable, Nathalie Negro.

Quel est le rôle du centre nutritionnel ?

Nous sommes présents auprès des curistes pour les aider à développer leurs connaissances en matière de nutrition et de comportement alimentaire grâce à la mise en place de nombreuses activités comme les conférences, les ateliers, les entretiens nutritionnels personnalisés... L'idée, c'est que chacun reparte avec des outils adaptés à sa personnalité, pour adopter les bonnes attitudes une fois la cure terminée et réussir à atteindre ses objectifs sur la durée.

Quelles sont les grandes causes de la prise de poids ?

L'obésité est une pathologie multifactorielle avec une forte prédisposition génétique, dont l'expression est modulée par de nombreux facteurs : l'épigénétique (changements dans l'activité des gènes), le mode de vie, la grossesse, le tabagisme, la qualité du microbiote intestinal, le manque de sommeil, notre régime occidental (trop gras et trop sucré), la taille des portions et la qualité de ce que l'on mange, le snacking, la sédentarité, l'inactivité physique, le stress, les polluants et perturbateurs endocriniens, la ménopause, la prise de certains médicaments... Chaque dérèglement, chaque prise de poids a des causes profondes uniques et nécessite un suivi très personnalisé. C'est ce que nous mettons en place avec chaque curiste pour que, une fois de retour chez eux, ils aient les bons outils, les bons réflexes, les bonnes attitudes pour retrouver un mieux-être sur la durée.

Quels conseils peux-tu donner ?

L'important est de se poser les bonnes questions : pourquoi est-ce que j'ai pris du poids ? Ensuite il faut se donner du temps, et des petits objectifs atteignables en fonction des problématiques identifiées, que ce soit sur la gestion des émotions, du sommeil, de l'alimentation... sans se donner d'objectif de poids à atteindre. L'idée est de créer de nouvelles habitudes et de les faire accepter comme telles par notre cerveau et pour ça, il faut du temps. La surcharge pondérale est une maladie chronique qui évolue inexorablement et pas dans le bon sens, donc chaque démarche entreprise est bonne. (S.M.)

Mountain village at the foot of Les 3 Vallées, Brides-les-Bains is also the first thermal station in France specialized in weight loss and welcomes around 12 000 spa clients per year. The professionals help each spa client individually by developing their knowledge of nutrition and eating behaviour through numerous activities such as conferences, workshops, personalized nutritional interviews, spa treatments,...


**CENTRE NUTRITIONNEL
DE BRIDES-LES-BAINS**

+33 (0)4 79 55 23 44
www.thermes-brideslesbains.fr



DIMANCHE 03/04 DE 14H À 18H

**Atelier parfum des couleurs
avec Christine Ancel**

Color perfume workshop with Christine Ancel

Tarif: 45€

Renseignements au +33 (0)4 79 55 20 64

MERCREDI 06/04 DE 14H30 À 17H30

**Atelier d'écriture
Textes courts-poésie avec Sylvie Vincent**

Writing workshop

Short texts-poetry with Sylvie Vincent

Tarif: 24€

Renseignements au +33 (0)4 79 55 20 64

JEUDI 07/04 DE 17H À 18H30

Concert live: Flo Live Music

Live music: Flo Live Music

Offert - RDV au kiosque du parc thermal

OFFICE DU TOURISME
+33 (0)4 79 55 20 64



MÉRIBEL

LE YOGA EN FORÊT

une idée de Zenie !

Alors que la quinzaine Zen Altitude bat son plein à Méribel, on a testé l'une de ses activités aux côtés de Marcela Bemposta. Au milieu de la forêt de l'Altiport, on a vécu une balade mêlant yoga et oxygénation intitulée « Pour vibrer à l'unisson ». Un véritable retour aux sources et à l'essentiel à la portée de tous.

L'APPEL DE LA FORÊT

Il est 14h et Marcela arrive. Sa voix aux sonorités rondes et latines nous accueille avec beaucoup de bienveillance. Cette Argentine d'origine nous éclaire déjà de son savoir. « Il y a énormément de sortes de yoga et c'est très vaste entre les asanas (yoga des postures et des mouvements) et les pranayamas (maîtrise du souffle et exercices respiratoires). Aujourd'hui on va aborder les deux. » Nous entrons dans la forêt d'épicéas et la sérénité nous cueille déjà. Les rayons du soleil jouent avec les branches apportant une luminosité nouvelle et positive. Elle nous explique que le but du yoga, selon Patanjali, pratique à la base indienne, « c'est de mettre de l'ordre dans la tête et d'arriver à vivre l'instant présent pour calmer notre esprit ». Nous vivons plus qu'une activité, une réelle thérapie.

MERCI MAÎTRE YOGA...

Le premier exercice a pour but de calmer notre mental grâce à l'écoute du souffle. Au bout de quelques minutes, nous constatons que ça fonctionne. Nous reprenons notre marche et le deuxième arrêt nous emmène pour un « voyage vers la conscience qui doit circuler dans tout notre corps » avec d'autres exercices précis de respiration. Marcela affirme que « là où la conscience va, l'énergie va ». Durant le troisième arrêt, les gestes se mêlent à la respiration. Le but est « d'apprendre à être passif et à l'écoute », selon la philosophie de Rudolf Steiner. Par la suite, elle nous parle des « Indryas », art qui développe les sens subtils à l'intérieur de nous. La pratique permet de marquer une pause dans notre quotidien tourbillonnant. Au détour d'une clairière, nous pratiquons des étirements pour harmoniser souffle et mouvements avant de nous initier aux exercices de lâcher-prise. La séance se termine en beauté avec les « Kriyas », exercices d'oxygénation combinés à ceux d'équilibre. On a envie que le temps reste suspendu. Nous ressortons transformés, merci maître yoga ! (C.B.)



Semaine Zen Altitude

01 ▶ 08
AVRIL

On se retrouve à Méribel pour vivre la deuxième semaine Zen Altitude jusqu'au 8 avril.

Il y en aura pour tous les goûts : pilates, balades et yoga, massages, méditation guidée, vente et exposition artisanat... N'oubliez pas de vous inscrire car la sérénité n'attend pas ! (C.B.)

🇬🇧 We meet in Méribel from April 3 to April 8 for the second week of Zen Altitude with something for everyone : pilates, yoga, walks, massages, meditation,...



ZEN-ALTITUDE

Retrouvez le programme sur
www.meribel.net
+33 (0)4 79 08 60 01

brasserie

Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner



Bar à vin - Apéritifs à Partager



LIVE MUSIC

le
80
brasserie

88 rue des Jeux Olympiques
73550 Méribel
☎ +33 (0)4 79 41 69 79
✉ resa@brasserie80.com

🇬🇧 We tried out a yoga session in the middle of the Altiport forest accompanied by Marcela Bemposta on the occasion of the Zen Altitude week in Méribel. Marcela explained the goal of yoga and the different practices. While walking through the forest, she proposed different breathing and relaxation exercises. The session ended in style with Kriyas, oxygenation exercises combined with balance.



BALADE « POUR VIBRER À L'UNISSON »

- Gratuite dans le cadre de Zen Altitude, le 07/04 de 10h30 à 12h
- Tout l'hiver, le mardi de 10h à 12h et le vendredi et samedi de 14h30 à 16h30 (25€)

À retrouver également
Les conférences « conscience et estime de soi » et les séances « plus près du ciel plus près du cœur »
+33 (0)6 03 00 45 49
www.yoga-meribel-courchevel.com



Le Restaurant étoilé de Méribel

Restaurant l'Ekrin
124 rue des Jeux Olympiques
73550 Les Allues



04.79.41.69.35
ekrin@lekaila.com

Collection
Hiver 2021-2022
EDIFIM
MONTAGNE

MÉRIBEL · COURCHEVEL
TIGNES · VAL D'ISÈRE
ALPE D'HUEZ
LE GRAND-BORNAND
MEGÈVE

+33 (0)4 50 33 56 63 | edifim.fr | f in



MÉRIBEL

SOLIDAR'HOCKEY

Le sport est un langage universel et porte des valeurs d'entraide et de solidarité. C'est donc naturellement que le Hockey Club Courchevel Méribel Pralognan a répondu à l'appel lancé par la Fédération ukrainienne de hockey pour venir en aide à ses jeunes hockeyeurs.

Depuis plusieurs semaines, l'Ukraine fait face à une crise humanitaire sans précédent qui touche toute la population. Devant l'urgence de la situation, la Fédération ukrainienne de hockey-sur-glace a fait appel à son homologue français. « Les équipes jeunes des deux fédérations se rencontrent régulièrement, que ce soit en Ukraine ou en France, donc c'était naturel pour nous de leur venir en aide », explique Chris Vallat, responsable partenariats du HCMP et coordinateur des actions de solidarité mises en place par le club.

C'est par la voix du Hockey Club Savoie, groupement des clubs du HCMP, d'Albertville et de Chambéry, que le hockey savoyard a répondu présent. Ainsi, une collecte de biens de première nécessité a été organisée à la mairie de Courchevel, puis les biens ont été acheminés grâce à un camion prêté par les magasins Bernard Orcel jusqu'à Chamonix, où les dons ont été centralisés avec ceux recueillis par le club des Pionniers. Un bus est ensuite parti direction la frontière ukrainienne, avec pour objectif non seulement de livrer les dons mais aussi d'accueillir des familles de jeunes hockeyeurs ukrainiens, obligés de quitter leur pays à cause de la guerre. Et ce sont principalement des femmes et leurs enfants entre 6 et 15 ans qui ont pu trouver des familles d'accueil en Haute-Savoie. Le but : les aider à surmonter cette épreuve, et intégrer les jeunes grâce à la pratique du hockey-sur-glace qu'ils pourront continuer dans les clubs savoyards et haut-savoyards.

Mais au HCMP, on ne veut pas s'arrêter là : un projet est déjà en discussion pour organiser un nouveau convoi et accueillir des familles en Tarentaise, toujours avec le hockey-sur-glace comme fil rouge. « C'est important d'accompagner ces familles qui vivent des choses terribles. Le hockey est un socle d'intégration pour les enfants et je pense que c'est aussi bénéfique pour les jeunes de nos vallées, pour prendre conscience de ce qui se passe dans le monde », conclut Chris Vallat. (S.R.)

Sharing values of mutual aid and solidarity, the Hockey Club Méribel Courchevel Pralognan responded to the appeal launched by the Ukrainian Hockey Federation to help its young hockey players: donations were collected and sent to Ukraine and several families (mainly women and their children between 6 and 15 years old) have found a host family in Haute-Savoie. The next project is to welcome families in Tarentaise.

