



les Vallées®  
COURCHEVEL / BRIDES-LES-BAINS / MÉRIBEL  
SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE / LES MENUJRES  
VAL THORENS / MOÛTIERS & ALENTOURS



## FOLIE DOUCE COURCHEVEL FESTIVAL

[PAGE 2]

**ÉVÉNEMENTS**  
**STATIONS**  
CRUSH RANDO  
FAMILLE  
**HYDROGÈNE**

**GUIDE GOURMAND**  
3 VALLÉES ENDURO  
**SAISON**  
**THERMALE**  
PISTES ROUGES

**PORTRAITS**  
**D'ICI**  
MOULIN  
CONCERTS  
**ZEN**

**NOUVEAU**  
LE KI-KOI-OÙ?  
**CHIEN**  
D'AVALANCHE  
DISTILLERIE



N°417

AGENDA DU 31 MARS AU 7 AVRIL 2023



# Gamme Kia Citadines.

Profitez des offres exceptionnelles sur Kia Picanto, Rio et Stonic.  
Disponibles très rapidement.



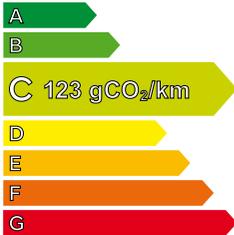
Movement that inspires<sup>(1)</sup>



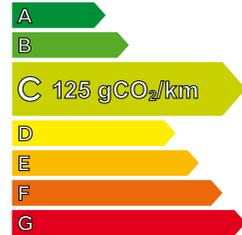
**KIA CHAMBERY LA RAVOIRE**  
22 Rue Pierre et Marie Curie,  
73490 La Ravoire  
Tél. : 04 79 72 94 08 | www.deltasavoie.fr/kia

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

## Kia Picanto



## Kia Rio



## Kia Stonic



Consommations mixtes du Kia Picanto : de 5,1 à 5,6L/100km ; du Kia Rio : de 5,4 à 5,6 L/100 km ; du Kia Stonic : de 5,2 à 6,0 L/100 km.

\*Garantie 7 ans ou 150 000 km (1<sup>er</sup> des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les États membres de l'UE ainsi qu'en Norvège, Suisse, Islande et Gibraltar sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur. (1) Mouvement 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 de la Kia Picanto Motion 1.0 essence (99 67 ch ISG BV/M5 (hors option)). 1<sup>er</sup> loyer majoré de 2 000 € (couvert à hauteur de 1 500 € par la Prime à la Conversion)<sup>(3)</sup> suivi de 48 loyers mensuels de 57 € TTC. Sous conditions de reprise. Exemple hors assurances et prestations facultatives. Modèles présentés: Kia Picanto GT-line Premium 1.0 essence T-GDI 100 ch ISG BV/M5. 1<sup>er</sup> loyer majoré de 2 000 € (couvert à hauteur de 1 500 € par la Prime à la Conversion)<sup>(3)</sup> suivi de 48 loyers mensuels de 207 € TTC. Sous conditions de reprise. Kia Rio GT-line Premium 1.0 L essence T-GDI 100 ch BV/M6 (avec peinture métallisée). 1<sup>er</sup> loyer majoré de 2 000 € suivi de 48 loyers mensuels de 267 € TTC. Kia Stonic GT-line Premium 1.0 essence T-GDI MHEV 120 ch BV/M6 (avec peinture bi-ton). 1<sup>er</sup> loyer majoré de 2 000 € suivi de 48 loyers mensuels de 307 € TTC. Sous conditions de reprise. Exemples hors assurances et prestations facultatives. (3) Conditions de reprise et d'éligibilité sur kia.fr et servicepublic.fr. Offres réservées aux particuliers, non cumulables, valables du 01/01/2023 au 31/01/2023 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. Voir conditions sur kia.fr.

Au quotidien, prenez les transports en commun #SeDéplacerMoinsPolluer

# METEO

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

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



OUKISON?

# PAUL & RENÉ

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

(hors 1<sup>er</sup> de couverture, sommaire et page Ki-Koi-Où)

DANS LE N°416, PAUL SE CACHAIT EN PAGE 21, ET RENÉ EN PAGE 9.

## LES 3 VALLÉES INFOSNEWS N°417 31 MARS 2023

245 Rue de la Combe de l'Adret - Chef-Lieu - 73350 Montagny  
+33 (0)4 79 410 410

infosnews.fr • contact@infosnews.fr

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395.