Les Bouquetins HCMP

EN
+
MARDI 05/04 DE 17H30 À 20H30
**Traditionnelle fête du four
Pour soutenir l'Ukraine**
Traditional Oven Festival - to support Ukraine

 Accès libre - Renseignements au +33 (0)4 79 08 60 01
Méribel Les Allues

MARDI 05/04 DE 19H À 23H30
**Soirée féérique - balade en sous-bois,
live musique, surprises culinaires...**
*Magical evening - walk in the undergrowth,
live music, culinary surprises...*

Renseignements au +33 (0)4 79 00 00 07

Méribel - Altiport - Restaurant Le Clos Bernard

MERCREDI 06/04 DE 8H10 À 9H
**First Track de la Saulire : petit déjeuner
et première trace du matin**
*First Track of the Saulire: breakfast and first track
in the morning*

 Tarif unique : 45€ avec forfait de ski
en cours de validité

 Réservation restaurant Les Pierres Plates
au +33 (0)4 79 00 42 38

Départ de la télécabine Pas du Lac

MERCREDI 06/04 DE 19H À 23H
Live musique avec Hook
Live music with Hook

 Entrée libre - Renseignements au +33 (0)4 79 41 69 79
Méribel Centre - Bar le 80

JEUDI 07/04 DE 22H À 2H
Concert de Julien au Rambler
Julien's concert at the Rambler

 Entrée libre - Renseignements au +33 (0)4 79 04 06 10
Méribel Mottaret - Bar le Rambler

OFFICE DU TOURISME

+33 (0)4 79 08 60 01

Du 21 avril au 9 mai 2022

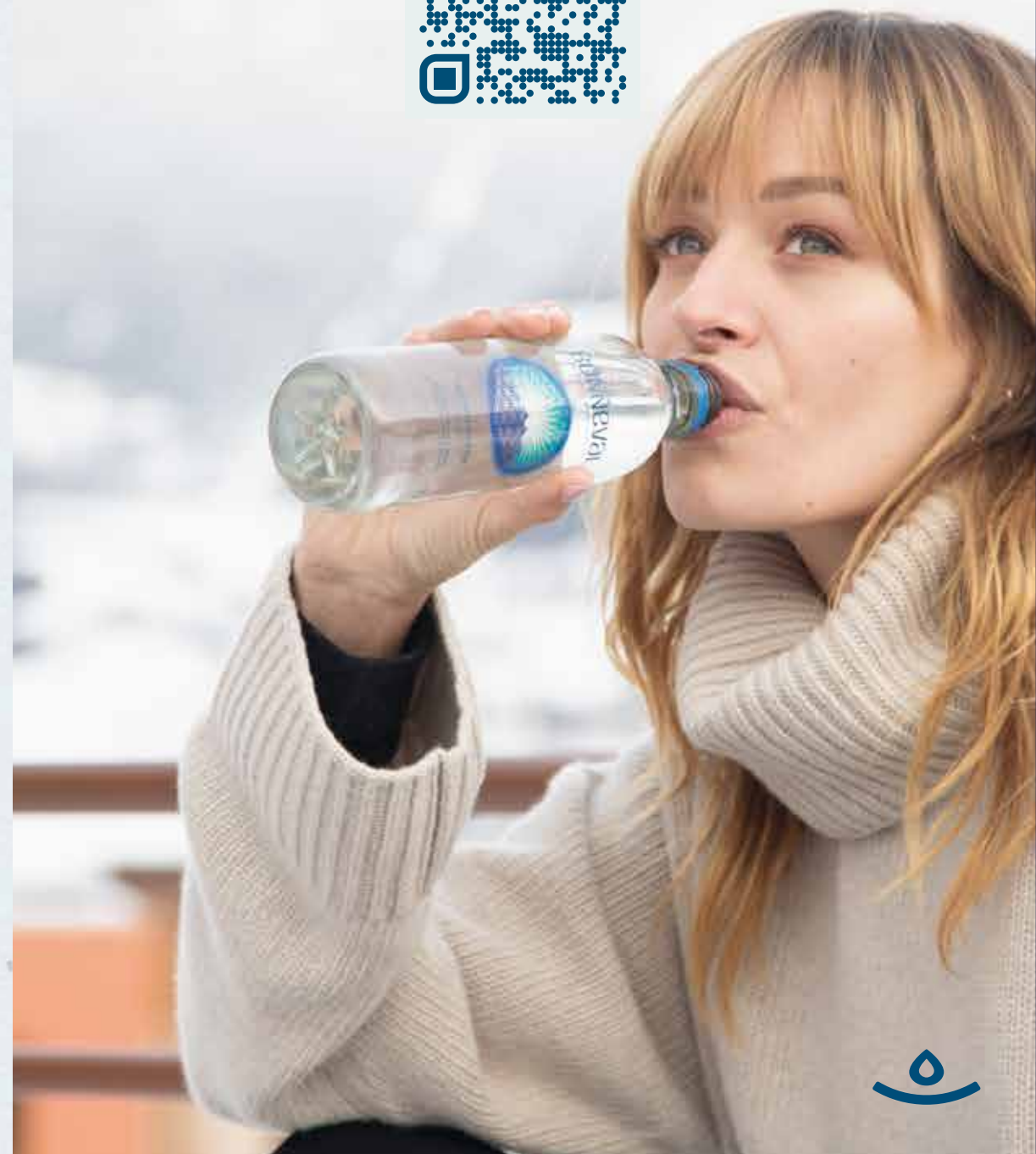
Devenez ambassadeur

BONNEVAL®
EAU MINÉRALE NATURELLE DE SAVOIE



et recevez
gratuitement
notre eau
millénaire

RDV sur
ambassadeurs.bonnevalwaters.com



club des sports
MÉRIBEL
LES 3 VALLÉES

MÉRIBEL
CŒUR DES 3 VALLÉES

ÉTÉ
SUMMER
2022

les 3 vallées

INFINITE
MOUNTAIN
EXPERIENCES

LE DÉFI DE L'LYMPH

10 AVRIL 2022

BRIDES LES BAINS

MÉRIBEL LES ALLUES

TENTEZ DE RÉALISER
LE + GRAND NOMBRE
D'ASCENSIONS
EN 6^H NON STOP!

EN SOLO
OU EN DUO
ENTRE 10^H ET 16^H
MONTÉE SÈCHE À 14^H

COMBIEN DE FOIS SEREZ
VOUS CAPABLE DE
VAINCRE LA MONTÉE ?

WWW.CLUB-DES-SPORTS-MERIBEL.FR

RENCONTRE

MÉTIER

SKIMAN

AVEC YANN PERROUD

Qu'est-ce que t'en planche ?

Avec 15 hivers au compteur dans les magasins Sport Boutique de Méribel, on peut dire que le matériel de ski n'a plus de secret pour Yann... Ce skiman et éternel optimiste nous raconte son métier avec passion.

Pourquoi es-tu devenu skiman ?

Un été où je faisais les vendanges, j'ai rencontré Florian qui est responsable vente chez Sport Boutique. Il m'a parlé du job de skiman en saison, et en grand passionné de glisse et de grand air, j'ai trouvé que ça avait l'air génial. Je lui ai laissé mon CV et il m'a embauché. Sport Boutique est une entreprise familiale : je me suis senti intégré à une famille, c'est pour ça que je suis resté au fil des années. Aujourd'hui, je suis responsable du Skiset L'Hévana.

Ton métier a-t-il changé ?

Il y a eu beaucoup d'évolutions, notamment grâce aux machines. Avant, on faisait tout à la main, à la ponceuse... Maintenant, les machines offrent une régularité et une précision qui sont un vrai plus pour l'entretien des skis.

Qu'est-ce que tu aimes dans ce métier ?

Lorsque j'ai débuté, un de mes collègues, Jean-Luc, était un bricoleur passionné qui pouvait réparer n'importe quel ski, même des antiquités ! Il m'a transmis son savoir, et grâce à lui j'ai beaucoup appris. Aujourd'hui, c'est à mon tour de transmettre ça aux jeunes, c'est quelque chose que j'aime beaucoup. Que ce soit avec les collègues ou les clients, le contact humain est très important pour moi. Je suis toujours de bonne humeur, pour moi, le plus attire le plus : la bonne ambiance, c'est communicatif !

Un conseil pour ceux qui ont envie d'être skiman ?

Déjà, écouter et regarder travailler les collègues expérimentés pour apprendre. La formation donne une base, mais souvent on n'apprend à travailler que sur les nouveaux skis. Pendant la saison, on répète beaucoup les mêmes choses, ça peut être un peu fatigant parfois, mais il faut toujours se mettre à la place des clients. Comme disait Coluche, « tu peux pas en vouloir à la cinquantième personne à te taper dans le dos, puisque pour lui c'est la première fois ». (S.R.)

As a skiman, Yann has been working 15 winter seasons for the shops Sport Boutique in Méribel. Today, he is the responsible of the ski shop Skiset L'Hévana. The job evolved over the years in particular thanks to machines. Before, everything was done by hand, now the machines offer regularity and precision. The contact with colleagues and clients is very important to Yann. He is always in a good mood, and his smile is contagious !



MÉRIBEL

31

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



Restaurateurs et agriculteurs

C'EST FERME ET DÉFINITIF !

Il y a Benji, il y a Daniel et il y a Humberto. Trois frères de la vallée qui, en 2006, ont créé un concept unique en son genre : une exploitation agricole avec en son sein, un restaurant. Rencontre avec le trio, découverte de la ferme de la Choumette et de ses habitants.

Racontez-nous comment est née votre idée.

L'exploitation familiale devenant trop petite pour nous tous, nous avons eu envie de créer une entreprise qui nous ressemble, alliant le métier d'agriculteur qui fait partie de notre ADN, tout en surfant sur la chance que nous avons de pouvoir vivre du tourisme. Ainsi, en 2006 nous avons créé le bâtiment, et ouvert le restaurant en 2007.

Quelles fonctions chacun d'entre vous occupe-t-il ?

On fait tout ! C'est l'avantage de travailler en famille et pour soi, on ne compte pas nos heures. Dans les grandes lignes, moi, Benjamin, je gère la partie restauration et comptabilité, Daniel s'occupe de la ferme, et Humberto de la ferme et de la comptabilité également. Et en parallèle, nous avons tous un travail à plein temps : je suis pisteur-secouriste à Val Thorens, Daniel travaille aux remontées mécaniques de Saint-Martin, et Humberto est dameur aux Menuires. En fait, on ne s'arrête jamais !