DIRECTEUR DES ÉDITIONS Gaëtan Blanrue

RÉDACTRICE EN CHEF Enimie Reumaux

RÉDACTION Caroline Bernard / Romain Carron / Mathis Chambost

Sabrina Maitre / Enimie Reumaux / Sarah Ritter

TRADUCTION Katrien Servranckx (indépendante)

GRAPHISME Léa Moles / Salomé De Bonis

PUBLICITÉ Gaëtan Blanrue / Sabrina Maitre

Romain Carron / Caroline Bernard / Nolwenn Delcroix

IMPRESSION Lorraine Graphic

Publi-rédactionnel

Crédits photos : Infosnews, sauf mention contraire

NOUVEAU SITE WEB  
infosnews.fr  
Toute l'actu en avant-première



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.



# SOMMAIRE

## LE MUST TO DO !

2 - Ski, dance and sun, à la Folie Douce Courchevel Festival

## NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 6 - Notre crush rando famille : boucle hivernale du plan de Tuéda
- 8 - Le 3 Vallées Enduro, un rendez-vous mytique !
- 10 - Livre : « Une histoire des sports d'hiver », de Guillaume Desmurs
- 11 - Le saisonnier : Allan Grammatica, à Courchevel
- 12 - Shopping spécial ski de printemps
- 13 - Best-of : les pistes rouges emblématiques
- 14 - L'actu des champions

## COURCHEVEL - LA TANIA

- 15 - Un nouveau festival qui fait son cinéma
- 17 - Écoutons la montagne, podcast d'Émilie Wadelle
- 18 - Retour sur... la finale de la Millet Ski Touring

## BRIDES-LES-BAINS

- 20 - Plongée dans le grand bain thermal

## MÉRIBEL

- 23 - Musique électro, ça passe ou ça clash !
- 24 - Une quin-zen au sommet
- 26 - Métier : maître-chien d'avalanche, main dans la patte

## SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

- 29 - On a testé : la visite au moulin de Burdin
- 30 - À l'assaut de Tougnette en ski de rando

## LES MENUIRES

- 31 - Un concert à Menu-Irlande !
- 33 - Un petit break en famille ?
- 34 - Une expérience ruche en émotions
- 35 - Une découverte entre tradition et transmission

## VAL THORENS

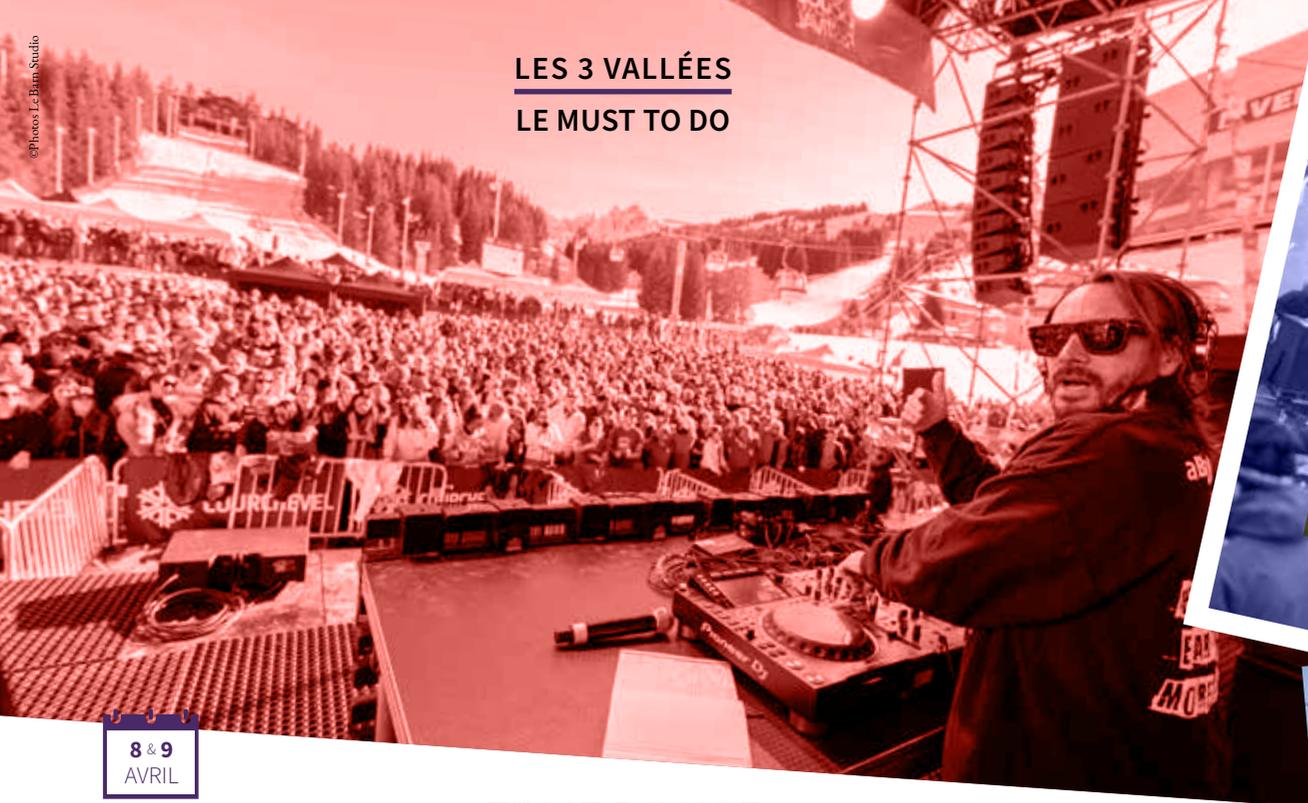
- 36 - On a testé : le sentier de la Marine : à l'abordage !
- 38 - Marc Lelièvre, l'expo qui prend de la hauteur
- 40 - Faction et Nitro, en test à Val Tho

## MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 41 - Be-Cause : hydrogène, une station qui ne manque pas d'air
- 42 - Une folle histoire de spiritueux
- 44 - We will rock you, à Bozel

## GUIDE GOURMAND

- 46 - Recette : flamiche aux poireaux
- 47 - Notre sélection de bonnes tables
- 54 - Coup de fourchette : Les Pierres Plates, à Méribel
- 59 - Coup de fourchette : La Table des Marmottes, aux Menuires
- 64 - Jeu : le Ki-Koi-Où super gourmand !



8 & 9  
AVRIL

## FOLIE DOUCE COURCHEVEL FESTIVAL SKI, DANCE AND SUN

Le Folie Douce Courchevel Festival est de retour pour sa 3<sup>e</sup> édition : attention, grosse fiesta en approche ! Concerts d'exception, shows incroyables... c'est gratuit, c'est du 8 au 9 avril prochains et c'est à Courchevel que ça se passe.

### AMBIANCE ÉLECTR(ON)IQUE

En ce week-end de Pâques, ce ne sont pas les cloches qui vont sonner mais plutôt les basses qui vont vibrer ! Car c'est tout le front de neige de Courchevel 1850 qui va se transformer en un véritable dancefloor à ciel ouvert pour accueillir les artistes et DJ de la scène électro. En tête d'affiche, nul autre que The Avenir : on a tous dansé sur son titre « Fade out lines ». On pourra aussi bouger sur les sons de Hugel, artiste aux millions de streams, et ceux de DJ Abdel qui a travaillé avec de grands noms du rap comme Rohff, Jul et Maître Gims. Enfin, The Supermen Lovers plongera les spectateurs dans une délicieuse nostalgie des années 2000 à l'image de son titre « Starlight »... ça ne vous dit rien comme ça ? Allez écouter, cela vous rappellera de bons souvenirs !

### UNE PROGRAMMATION VARIÉE ET FESTIVE

Groovy, latin house, remix, techno, urbain... le line-up d'une dizaine d'artistes est varié avec une multitude de

styles qui plairont à tous types de publics. Les artistes locaux de la Folie Douce Méribel-Courchevel seront aussi bien sûr de la partie avec le groupe Rock The Top qui proposera une performance inédite mêlant chant, DJ, danse... un show à ne pas me manquer, d'autant qu'il clôturera le festival dimanche 9 avril. Une chose est sûre : il y aura de quoi mettre le feu à la neige, car ce n'est pas tous les jours qu'on a l'occasion de danser sur un tapis blanc avec vue sur les sommets ! En plus, l'entrée est gratuite pour tous : pourquoi se priver ?

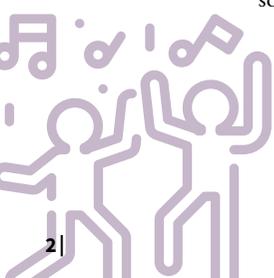
### UN P'TIT CONCERT GRATUIT ENTRE DEUX PISTES ?

Descendre quelques pistes, s'arrêter pour le DJ set d'un artiste mondialement connu, puis repartir à l'assaut du domaine skiable : non, non ce n'est pas un rêve ! Avec des concerts prévus à 14h pour le premier et 19h30 pour le dernier, on peut aussi bien profiter du festival pendant et après sa journée de ski. Une formule idéale pour profiter du fameux « beau temps, belle neige » qu'offre le ski de printemps. Et à quelques pas de là, on peut aussi aller faire un tour sur le Winter Legacy, une course inédite organisée par le champion local Alexis Pinturault. (S.R.)