Parlez-nous de la ferme...

En hiver, nous avons environ 80 bêtes entre les vaches, les agneaux, les poules, les oies, les lapins... Et d'ici la fin de saison, on en aura 20% de plus, car celles qui sont en hiverne, c'est-à-dire gardées en pension dans d'autres étables, reviennent au printemps pour mettre bas. On a alors la production de lait. On peut avoir 10 naissances par semaine, ce qui fait qu'on peut avoir facilement jusqu'à 120 bêtes.



Que proposez-vous au restaurant ?

Une bonne partie des produits que nous servons proviennent de la ferme : le veau, l'agneau, le bœuf que nous faisons griller devant les clients à l'intérieur du restaurant. Une partie du lait, la tomme, la meule de Savoie et le beaufort nous servent à élaborer tous les plats à base de fromage.

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

Le concept en lui-même, un restaurant avec vue sur les bêtes et sur la fabrication du fromage, ce n'est pas commun. On crée une relation particulière avec les clients, car ils sont curieux et posent des questions. On a aussi la vente de produits en direct et un service de navette dans toute la vallée.

Que faites-vous en été ?

On entretient l'exploitation agricole, les bâtiments... On a jusqu'à 150 bêtes à gérer, la fabrication du fromage et la vente de lait à la coopérative laitière ! (S.M.)

🇬🇧 The brothers Benji, Daniel and Humberto expanded their farm La Ferme de la Choumette in 2006 and opened the adjoining restaurant in 2007. The farm counts up to 150 animals (cows, calves, lambs, rabbits, chickens,...). And at the same time, the three brothers have a full-time job: Benji is a member of the ski patrol in Val Thorens, Daniel works for the ski lift company in Saint-Martin-de-Belleville and Humberto is a snow groomer in Les Menuires.



LA FERME DE LA CHOUMETTE

À Saint-Martin-de-Belleville

+33 (0)4 79 40 00 42



EN

LUNDI 04/04 DE 17H À 18H

**Séance de yoga pour tous niveaux
Spécialement adaptée au ski**

Yoga session for all levels - specially adapted to skiing
Tarif: 10€ - Inscriptions au +33 (0)7 78 24 59 65
Salle des fêtes

**MARDI 05/04 DE 10H À 12H
ET DE 16H À 18H**

Instants nature et montagne: sylvothérapie

Nature and mountain moments: sylvotherapy
Tarif: 15€ - Places limitées
Inscriptions la veille à l'office de tourisme

OFFICE DU TOURISME DE SAINT-MARTIN

+33 (0)4 79 00 20 00



PORTFOLIO



VINCENT LOTTENBERG

Si la photographie n'était pas son domaine de prédilection, l'art a toujours fait partie intégrante de son parcours. Luthier de formation, c'est en autodidacte que Vincent s'est tourné vers la photo, puis vers le graphisme, se mettant à son compte en parallèle de ses différentes expériences professionnelles. Étant embauché à l'office de tourisme des Menuires en tant que graphiste remplaçant puis community manager, il laisse alors sa passion pour la photo s'exprimer en montagne. Il nourrit les réseaux sociaux de photos de paysages, de lieux, d'activités... travaillant en cohérence avec l'image de marque des stations des Menuires et de Saint-Martin-de-Belleville. « Ce qui me plaît le plus, c'est de saisir l'instant T : partir tôt le matin ou au coucher de soleil pour trouver des lumières qui subliment les paysages, attendre le bon moment, faire un affût pour croiser une marmotte... Arriver sur un lieu, découvrir, laisser le temps défilier et se laisser surprendre par un instant magique... » (S.M.)



© Photos : Vincent Lottenberg



Working for the Tourist Office of Les Menuires as a graphic designer then community manager, Vincent Lottenberg expresses his passion for photography on the social networks of the resorts of Les Menuires and Saint-Martin-de-Belleville.





ROULETTE ÉLECTRONIQUE
MACHINES À SOUS
11H - 3H



BLACK JACK
20H30 - 3H

L'Héliantis

RESTAURANT
OUVERT 5J/7
DÈS 18H30

4, Esplanade des Thermes
BRIDES-LES-BAINS
+33 (0)4 79 55 23 07
www.casino3vallees.com

**Jouer comporte des risques :
endettements, dépendance...**

Appellez le 09 75 74 13 13 (appel non surtaxé)
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,
à consommer avec modération
Licence 1 : 1-1092061
Licence 2 : 2-1092062
Licence 3 : 3-1092063

LES MENUIRES

« Cri » DIT MIEUX ?

C'est un événement inédit à ne manquer sous aucun prétexte... La station des Menuires organise, le 1^{er} avril, le premier championnat du monde d'imitation du cri de la marmotte. À vos balcons, prêts, criez !

Parce qu'elle est l'animal emblématique de nos montagnes, la station des Menuires a souhaité à juste titre lui rendre hommage. Alors que le printemps est désormais là, la marmotte ne va pas tarder à pointer le bout de son nez, et nous allons pour ce faire l'encourager grâce au premier championnat d'imitation du cri de la marmotte.

Le rendez-vous est donné sur le front de neige de la Croisette de 10h à 12h pour une initiation au Cri de la marmotte pour s'échauffer avant le début du concours à 14h. Que vous soyez sur les pistes, sur votre balcon ou dans la galerie de la Croisette, il faudra se tenir prêt pour crier plus fort et plus juste que les autres. Des équipes de pisteurs-secouristes seront certainement mobilisées partout dans la station pour assurer la sécurité des participants en cas de rupture des cordes vocales. Le gagnant du concours se verra remettre 100 kg de chocolat Milka, et pas question de remettre le chocolat dans le papier d'aluminium ! (C.B.)

Les Menuires organizes the first Marmot Whistle World Championships on April 1. A training session is programmed on the snow front of La Croisette from 10am to 12pm before the start of the competition at 2pm. The winner will be rewarded with 100kg of Milka chocolate!



« CRI » DIT MIEUX ?

Gratuit - Catégorie marmotton dès 3 mois

Plus d'informations dans le programme d'animation des Menuires.

Où reportez-vous à la date de parution de ce magazine !



LUNDI 04/04 À 18H30

Concert des Belleville :

Rock Pop / Classique avec Luster Trio

Concert des Belleville : Rock Pop / Classic with Luster Trio

Gratuit

La Croisette - Espace Maurice Romanet

MARDI 05/04 ET JEUDI 07/04

DE 17H30 À 19H30

Crazy after ski - Show, concert, activités, animations

Crazy after ski - Show, concert, activities, entertainment

Les Bruyères (mardi) et La Croisette (jeudi)

OFFICE DU TOURISME

+33 (0)4 79 00 73 00



VAL THORENS



UN DÉ-LUGE DE PLAISIRS...

Avec un nom pareil, la Cosmojet, on s'attend forcément à s'envoler au 7^e ciel. En vrai, on a parfois sauté de la navette spatiale contre notre gré, mais la plus longue piste de luge de France a tenu toutes ses promesses... Infosnews a (re)testé pour vous !

Tels des astronautes avec nos casques de ski, la navette spatiale du Funitel de Pécllet nous a conduits en 8 mn au départ de notre voyage intersidéral du jour. Notre plan de vol ? La découverte d'une nouvelle galaxie ? Plutôt une descente d'enfer de 6 km et 700 m de dénivelé qui nous ramènera vers l'ISS, euh... la station Val Thorens.

Et c'est à bord de notre fusée orange - un vrai bolide lorsqu'on sait lui parler - qu'on s'attaque au parcours ludique. Le tracé est joliment sinueux pour mettre à l'épreuve toutes nos capacités de pilotage et suffisamment pentu pour prendre bien de la vitesse. On a donc slalomé entre les astéroïdes et, on ne va pas vous mentir, on a beaucoup rigolé du début à la fin sans faire toujours les malins. Car il y a bien eu un big bang au détour d'un virage (quelle idée aussi de s'élancer à six de rang) et quelques collisions avec de prétendues étoiles filantes... Mais comme finalement chacun peut aller à son rythme, il y en a eu pour tous les plaisirs.

Bref, toutes les fusées sont bien rentrées à la base, après 45 mn de voyage déjanté. Sans oublier un coup de chapeau aux équipes de la Cosmojet pour leur sympathique assistance et guidage. (E.R.)

The Infosnews team tried out the Cosmojet in Val Thorens. Once we checked in, we headed to the Funitel de Pécllet who took us to the departure of the longest sledge slope in France. Fully equipped with a helmet, gloves and a sledge, we set off for a descent of 6km with an altitude difference of 700m. Fun and laughter guaranteed while enjoying the amazing view on the surrounding mountaintops and slopes!



LUGE COSMOJET

jusqu'au 8 mai

1 descente en journée 17,30€ / 2 descentes 25,50€

1 descente en soirée 25,50€

Gratuit pour les 5-9 ans sur la luge d'un parent

Pour être seul sur une luge :

avoir + de 9 ans et + de 1,25m

Port du casque et gants obligatoires

+33 (0)4 79 00 07 08

www.valthorens.com





VAL THORENS

FVT 2022

RETOUR EN IMAGES

Plus de 3000 personnes par jour aux Chalets du Thorens pour cette 13^e édition du Festivaltho, LE festival électro des 3 Vallées!

Bravo aux organisateurs pour cette réussite hyper festive qui fait tellement de bien après deux ans de disette...

**Vivement l'année prochaine !
Rendez-vous les 21, 22, 23 mars 2023**



VAL THO, TOUJOURS PLUS EAUX !

C'est au Festi'Valtho que nous avons rencontré la team des Eaux de Bonneval, qui travaille à devenir partenaire station de Val Thorens. Petit point en avant-première sur les projets de demain... aussi pétillants que leurs eaux !

Piqûre de rappel pour ceux qui ne sont pas «eau» courant : l'eau minérale de Bonneval est issue d'une source jaillissant naturellement à Bonneval-les-Bains, près de Bourg-Saint-Maurice. Première eau minérale de Tarentaise, elle est disponible depuis cette année.

★ VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE ! ★

PARMI LES PROJETS EN COURS DE RÉALISATION :

- L'alimentation du bassin principal du nouveau centre sportif (Le Board) en eau minérale de Bonneval! Idéal pour étancher sa soif, tout en barbotant en famille.
- Le remplissage de tous les jacuzzis de l'espace Wellness en eau pétillante... parce que les petites bulles chatouillent bien plus.
- Le sponsoring de la rue de Gébroulaz (la fameuse rue de la soif) désormais renommée rue de l'eau minérale.
- Un grand concours de tee-shirts mouillés en fin de saison sur la Grande Dernière.
- Une cure détox offerte aux saisonniers de la station, après avoir eu la tête sous l'eau tout l'hiver!
- Et surtout... la possibilité de boire, en avant-première mondiale, les Eaux de Bonneval dans tous les bons restaurants de la station.

Alors convaincus? Avec de tels projets, il est sûr qu'on se sentira bientôt à Val Tho comme un poisson dans l'eau... (C.B.)

🇬🇧 A partnership between Bonneval mineral water and Val Thorens will soon see the light: the whole new swimming pool will be filled with Bonneval mineral water while the jacuzzis of the wellness area will be filled with sparkling water, a wet t-shirt contest will be organised to celebrate the end of the season, and a free detox cure is offered to all seasonal workers!

Pour plus d'infos,
**reportez-vous à la date de publication
de ce magazine.**

EN +

MARDI 05/04 À 18H30
Concert d'hiver: « Skartet »
"Skartet" winter concert
Entrée libre
À partir de 3 ans
Église de Val Thorens
Salle polyculturelle

JEUDI 07/04 DE 15H À 17H30
Jeux en bois
Wooden games
Gratuit
À partir de 3 ans
Place Caron
Club Val Thorens

OFFICE DE TOURISME VAL THORENS
+33 (0)4 79 00 08 08



YVES PACCALET

Une vie au service de la planète

On pourrait l'écouter nous parler pendant des heures... De son parcours professionnel, qui l'a conduit dans les recoins les plus reculés du globe, comme compagnon de Cousteau notamment ; du regard qu'il porte sur la façon dont la planète et les hommes évoluent ; de l'importance de garder la foi en la civilisation... Rencontre avec Yves Paccalet, à Tincave, au-dessus de Bozel.

Naturaliste, écrivain, homme politique, philosophe ou journaliste... Votre parcours professionnel est d'une richesse rare. Pourquoi une vie si intense ?

J'ai grandi au-dessus de Bozel. Enfant, je crapahutais dans les montagnes et j'allais toujours à l'école avec beaucoup d'entrain. J'étais passionné par le fait d'apprendre, je suis un grand curieux. Grâce à l'obtention d'une bourse, j'ai eu la chance de pouvoir suivre un cursus scolaire qui m'a conduit jusqu'à l'École normale supérieure. J'ai suivi la filière philosophie tout en étant passionné de biologie. J'étais à la fois littéraire et scientifique.

Vous avez accompagné le commandant Cousteau...

À la fin de mes études, je voulais découvrir la mer. J'ai contacté le commandant Cousteau et j'ai rejoint ses équipes au début des années 1970. Pendant 20 ans, nous avons assisté à des spectacles extraordinaires, au plus proche de la nature et des éléments. Nous sommes allés dans les zones les plus reculées où peu d'hommes étaient allés avant nous.

Quelles étaient les préoccupations environnementales majeures de l'époque ? Et quelles sont-elles aujourd'hui d'après vous ?

À l'époque, on se battait contre les marées noires, la chasse à la baleine, la surpêche, l'extermination des requins ou des coraux. Aujourd'hui, les problèmes environnementaux sont multiples, mais une des préoccupations majeures est le plastique. Des études montrent la présence de nanoparticules de plastique dans la neige en pleine montagne ou en pleine mer. C'est une source d'inquiétude pour le futur, car elles s'introduisent dans les barrières cellulaires et provoquent des problèmes cancéreux ou mutagènes. Il y a une réelle urgence à sortir de la civilisation du plastique.

Quelle est votre vision du futur ?

Depuis que je suis né - j'ai 76 ans - la population mondiale a été multipliée par trois et la moyenne des besoins par tête ne cesse d'augmenter. Les ressources s'amenuisent inévitablement, l'équation devient insoluble... Le développement indéfini d'une civilisation qui utilise les ressources de manière infinie n'est pas possible.

Sur quels facteurs positifs peut-on s'appuyer ?

Je crois néanmoins en une mondialisation heureuse. Le brassage des jeunes populations se fait de plus en plus, d'un point de vue culturel, philosophique ou physique réel. On peut espérer que par ce truchement, l'équilibration des modes de vie va s'effectuer, que les jeunes vont arriver à construire un avenir via la croissance spirituelle - et non matérielle - infinie. L'homme est une extraordinaire espèce qui a la capacité de comprendre le monde, la culture, l'émerveillement, les arts, la musique, la poésie... Il serait idiot de ne pas en profiter sans foutre en l'air la planète ! (C.K.)

Yves Paccalet is a man you could listen to for hours... He grew up above Bozel. As a child, he spent his free time in the mountains and always went to school with great enthusiasm. He continued his studies in philosophy but with a passion for biology. Once he finished his studies, he wanted to discover the sea. He contacted Captain Cousteau and joined him in the early 1970s. For 20 years, Yves lived as close as possible to nature and went to the most remote areas where few men had gone before him.



“L'HOMME
EST UNE
EXTRAORDINAIRE
ESPÈCE”

TINCAGE

MANNES
L'Atelier Spécialiste
Marques Allemandes

MERCEDES • BMW • VOLKSWAGEN
AUDI • PORSCHE • MINI...

- Atelier mécanique
- Carrosserie
- Pare-brise
- Pneumatiques
- Jantes
- Attelage
- Pièces pour pros et particuliers...

GARAGE///L'ATELIER DES CIMES

MOÛTIERS - Z.I. DES SALINES
172 rue des Érables - 73600 Moûtiers
+33 (0)4 79 55 00 82
moutiers@mannes.fr
@latelierdescimes73
latelier.des.cimes
www.latelier-des-cimes.fr



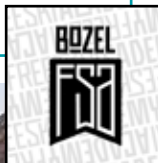


Kéa Chrétien

Pour sa première saison en compétition, Kéa, snowboarder de 15 ans, n'a pas fait les choses à moitié et joue dans le haut du classement du Freeride Junior Tour. Ce freerideur en herbe de la Bozel Freeski Academy nous parle de sa passion et de comment il voit l'avenir.

PALMARÈS SUR LE FREERIDE JUNIOR TOUR

- 1^{re} place sur l'étape de la Rosière (2*)
- 4^e place sur les étapes de La Clusaz et Les Arcs (3*)
- 5^e place sur l'étape de Bonneval-sur-Arc (3*)
- 7^e place sur l'étape de Verbier (3*)



Quand est-ce que tu as commencé le snowboard ?

J'ai commencé tout petit grâce à mes parents, mon père était photographe en freeride. Avant, j'étais au club des sports de Méribel, où je faisais du freestyle et du boardercross. Mais cette année, j'ai rejoint la Bozel Freeski Academy pour me mettre au freeride.

Le freeride, ça a été le coup de foudre ?

Oui, j'adore pouvoir descendre des faces, sauter des cailloux... Lors de ma première compétition, j'étais venu pour voir si ça me plaisait, et j'ai tout de suite accroché. C'était une atmosphère et un moment géniaux. J'ai su que c'était ça que je voulais faire dans la vie. Je fais aussi encore du freestyle pour le plaisir et pour m'entraîner, ça donne une vraie sensation de liberté.

Comment tu t'entraînes à la Bozel Freeski Academy ?

On s'entraîne tous les week-ends et les mercredis. On fait un peu de tout : du freeride, du freestyle, de la prépa physique... C'est très polyvalent et ça me correspond bien. On est 4 à faire les compétitions du Freeride Junior Tour, donc on fait tous les déplacements ensemble, c'est cool.

Que représente la compétition pour toi ?

C'est ce qui motive ! Ça me pousse à travailler et à m'entraîner. Et c'est en regardant les riders comme Xavier et Victor De le Rue sur les compétitions que j'ai eu envie de m'y mettre.

Quels sont tes objectifs ?

Pour le moment, c'est m'amuser tout simplement ! À long terme, mon rêve serait de pouvoir me qualifier sur le Freeride World Tour, la compétition reine du freeride. Cette année, le but était de bien maîtriser les runs sans tomber, mais j'aimerais intégrer de plus en plus de figures lors des compétitions. J'essaierai peut-être de plaquer un 360 sur les dernières étapes de la saison ! (S.R.)

LORS DE MA PREMIÈRE COMPÉTITION, J'AI SU QUE C'ÉTAIT CE QUE JE VOULAIS FAIRE DE MA VIE.

🇬🇧 Kéa Chrétien, a 15-year-old snowboarder, obtained amazing results in the Freeride Junior Tour. He finished 1st in La Rosière (2*), 4th in La Clusaz and Les Arcs (3*), and 5th in Bonneval-sur-Arc (3*). Every weekend and Wednesday, Kéa trains with the Bozel Freeski Academy (freeride, freestyle, physical training,...). A dream come true would be a qualification for the Freeride World Tour.

DEUX NOUVEAUX PEINTRES EXPOSENT EN AVRIL

C'est au tour des peintures des artistes Annie Gomez et Jean-Paul Boymond d'être exposées au centre culturel Marius-Hudry de Moûtiers. Du réalisme à l'abstrait, vous en verrez de toutes les couleurs. Venez nombreux !



Jusqu'au 31 avril, venez découvrir les tableaux d'Annie Gomez et de Jean-Paul Boymond, au centre culturel Marius-Hudry de Moûtiers. De la mer à la montagne en passant par les animaux, la vallée de Tarentaise ne manquera pas d'être au centre de la toile !

LES ANIMAUX D'ANNIE

Travaillant principalement à l'huile sur toile, Annie Gomez peint d'après les photos qu'elle prend, des villages, les animaux de notre belle vallée, notamment des tarines, ainsi que des paysages, d'été comme d'hiver. Née à Paris, Annie se passionne pour la peinture en 2003. « J'aime les animaux, je pense que ça se ressent dans mes toiles », nous affirme-t-elle tout sourire. Elle a déjà exposé à la salle de la Croisette à Courchevel, à Aime ou au centre culturel de Moûtiers, en 2014, 2016 et 2017 ! Et aujourd'hui, c'est avec grand plaisir qu'elle y expose à nouveau.

UN PEU PLUS PRÈS DES ÉTOILES...