🇬🇧 The 3<sup>rd</sup> Folie Douce Courchevel Festival is programmed on 8 and 9 April on the snow front of Courchevel 1850. Groovy, Latin house, remix, techno, urban... the line-up of a dozen artists is varied with a multitude of styles that will appeal to all types of audiences. The local artists of the Folie Douce Méribel-Courchevel will be present with the group Rock The Top proposing an original performance mixing singing, DJ, dancing... a show not to be missed !

### ◆ FOLIE DOUCE COURCHEVEL FESTIVAL

Sur le front de neige de Courchevel 1850  
À partir de 14h (ouverture des portes à 13h)  
Gratuit, accès en ski ou à pied  
Programmation et horaires détaillés sur [festivalfoliedouce-courchevel.com](http://festivalfoliedouce-courchevel.com)  
+33 (0)4 79 08 00 29



**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 Le Chalet de la Masse +33 (0)4 79 00 74 04
- ⑩ Peuf Daddy +33 (0)9 81 90 34 96
- ⑪ La Ferme de Reberly +33 (0)4 79 00 77 01
- ⑫ Le Roc 7 +33 (0)9 79 99 87 87
- ⑬ Les Chalets du Thorens +33 (0)4 79 00 02 80
- ⑭ La Moutière +33 (0)4 79 00 02 67



**FREE OFFICIAL APP**

**INFOS EN TEMPS RÉEL**  
REAL-TIME INFO

**CHALLENGES**

**WEBCAM**

**RESTAURANTS**

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

<b>FACILE</b> Easy	<b>TELÉSÉGE À BULLE</b> Chairlift with bubbles	<b>RESTAURANT D'ALTIITUDE</b> Mountain restaurant	<b>PORTIONS PLATES</b> Flat sections
<b>DIFFICULTÉ MOYENNE</b> Average difficulty	<b>TELÉCABINE</b> Open gondola	<b>WC PUBLICS</b> Public toilets	<b>PISTE DE LUGE</b> Sledge run
<b>DIFFICILE</b> Difficult	<b>TELÉCABINE</b> Gondola	<b>AIRE DE PIQUE-NIQUE</b> Picnic area	<b>ZONE SKI &amp; FUN</b> Ski & fun area
<b>TRÈS DIFFICILE</b> Very difficult	<b>FUNTEL</b>	<b>SALLE DE PIQUE-NIQUE</b> Picnic room	<b>ZONE SKI &amp; CHALLENGE</b> Ski & Challenge area
<b>TELESKI / TAPIS</b> Drag Lift / Magic carpet	<b>TELÉPHÉRIQUE</b> Cable car	<b>WI-FI GRATUIT</b> Free Wi-Fi	<b>BASCULE 3 VALLÉES</b> 3 Vallées Look
<b>TELÉSÉGE</b> Chairlift	<b>SECOURS / INFORMATION</b> First aid / Information Point	<b>ALTILOURFACE</b> Altitude	<b>SOMMET MYTHIQUE 3 VALLÉES</b> Sommet 3 Vallées Peak
<b>TELÉSÉGE</b> Panoramic view	<b>SECOURS / INFORMATION</b> Panoramic view	<b>TYROLIENNE</b> Zip line	

**L'ÉCLIPSE**

3,3km, 944m de dénivellé: skiez comme les champions sur la nouvelle piste des championnats du monde de ski alpin!

**3,3km, 944m drop: ski like champions on the new World Ski Championships slope!**

À Courchevel, accès: Bouc Blanc

© S. Aymoz

**MÉRIBEL**  
CŒUR DES 3 VALLÉES

**FORAITS EN LIGNE**

Partez skier sans passer par les caisses: achetez votre forfait de ski en ligne sur [www.skipass-meribel.com](http://www.skipass-meribel.com) et évitez ainsi les files d'attente en cas de forte affluence.

**Save time by buying your ski pass online on [www.skipass-meribel.com](http://www.skipass-meribel.com).**

[www.skipass-meribel.com](http://www.skipass-meribel.com)

© DR

**DE MY GUEST-MARTIN**  
LES 3 VALLÉES

**PISTE JÉRUSALEM**

La piste a bénéficié d'un reprofilage pour faciliter l'accès à un plus grand nombre de skieurs. Tout le monde pourra ainsi profiter pleinement de son charme mythique, de ses jolies courbes et de son panorama exceptionnel! Venez skier du côté de Saint-Martin et admirez un paysage vierge!