Jean-Paul Boymond a, quant à lui, commencé à peindre dans les années 1970 alors qu'il habitait à Annecy, sans jamais avoir pris un cours de dessin. Ses tableaux sont très variés, allant de la terre à la mer, jusqu'aux étoiles... « Je suis très attiré par le cosmos, tout comme par la guitare classique, une passion », nous précise-t-il. Également passionné par la guitare, Jean-Paul a vécu de sa musique depuis 1975. Il a donné des cours de guitare et a même enregistré un CD en 2004. En 2017, il se consacre à nouveau à la peinture... La plupart de ses œuvres sont réalistes, tandis que d'autres se tournent davantage vers l'abstrait. Mais toutes se basent sur son imagination. « Je fais ce qui me plaît, j'improvise beaucoup, je n'ai pas un style de peinture. Je veux faire rêver les gens », termine-t-il. C'est sur cette belle promesse qu'on vous donne vite rendez-vous au centre culturel de Moûtiers ! (C.B-D.)

🇬🇧 Until April 30, Painters Annie Gomez and Jean-Paul Boymond present their work at the cultural centre Marius Hudry in Moûtiers. Mainly oil on canvas, Annie Gomez loves painting animals, villages and landscapes from photographs, while Jean-Paul Boymond prefers realistic or abstract representations of the sea, the mountains and even the stars, all based on his imagination.



EXPOSITIONS DE PEINTURES D'ANNIE GOMEZ ET JEAN-PAUL BOYMOND

Au centre culturel de Moûtiers, Place Saint-Pierre
Du lundi au samedi, de 9h à 12h et de 14h à 18h
Jusqu'au 31 avril • Gratuit

EN +

MARDI 05/04 DE 8H À 13H

Marché alimentaire et marché aux vêtements et accessoires

Food market and clothing and accessories market

Renseignements au +33 (0)4 79 04 29 05

Moûtiers - Place St Pierre et place du Marché

CŒUR DE TARENTEISE TOURISME MOÛTIERS

+33 (0)4 79 04 29 05

JUSQU'AU 15/06

Exposition de peinture par Valérie Stélandre

Painting exhibition by Valérie Stélandre

Entrée libre - Renseignements au +33 (0)4 79 39 02 10

Albertville - Halle Olympique

OFFICE DE TOURISME ALBERTVILLE

+33 (0)4 79 32 04 22



GILLY-SUR-ISÈRE

LES COULISSES DE POMA *Made in Rhône-Alpes*

Leader mondial du transport par câble, POMA nous a ouvert les portes de sa filiale SACMI, l'expert en construction mécanique du groupe. Reportage immersif dans les coulisses de l'entreprise basée à Gilly-sur-Isère, en compagnie de son directeur général, Alexandre Thieffaine.

UN SAVOIR-FAIRE FRANÇAIS TRÈS ENCADRÉ

Si, comme nous, vous arpentez les domaines skiables de Tarentaise en long, en large et en travers, il y a fort à parier que vous les utilisiez... Nous parlons bien sûr des téléskis, télésièges, télécabines ou encore téléphériques fabriqués par POMA! Nous sommes tellement habitués à les voir qu'on ne se rend même pas compte de ce qu'il a fallu réaliser comme prouesses techniques pour que ces mastodontes des neiges viennent nous acheminer en parfaite sécurité quotidiennement. Guidés par Alexandre Thieffaine, directeur général, nous avons pu suivre une à une toutes les étapes nécessaires à la fabrication de ces ensembles, ou comment passer d'un bout de tôle à un produit fini qui peut atteindre 15 tonnes... Une plongée des plus instructive dans le savoir-faire technique français. Un savoir-faire régi par des normes drastiques où tout est tracé et contrôlé, l'entreprise intervenant dans le secteur très protégé du transport de personnes.

UNE PRÉCISION AU DIXIÈME DE MILLIMÈTRE

Les différentes pièces des « puzzles » sont préalablement découpées dans l'atelier de chaudronnerie, soit de façon manuelle pour les pièces spécifiques, soit avec l'aide de robots pour les grandes séries et les pièces volumineuses, et subissent au minimum trois niveaux de contrôle : visuels + magnétoscopiques en surface + par ultrasons à cœur. Pour s'assurer que ces pièces ont un état de surface et une géométrie optimum, SACMI s'est doté d'un pôle d'usinage capable de prendre en charge des pièces de



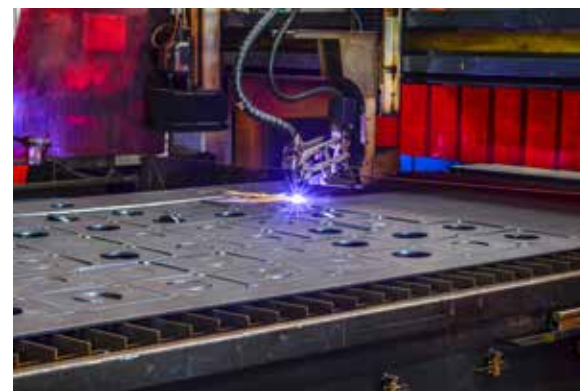
toutes tailles, bien aidé en cela par des logiciels 3D ultra-performants. Une opération qui se joue au dixième de millimètre près! Une telle précision rassure.

DEPUIS GILLY, POMA EXPORTE VERS LA CHINE...

L'idée est ensuite de pré-assembler les sous-ensembles afin de diminuer les contraintes de montage en chantiers extérieurs (neige, vent...). Les modules et structures de gares, groupes moteurs, poulies sont ainsi pré-montés, réglés et testés en atelier avant leur expédition. Enfin, la gestion des stocks et du flux de pièces est entièrement pilotée sur place grâce à la plateforme logistique de SACMI qui redirige les composants dans le monde entier, vers des sous-traitants ou directement vers des chantiers de construction. Chez POMA, on peut s'enorgueillir d'un label Made in France réussi et particulièrement rare. « Ici, nous exportons vers la Chine, et non l'inverse! », précise Alexandre.

LE VIRAGE ÉCORESPONSABLE

Littéralement impressionnés par cette visite spectaculaire, nous avons pu également constater le très important virage écoresponsable entrepris par POMA dans sa recherche du « moins mais mieux ». Que cela soit dans l'épuration des équipements (moins de pylônes...), la gestion et recyclage des consommables ou sur l'approvisionnement de proximité (fournisseurs français et italiens), l'entreprise cherche sans cesse à améliorer son bilan carbone. Un bel exemple de fierté locale tournée vers l'avenir. (R.C.)



TRAVAIL ARTISTIQUE
D'ENFANTS
ACCOMPAGNÉS PAR LA
FONDATION POMA

World leader in cable transport, POMA opened the doors of SACMI, the group's expert in mechanical construction. Based in Gilly-sur-Isère, we were literally impressed by this visit. We also observed the important eco-responsible shift undertaken by POMA in its search for less but better. Whether in the purification of equipment (fewer poles, etc.), the management and recycling of consumables or local supply (French and Italian suppliers), the company is constantly seeking to improve its carbon footprint.



© DR



SACMI EN QUELQUES CHIFFRES

- Créée en 1960, et depuis 1970 dans le groupe POMA
- Entre 150 et 200 salariés suivant la saisonnalité
- Installation à Gilly-sur-Isère en 2017
- Plus grand site industriel du groupe POMA avec 100 000m²

LES RÉALISATIONS HISTORIQUES DU GROUPE POMA EN TARENTAISE

- La première télécabine débrayable en 1966 à Val d'Isère
- Le plus gros téléphérique du monde en 2003 : le Vanoise Express reliant les domaines des Arcs/Peisey-Vallandry à La Plagne



MOÛTIERS - ALBERTVILLE

TOPIN CONSIGNES Y'A DE QUOI S'EMBALLER !

Topin, c'est un nouveau système de consigne qui fait la guerre aux emballages uniques. Créé il y a six mois par Anne Burgalières, elle nous explique comment ça marche.

Anciennement manager en charge de la dynamisation du centre-ville de Moûtiers, c'est en développant des actions en faveur du zéro déchet avec les commerçants qu'Anne s'est rendu compte qu'il y avait beaucoup à faire pour remplacer les emballages à usage unique. Qu'ils soient recyclables ou non, ces emballages représentent un volume de déchets considérable que l'on pourrait éviter. En France, environ 25 emballages à usage unique sont vendus chaque seconde. Devant ce constat, Anne a décidé d'agir en créant Topin consignes.

Le principe est simple: Topin fournit aux restaurateurs partenaires des contenants réutilisables en fonction des besoins, qui seront ensuite donnés aux clients en échange d'une consigne allant de 2 à 5€. Le client peut ensuite ramener son contenant dans n'importe quel restaurant partenaire, soit pour le faire remplir soit pour le rendre et récupérer sa consigne. Cette transaction s'effectue grâce à une application dédiée, sur laquelle le consommateur a un compte où ses consignes sont dépensées et créditées. Si on ne veut pas utiliser l'appli, on peut aussi utiliser son e-mail. Un modèle qui simplifie la vie des restaurateurs en accompagnant la mise en place de contenants réutilisables et en proposant un service de lavage si besoin, mais aussi celle des consommateurs qui peuvent utiliser les contenants dans toutes les enseignes partenaires. En Tarentaise, une centaine de consommateurs sont déjà séduits et près de 900 contenants emballages à usage unique ont pu être évités depuis septembre: imaginez si tout le monde s'y met!

Prochaines étapes pour Anne: développer le réseau de consignes sur toute la vallée mais aussi en station, et étendre le système aux services de portage à domicile qui, depuis cette année, doivent passer aux contenants réutilisables. (S.R.)

🇬🇧 Topin is a new deposit system created 6 months ago by Anne Burgalières. Unique packaging represents a considerable volume of waste that could be avoided: in France, around 25 single-use packaging are sold every second. Topin works with partner restorers and provides reusable containers, which will then be given to customers in exchange for a deposit ranging from €2 to €5. In Tarentaise, nearly 900 single-use packaging containers have been avoided since September!



©Photos: DR




TOPIN CONSIGNES
topin-consignes.fr
+33 (0)7 66 33 30 74
contact@topin-consignes.fr

Guide Gourmand
LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES



CRÉMEUX D'ACACIA, MARACUJAS FERMENTÉS, CRÈME DE BIÈRE DE BANANE

par Peuf Daddy
LES MENUIRES

COURCHEVEL

La Cabane des Skieurs

Côté restauration il y a du nouveau au départ de la TC de la Vizelle cette saison : La Cabane des Skieurs fait son apparition ! Au menu, une belle gamme d'encas allant des sandwichs les plus simples aux plus haut de gamme comme le Lobster Roll's, le tout à des prix attractifs.



♥ Crêpes, gaufres, cheesecake, diverses tartes et donuts maison

☑ La terrasse au départ du Family Park

🇬🇧 La Cabane des Skieurs, situated at the departure of the cable car La Vizelle proposes a nice range of snacks from the simplest sandwiches to the most upscale such as the Lobster Roll's, at attractive prices.

Au sommet de la ☺ des Verdon, au pied du téléphérique de la Saulire et de la ☺ Vizelle

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!



🇬🇧 Once we open the door, we enter in a warm and authentic universe. Here, the chef proposes homemade dishes prepared with local products and tasty meat grilled in the central fire place.

♥ Fondue savoyarde

☑ La pause ski idéale au cœur d'un village historique et au pied de la nouvelle piste de l'Eclipse

Ouvert 8 mois sur 12 - Le soir
Courchevel le Praz • 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.



♥ Magret de canard

☑ L'ambiance authentique et chaleureuse

🇬🇧 In the authentic and convivial establishment La Chapelle 1550 we feel at home, comfortably installed near the fireplace or on the sunny terrace savouring delicious Savoyard specialties.

Courchevel Village, 104 rue des Rois
+33 (0)4 79 55 46 48 • lachapelle1550.fr

COURCHEVEL

Au Pain d'Antan

Pains, pâtisseries, viennoiseries et gourmandises artisanales fraîchement confectionnés. Sandwichs faits maison avec des produits de qualité et régionaux. Excellents chocolats et spécialités maison.



♥ Pains bios, pains, pâtisseries, sandwichs

☑ Idéal pour une pause rapide entre deux pistes

🇬🇧 Bread, patisserie, viennese pastries, chocolates, specialties of the house, pizzas, homemade sandwiches prepared with regional products of high quality. New: ready cooked dishes and burgers and new formula

Boulangerie
Pâtisserie artisanale
Au pied des pistes,
Galerie du Forum
+33 (0)4 79 08 23 07

BRIDES-LES-BAINS

L'Héliantis

Rien ne va plus, les jeux sont faits ! Joueurs affamés ou amoureux de la cuisine traditionnelle savoureuse, découvrez la table du Casino pour un moment convivial et ludique. Des assiettes généreuses, des menus copieux, un service rapide et chaleureux : voilà une cuisine à déguster sans modération !



🇬🇧 L'Héliantis, the restaurant of the Casino of Brides-les-Bains, is open to all and proposes traditional dishes, local specialties, snacks and a menu at 23€ (starter + main dish + dessert). The service is fast and friendly ! The Lounge Bar welcomes you as from 5pm.

Esplanade des Thermes
+33 (0)4 79 55 23 07
www.casino3vallees.com

MÉRIBEL

Les Pierres Plates

La culture du fait maison s'invite dans les 2 univers de restauration des Pierres Plates: un espace restauration rapide avec bar, pizzas et sandwicherie pour les plus pressés; les plus épicuriens se délecteront quant à eux d'une pause bistronomique grâce aux saveurs proposées au restaurant.



♥ La terrasse panoramique

☑ Les First Track: un petit-déjeuner au lever du soleil suivi d'une descente sur les pistes de Méribel!

🇬🇧 The restaurant Les Pierres Plates is composed of a sandwich and pizza bar for a quick lunch... and a bistronomy-type restaurant.

☺ Saulire Express
et Pas du Lac
contact@pierres-plates.com
+33 (0)4 79 00 42 38

MÉRIBEL

Le Rastro

Lieu incontournable de Méribel-Mottaret, le Rastro est le restaurant de la famille Lau. On y déguste une cuisine authentique dotée d'un excellent rapport qualité/prix, dans une ambiance détendue et festive (concerts live les mardis en après-ski).



🇬🇧 Managed by the Lau family, Le Rastro proposes an authentic cuisine with an excellent quality/price ratio to savour on the sunny terrace in a convivial atmosphere.

♥ Pizzas sur place ou à emporter

☑ Terrasse ensoleillée

Face départ ☺ Plattières
+33 (0)4 79 00 41 51 • lerastro.meribel@gmail.com

MÉRIBEL / COURCHEVEL

Copiña



Copiña s'est rapidement imposé comme le bar incontournable de Méribel et Courchevel. Inspiré de la région galicienne du nord de l'Espagne, Copiña propose une gamme de cocktails au design innovant, des bières artisanales sélectionnées à la main, une gamme de vins du monde et une gamme exceptionnelle de tapas mixtes. Copiña propose également un service de restauration, vous pouvez donc demander à un chef privé de cuisiner pour vous et à un barman de préparer vos cocktails préférés dans votre chalet - une expérience culinaire unique!

🇬🇧 Inspired by the Galician region in northern Spain, Copiña boasts a range of innovatively designed cocktails, hand-selected craft beers, an array of world wines, and an exceptional spread of fusion tapas. Copiña offer a catering service too, so you can have a private chef cook for you and a barman make your favourite cocktails in your chalet!

☑ L'influence ibérique et le cadre intimiste

♥ Les cocktails sélectionnés par des professionnels et les fameux tapas du Copiña

MÉRIBEL
Meribel Centre
+33 (0)4 79 24 07 90
f @copinameribel
Tous les jours,
16h-1h

COURCHEVEL MORIOND
Immeuble Le Prazriond
Rue du Marquis
+33 (0)4 79 08 25 45
f @copinacourchevel
Tous les jours, 11h-1h

www.copina.fr

MÉRIBEL

Le Blanchot



Au creux des sapins enneigés, Le Blanchot est situé dans un cadre exceptionnel de beauté et de tranquillité, où l'on profite de la vue magique sur les sommets environnants. En cuisine tout est fait maison, à base de produits frais et locaux. Une carte simple et efficace répond à toutes les attentes, y compris une sélection 100% veggie. Ajoutons à cela quelques spécialités savoyardes incontournables et un appétissant choix de desserts et le tour est joué. Suffisamment rare pour être souligné, le livre de cave dénombre plus de 100 références de vins triés sur le volet avec soin avec surtout avec goût.

Le soir, profitez d'un merveilleux soleil couchant confortablement lové dans un beau fauteuil avec un délicieux cocktail ou dégustez au coin du feu de succulentes spécialités savoyardes. De quoi vous laisser un souvenir impérissable de votre séjour à Méribel.

🇬🇧 The Blanchot is located in an exceptional setting, beautiful and peaceful, where you can enjoy the view on the surrounding mountaintops. You will love the large sunny terrace, or the warmth by the fireplace. In the kitchen, everything is homemade, based on fresh and local products, including a 100% veggie selection, a few essential Savoyard specialties, a delicious dessert selection and a wine list that counts more than 100 wine references. In the evening, Le Blanchot guarantees you a unique experience in a magical setting that will leave you with unforgettable memories of your stay in Méribel.



♥ La grande terrasse les jours de beau temps

☑ Possibilité de privatisation en soirée



3921 Route de l'Altiport - Méribel
Arrêt navette gratuite Méribus (Ligne C)
+33 (0)4 79 00 55 78 • leblanchot@orange.fr

MÉRIBEL

Lilie

Lilie est un bistrot de famille au concept mêlant restaurant, bar et boutique traiteur dans une atmosphère cosy et chaleureuse. Côte bar, c'est dégustation de vins au verre, cocktails et petites bouchées. Côté restaurant, on a le choix entre coin cheminée ou terrasse ensoleillée pour déguster une cuisine française des plus soignée!



🇬🇧 Lilie is a family bistro with an unusual concept. Restaurant, bar and catering shop : wines by the glass, cocktails, small bites, or traditional French cuisine on the sunny terrace or near the fireplace.

Rond-Point des Pistes,
Route du Belvédère
www.lilie-meribel.com
+33 (0)4 79 00 31 29
f @

♥ Service traiteur & caviste
☑ Boutique déco by
Muril Gacon-Lecomte

MÉRIBEL

Le CroMagnon

Le CroMagnon est l'endroit rêvé pour savourer fondues, viandes d'exception ou spécialités savoyardes. Une cuisine à base de produits locaux et agrémentée de quelques petits secrets des pays de l'Est! Vous passerez ici des moments mémorables, accueillis par Mathieu et Iuliia.



♥ Le filet de bœuf
☑ La salle cosy

🇬🇧 Le CroMagnon is the perfect place to savour French and Savoyard specialties prepared with local products... with an Eastern country touch! You will spend an unforgettable moment in the presence of Mathieu and Iuliia.

1928, Route du Plateau
Immeuble les Merisiers
Méribel
+33 (0)4 79 00 57 38
mathieu91078@outlook.fr

MÉRIBEL

Restaurant Marius

LE MIDI : hamburgers, salades, croque-monsieur, viandes grillées ou rôties, en terrasse au soleil.

LE SOIR : ambiance cozy, musique douce pour déguster le meilleur de la cuisine traditionnelle française ainsi que les spécialités de Savoie pour vos soirées en famille.



🇬🇧 **LUNCH :** hamburgers, salads, croque-monsieur, grilled or roasted meats on the sunny terrace.
DINER : cozy atmosphere, soft music to enjoy the best of the French traditional cuisine as well as the specialties of Savoy for your evenings with family and kids.

En face du Parc Olympique
f @ restaurantmariusmeribel
restaurant-marius.com
+33 (0)4 79 40 06 16

MÉRIBEL-MOTTARET

Côte 2000

Soirées festives

Un événement à fêter, un moment de partage entre amis ou en famille? Soirées savoyardes ou dîner à la carte, soirée intime ou dîner spectacle? Réservez votre soirée à Côte 2000! Montée en chenillette, descente aux flambeaux à ski; c'est un moment inoubliable et magique que vous propose le restaurant, sur les pistes de Méribel.



🇬🇧 An event to celebrate, an evening with friends or family? A Savoyard evening or dinner à la carte, a more intimate evening or a dinner show? Book your evening at Côte 2000! The restaurant proposes an unforgettable and magical moment (ascent in a tracked vehicle and descent on skis by torchlight)!

Information et réservation:
+33 (0)4 79 00 55 40 ou
contact@restaurantcote2000.fr
www.restaurantcote2000.fr
f restaurantcote2000

MÉRIBEL-MOTTARET

Le Plan des Mains



LE RESTAURANT

Le chef, Jérôme Labrousse, propose une cuisine traditionnelle raffinée, originale et unique, mitonnée à partir de produits frais issus, pour beaucoup, de la culture de producteurs locaux. Petit plus, espace terrasse cosy pour un encas rapide.

☑ Membre de l'association
Food Altitude
♥ Le buffet de desserts

🇬🇧 Le Plan des Mains is a traditional brasserie-type restaurant. The chef, Jérôme Labrousse, proposes revisited traditional dishes with fresh and local products. A cosy terrace for a fast snack.



LA SANDWICHERIE

Vous cherchez à faire une pause gourmande mais rapide pour repartir vite sur les pistes de ski? Arrêtez-vous à la sandwicherie du Plan des Mains et dégustez une gamme d'encas délicieux et idéal pour les envies pressées.

☑ Le pain fait maison

🇬🇧 The cosy terrace of the restaurant Le Plan des Mains is ideal for a quick snack or a sandwich, prepared with fresh products and homemade bread.



Accès ski et piéton: au pied du TC Mont Vallon
+33 (0)4 79 07 31 06 • www.plandesmains.com
f Restaurant Le Plan des Mains

MÉRIBEL

Le Clos Bernard



🇬🇧 In the heart of the forest, come and enjoy traditional dishes prepared with products from our region, in a unique place. When the night falls, Le Clos Bernard proposes a more festive atmosphere.

☑ Soirée d'ambiance
unique à Méribel

En plein cœur de la forêt, venez tomber sous le charme d'une cuisine traditionnelle et gourmande, avec des produits de notre région, dans un lieu unique. Nouveauté le soir, dîner féerique, live-musique et surprises culinaires à découvrir.

Accès ski ☑ Loze Express
Accès piétons et calèche:
route de l'Altiport
+33 (0)4 79 00 00 07
www.closbernard.com

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys

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

🇬🇧 Martine and Bruno, have managed to keep an alpine tradition going in their mountain pasture chalet. Hospitality, warmth and a welcome reception are what counts here.

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



♥ Gourmandises du
pépé Tantin

☑ Retrouvez l'équipe
et l'authenticité du
Corbeleys en été

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

L'Étoile des Neiges

Sur la terrasse le midi ou au coin de l'âtre le soir, les épicuriens trouvent leur bonheur. Patrick et son fils Nicolas proposent une cuisine entièrement maison, soignée et généreuse, héritée de leur grand-mère. Maître restaurateur, distingué au guide Pudlowski, ils ont à cœur de satisfaire leurs hôtes, tout comme le reste de la troupe, membres de leur famille.



♥ Mozzarella, jambon
de pays, légumes confits
façon tarte fine

🇬🇧 Patrick and his son Nicolas propose entirely homemade traditional dishes. Master Restorer, praised by the Pudlowski guide, they are committed to satisfy their guests.

32 rue Georges Cumin
restaurant-etoiledesneiges.com
+33 (0)4 79 08 92 80

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

La Loy

Prenez place sur la terrasse avec vue sur la vallée ou à l'intérieur dans une atmosphère savoyarde authentique. Ici on déguste une cuisine mitonnée avec passion et tradition par Philippe. Avec Patricia sa femme, tous deux reçoivent leurs hôtes avec un sens de l'hospitalité sincère et généreux.



♥ Magret de canard, vin de
cassis & poires confites

☑ Ouvert l'été

🇬🇧 Take a seat on a sunny terrace, or inside, in an authentic Savoyard atmosphere. Philippe and Patricia welcome you with a great sense of hospitality, in a place where you can savour traditional dishes conceived with passion.

Piste du Biolley
St Martin 1
+33 (0)4 79 08 92 72
restaurant-la-loy@orange.fr
f laloy.menus
@restaurantlaloy

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.



🇬🇧 Dishes are 100% homemade. Desserts are created around local fruit and there is a lovely assortment of wines to choose from on the wine list. The restaurant is cosy, with a snug area by the fireplace.

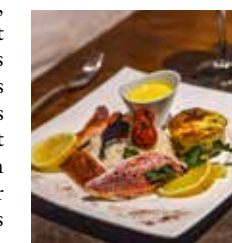
♥ La côte de bœuf
☑ Apéritif dînatoire

Quartier de Preyerand • Le Villaret Preyerand
+33 (0)4 79 01 04 76

LES MENUIRES

La Vallée Gourmande

À l'écart du tumulte de la station, La Vallée Gourmande nous séduit par un large choix de spécialités savoyardes, des pizzas généreuses et des recettes traditionnelles, dans un cadre paisible et typiquement savoyard. Au retour du ski, on fait une halte gourmande pour apprécier les succulentes pâtisseries maison et un bon vin chaud...



♥ Filet de rouget,
sauce safranée

☑ Après-skis
gourmands avec
pâtisseries maison

🇬🇧 La Vallée Gourmande offers a large choice of specialties, pizzas and traditional dishes, in a relaxing, Savoyard setting. After a day on the slopes why not pop in for a homemade pastry with a glass of mulled wine?

Quartier Preyerand, chalet Le Gefriand
+33 (0)4 79 08 66 18

LES MENUIRES La Chalet de la Masse

Galvanisé par la dynamique insufflée sur le secteur, les nouveaux propriétaires ont à cœur d'apporter un regard neuf au chalet, tout en préservant son authenticité. Issus de la restauration, jeunes et dynamiques, ils proposent cette saison de revisiter la tradition.

🇬🇧 The new owners are keen to bring a fresh look to the chalet, while preserving its authenticity. Experienced, young and dynamic, they are ready to revisit tradition.



♥ Lasagnes de légumes végétariennes

✓ Nouvelle terrasse orientée plein sud

Accès via la nouvelle TC La Masse
+33 (0)4 79 00 74 04

LES MENUIRES Au Village

Bienvenue au cœur de ce restaurant qui révèle le charme d'un petit village traditionnel... Gourmande et locale, la cuisine de l'établissement est à l'image de la maîtresse des lieux, Servanne Jay, enfant de la vallée : chaleureuse, généreuse et adepte des circuits courts. Ici, le bon, le local et le bio sont à l'honneur.

🇬🇧 The tasty local cuisine very much reflects the owner's personality - Servanne Jay is warm, generous and a great supporter of locally sourced ingredients. Au Village is about good quality, local and organic produce...



♥ Salade de Saint-Marcellin

✓ Fromages et yaourts de brebis de la Ferme La Trantsa au Châtelard

Galerie marchande, La Croisette
+33 (0)4 79 41 20 39 • auvillage-lesmenuires.fr

LES MENUIRES La Chouette

Valérie et Eric Samson sont heureux de vous accueillir dans leur restaurant. Dans ce lieu chaleureux où il fait bon se retrouver entre amis ou en famille, vous aurez un large choix entre les plats faits maison, de la brasserie aux plats savoyards en passant par les galettes et crêpes, sans oublier le plat du jour le midi.

🇬🇧 Valérie and Eric Samson propose a wide choice of homemade dishes, from brasserie-type dishes to Savoyard specialties, including galettes and pancakes, not to mention the dish of the day for lunch.



♥ Salade périgourdine

✓ Crêpes & galettes en service non-stop

Quartier des Bruyères
+33 (0)4 79 00 21 26

LES MENUIRES La Table Gourmande de Peuf Daddy

2 restaurants en un : le midi, on profite de la grande terrasse ensoleillée pour un service brasserie rapide et gourmand. Le soir, on vit une expérience inédite à travers la cuisine du chef Yoann Crom, qui mêle à la perfection traditionnel et contemporain. Atmosphère familiale, cadre authentique, bienvenue au Peuf Daddy.



🇬🇧 Peuf Daddy proposes 2 restaurants in one: take advantage of the large sunny terrace for a quick lunch, or experience a unique culinary experience for dinner.

♥ Restaurant gastronomique tous les soirs

Reberty 1850
Accès piéton résidence des Lys de Reberty
+33 (0)9 81 90 34 96 • peufdaddy1850@gmail.com
f Peuf Daddy 1850 @ peufdaddy_1850

LES MENUIRES La Ferme de Reberty

On déguste ici une cuisine traditionnelle et gourmande, où se mêlent spécialités savoyardes et cuisine de montagne revisitée : le midi sur la terrasse ski au pied (service tardif), le soir au coin de la cheminée. Côté festif, l'après-midi se passe en musique sur les transats près du bar à gin, et le soir côté pub.

🇬🇧 In the heart of Reberty 2000, on foot or on skis, La Ferme de Reberty welcomes you all day long, with traditional dishes and Savoyard specialties. The wine cellar is worth a visit for all wine lovers.



♥ La côte de bœuf de chez Gaston

✓ Nouvelle cave avec magnums et grands crus

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

VAL THORENS Belleville Diner

Concept bar après-ski cosy de 16h à 2h, Belleville Diner propose un service continu de petits-déjeuners à base de produits locaux.

🇬🇧 A cosy après-ski bar from 4pm to 2am, Belleville Diner offers all day breakfast served from local products.

♥ Artiste résidente : Emeline.inks

✓ NOUVEAU : Salon de tatouage avec présence d'artistes toute la saison !



Galerie Pécle
belleville-diner.com
f @

VAL THORENS Le Caribou

Depuis 2005, la famille Moga accueille les skieurs affamés. Une aventure que Sarah poursuit avec entrain, proposant cet hiver une belle nouveauté : des chalets privatisables pour déguster de bons plats sur la terrasse panoramique ! Et cela, en plus de la cuisine fait maison à savourer au restaurant.



🇬🇧 Since 2005, the Moga family has been welcoming skiers. A family adventure that Sarah continues offering this winter a novelty: cabins that can be privatized to enjoy a nice meal on the beautiful panoramic terrace!

♥ Le coin snack

Intersection pistes Généri/
Asters - Accès arrivée TC
Moraine/Funitel Thorens
+33 (0)6 03 45 62 23

VAL THORENS Sucré Salé

Fabriqués et cuits à la boulangerie, nous proposons une large sélection de pains, viennoiseries, pâtisseries, snacking, traiteur de qualité... À déguster sur place ou à emporter.

🇬🇧 Most of our products are homemade and cooked in our kitchen, so you can enjoy a wide selection of quality breads, pastries, cakes, snacks and hot meals... to eat in or to take away.



♥ Livraison petit-déjeuner avec réservation en ligne :
www.sucree-sale-valthorens.com

Ouvert 7j/7
Rue du Soleil,
près des pistes
+33 (0)4 79 01 05 12

VAL THORENS La Paillote

Spécialités savoyardes, cuisine traditionnelle, pizzas, moelleux au chocolat revisité... Le midi, sur la terrasse privée avec vue panoramique sur les pistes, le soir dans un cadre typiquement savoyard, David et Virginie, entourés de leur équipe courtoise et dynamique, vous réservent le meilleur accueil.



♥ Burgers maison

✓ Magnifique terrasse au pied des pistes

Accès à ski rue Caron ou en longeant la terrasse de la Maison - Escalier au fond à gauche
+33 (0)4 79 00 01 02 • lapaillotedevaltho@gmail.com

🇬🇧 Specialities, pizzas, traditional cuisine... Lunchtime on the terrace, and the evening in a typically Savoyard chalet, David and Virginie, look forward to welcoming you.

VAL THORENS Les Chalets du Thorens



Une ambiance électrique et festive s'offre à tous les skieurs qui ont faim de folies ! Bar lounge avec scène DJ, self, gaufres belges, pizzas, wok, snack, sushis, crêperie glacier et restaurant : tout y est pour étancher chaque envie ! NOUVEAU : un igloo hors du commun à découvrir pour vivre des instants inoubliables en journée comme en soirée.

♥ La viande maturée

♥ Véritable village aux mille plaisirs

🇬🇧 Here, it's paradise for hungry skiers and party lovers. A lounge bar with DJ music, self-service, Belgian waffles, pizzas, wok, snacks, sushis, ice-cream parlour and pancake house, the restaurant. NEW: An extraordinary Igloo to discover and enjoy unforgettable moments throughout the day or night.



Accès ski/piéton: Départ TS Moraine, accès scooter et chenillettes sur demande
+33 (0)4 79 00 02 80
info@leschaletsduthorens.com
www.leschaletsduthorens.com

MOÛTIERS La Chaumière



Cuisine généreuse, produits sains, artisanaux et régionaux, décor qui fleurit bon le terroir savoyard... Bienvenue chez Andréa et Sébastien, qui reprennent cet hiver La Chaumière. À la carte des pizzas cuites au feu de bois, des pâtes et salades, de délicieuses tartines, des planches de charcuterie et des crêpes sucrées.



Regional products, Savoyard specialties, pasta and salads, sandwiches, cold cuts and sweet pancakes, welcome to La Chaumière managed by Andréa and Sébastien as from this winter season.



- ♥ Les pâtes carbonara
- ♥ Vente à emporter et distributeur de pizzas

Place de la Gare
+33 (0)4 79 22 94 36
Fermé le jeudi
f La Chaumière (Moûtiers)

MOÛTIERS Les 3 Vallées Café



Une brasserie rapide et délicieusement gourmande + lunchbox à emporter. Devant la gare, on casse les codes pour vous promettre une qualité remarquable, servie par une créativité impertinente. Des produits prioritairement locaux, du fait maison intégral, de l'audace épicée, un éthique d'approvisionnement et une saisonnalité des matières premières... Bien confortablement installé derrière d'immenses baies vitrées, profitez de notre vision de l'Art de vivre autour d'une table. Faire de votre première et dernière image des 3 Vallées une réussite et un bon moment, c'est notre défi, pour que votre séjour en montagne soit exceptionnel. **Lunchbox à composer et emporter pour votre trajet train/bus** en mode VIP gourmand: bagels, sandwiches, salades...

Situated in front of the train station, we propose you creative homemade dishes prepared with mainly local quality products. Comfortably installed behind the large bay windows, for a drink, a snack or a convivial meal, or a take-away lunchbox for those in a hurry, there is something for everyone! Offering you the best first and last image of Les 3 Vallées is our mission!

Place de la Gare
+33 (0)9 75 66 95 03
+33 (0)9 77 95 26 98 (Le Spot)
f Les 3 Vallées Café
www.les3valleescafe.com

- ♥ Le burger des 3 Vallées
- ♥ 2 espaces takeaway (devant + dans la gare)

LA RECETTE CARREFOUR

INGRÉDIENTS

- × 200g de chocolat noir 70% Pâtissier Orset
- × 6 œufs
- × 60g de sucre
- × 1c.à.s. de fécule de maïs
- × ½ c.à.s. de cacao amer
- × 20cl de crème liquide
- × 1 orange

PRÉPARATION

Préchauffez le four à 70°C.

Grattez une orange avec une râpe pour en récupérer l'écorce. Beurrez 6 ramequins. Saupoudrez-les de sucre en tournant pour que les parois en soient recouvertes. Mettez-les au congélateur. Faites fondre le chocolat au bain-marie ou au four à micro-ondes. Séparez les blancs des jaunes d'œuf.

Versez la crème dans une casserole. Ajoutez délicatement la fécule et portez à ébullition en remuant. Aux premiers frémissements, retirez du feu. Ajoutez les jaunes d'œuf, l'écorce d'orange râpée et le chocolat fondu. Mélangez bien.

Montez les blancs en neige très ferme. Ajoutez le sucre quelques minutes avant la fin. Incorporez les blancs au mélange précédent.

Remplissez les ramequins aux 2/3 et enfournez-les pendant 10mn. Servez chaud.

SOUFFLÉ AU CHOCOLAT NOIR ET À L'ÉCORCE D'ORANGE



OLIVIER ET KARINE ORSET CHOCOLAT ORSET

SAINT-ALBAN-LEYSSE – SAVOIE

Depuis 1999, notre entreprise familiale s'inspire de son environnement naturel et des traditions ancestrales pour imaginer des recettes toujours plus gourmandes, fabriquées au pied des montagnes. Notre bon sens et notre penchant pour les bonnes choses nous poussent à privilégier des ingrédients locaux, naturels et équitables. Savourez notre délicieux chocolat dans cette recette à couper le souffle!



Carrefour market
MOÛTIERS
groupe provencia

ON A LU POUR VOUS...

APRÈS-SKI

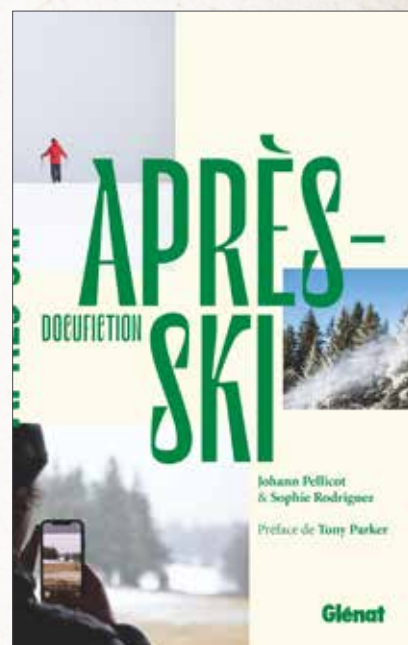
PAR JOHANN PELLICOT & SOPHIE RODRIGUEZ

« Après-ski », c'est un récit oscillant entre documentaire et fiction qui suit trois amis. Leurs vacances dans le Vercors vont vite se transformer en un périple interrogeant bien des aspects de la montagne d'aujourd'hui et de demain.

Inspiré de faits réels vécus par les deux auteurs, ce récit loufoque au ton décalé transporte le lecteur de Paris aux stations du Vercors en passant par Grenoble. Au fil des jours, les trois personnages principaux, touristes au regard naïf, découvrent la montagne aux travers des yeux des locaux parmi lesquels une championne de biathlon, un pizzaiolo ou encore un ancien maquisard, et s'interrogent (presque sans le vouloir) sur les enjeux qui entourent la montagne. Le tout illustré par les clichés de Sophie Rodriguez, ancienne snowboardeuse professionnelle, qui nous plongent dans l'ambiance comme si on y était.

Le contraste entre vie urbaine et vie montagnarde est d'abord exprimé dans toute la splendeur des clichés, avant de s'atténuer petit à petit au fil des rencontres tandis que le narrateur se laisse apprivoiser par un lieu qui, sur le papier, le repoussait tant. Bien vite, il fait face aux paradoxes auxquels sont confrontés les habitants des territoires de montagne, à l'image du mince équilibre entre tourisme de masse et nature préservée, entre économie du ski et bouleversements environnementaux qui poussent la montagne à se réinventer.

Face au manque de neige, Claire, Johann et Romain partent en quête d'activités autres que le ski, une quête qui leur ouvrira les yeux sur tout ce que la montagne peut avoir à offrir en dehors des pistes balisées. Sans prétention, cette « déclaration d'amour à la montagne accessible » dresse le portrait brut de la montagne qui vit et qui s'interroge sur son avenir. Écrit avant même la crise du Covid-19, ce livre fait écho à toutes les questions qui animent aujourd'hui les débats quant au futur des territoires de montagne. (S.R.)



🇬🇧 Après-Ski is a story about three friends on holiday in Le Vercors. Faced with the lack of snow, Claire, Johann and Romain are looking for activities other than skiing, a quest that will open their eyes to all that the mountains have to offer. Inspired by real facts experienced by the two authors, this wacky story takes the reader from Paris to Le Vercors passing by Grenoble, illustrated by the pictures of Sophie Rodriguez, former professional snowboarder.



APRÈS-SKI
Par Johann Pellicot et Sophie Rodriguez
(préface de Tony Parker)
Éditions Glénat, collection
« Hommes et montagnes »
Novembre 2021, 240 pages, 19,95€

bel accord

Gestion de projets - Maîtrise d'oeuvre



Un projet qui s'adapte à vos envies

1 - PREMIÈRE
INTENTION



2 - CONSEIL
& CONCEPTION



3 - COORDINATION
GÉNÉRALE



4 - PROJET
FINAL

- Rénovation
- Acquisition de terrain
- Conception, projet neuf
- Dossier administratif

- Analyse
- Diagnostic, rapport & synthèse
- Esquisses & plans
- Descriptif de travaux
- Économie de la construction & gestion de planning

- Exécution
- Administratif
- Technique du bâtiment
- Gestion des entreprises
- Ordonnancement, pilotage & coordination

- Aide à la réception des travaux
- Projet clé en main
- Écoute constante & service maintenu après réalisation

www.belaccord.fr

contact@belaccord.fr • +33 (0)4 79 22 46 82

73800 Porte-de-Savoie, ALPESPACE • 73120 La Perrière, COURCHEVEL



PRÉSENTENT



LA FOLIE DOUCE COURCHEVEL FESTIVAL

8/9/10
AVRIL 2022

ENTRÉE GRATUITE

► COURCHEVEL 1850 (FRONT DE NEIGE) ◀

DJs ET GROUPE LIVE, RETROUVEZ LA PROGRAMMATION SUR :
WWW.FESTIVALFOLIEDOUCE-COURCHEVEL.COM

SUPER / GÉANT • SKI CROSS • SKI DE BOSSE • WATER SLIDE

**NEUF
AVRIL
2022**



COURCHEVEL
WINTER
LEGACY

by
**Alexis
Pinturault**



*Seriez vous prêt
à relever le défi
le plus complet ?*

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS SUR
WWW.WINTERLEGACY.COM

HEAD



CIMALPES



RICHARD MILLE