**The slope has been improved to facilitate the access to a greater number of skiers for the benefit of all. Enjoy its irresistible charm, its beautiful curves and its exceptional panorama! Ski on the side of Saint Martin, benefit of an untouched landscape!**

Accès: St Martin Express

© OT Val Thorens

**TYROLIENNES LA BEE**

Survolez les pistes de ski de Val Thorens en duo grâce à la cascade de tyroliennes La BEE! 2 km de parcours en trois tronçons et une arrivée au cœur de la station, Place Caron! Val Thorens et les remontées mécaniques s'engagent dans la protection des abeilles avec cette tyrolienne complètement survoltée!

**Fly over the ski slopes of Val Thorens in duo with the BEE! A course of 2 km in three sections and an arrival in the heart of the station, Place Caron! Val Thorens and the ski lift company show their commitment to the protection of bees with this amazing zip line!**

© OT Val Thorens

FACILE 

## BOUCLE HIVERNALE DU PLAN DE TUEDA - REFUGE DU PLAN

MÉRIBEL-MOTTARET

 191m<sup>+</sup>

1H30 - 4,3 KM

**Appel à tous ceux qui veulent s'initier à la randonnée. Direction la réserve naturelle du Plan de Tueda, boucle idéale à pratiquer en famille et véritable trésor faunistique et forestier : pins cembro, épicéas, arolles, arcosses, traces d'animaux... Tout n'est qu'émerveillement !**

Depuis le parking de Plan Ravet (P), nous empruntons le chemin piéton balisé qui nous mène en 10 minutes jusqu'au lac de Tueda, élément central de la Réserve naturelle du même nom (1). Notre avancée est bercée par la musique du Doron des Allues qui se trouve sur notre droite.

En arrivant devant le lac, le plateau brille de sa neige scintillante, sur fond de forêts d'épineux. Nous empruntons le sentier hivernal qui longe le lac sur la gauche (attention de ne pas confondre avec la piste de ski de fond) avant de passer à proximité de la Maison de la Réserve (2), 10 minutes plus tard.

Nous continuons tout droit et empruntons 10 minutes plus tard le chemin de randonnée sur la gauche (3) en direction du Refuge du Plan. En quittant les abords du lac, la vue se dégage peu à peu sur l'impressionnante Aiguille du Fruit.

Le chemin devient un balcon au-dessus du lac et après 10 minutes d'ascension, nous atteignons le refuge du Plan où le restaurant, ouvert le soir (réservation obligatoire), sert ses spécialités savoyardes et gourmandes (4).



3

Le chemin continue de grimper pendant 5 minutes avant d'osciller entre petites montées et descentes à travers les forêts de Bois Marin durant 20 minutes (5). Nous repassons sur un chemin qui longe l'autre côté du lac et le Doron des Allues pendant environ 20 minutes. Enfin, nous passons près de l'exploitation agricole fromagère Perret, où pendant l'été, lorsque les alpagistes sont présents, la halte gourmande est conseillée. Nous traversons un dernier pont au-dessus du ruisseau avant de rejoindre le parking de départ.

La team **INFOSNEWS** - mountain addicts



4

DÉPART - ARRIVÉE



### POINTS FORTS

- Cadre enchanteur au pied des sommets
- Une randonnée familiale accessible à tous

**MÉMO :** En montagne, on se prépare !

- Toujours vérifier les conditions météo et la praticabilité du sentier avant de partir
- Prévenir quelqu'un de votre parcours et timing estimé
- Les indispensables : eau, raquettes (selon enneigement), chaussures adaptées, lunettes de soleil et tenue chaude
- L'accompagnement par un professionnel de la montagne est toujours recommandé

### INFOS UTILES

Suivre le balisage jaune  
Itinéraire consultable sur [meribel.net](http://meribel.net)  
Chiens (tenus en laisse) tolérés jusqu'au  
Refuge du Plan +33 (0)6 89 23 85 68  
[refugeduplanmeribel.com](http://refugeduplanmeribel.com)  
Maison de la Réserve : animations  
en saison ([meribel.net](http://meribel.net))

2  
AVRIL

## LES 3 VALLÉES

# 3 VALLÉES ENDURO, UN RENDEZ-VOUS MYTHIQUE !



© David André

**Rendez-vous ce dimanche 2 avril pour une nouvelle édition du 3 Vallées Enduro, compétition unique et ludique, ouverte à tous, qui se déroule au cœur du plus grand domaine skiable du monde. On vous donne 4 bonnes raisons de vous inscrire !**

### C'EST LA GRANDE FÊTE DE TOUS LES AMATEURS DE SKI

Pas besoin d'avoir le niveau d'Alexis Pinturault pour prendre le départ. Le 3 Vallées Enduro se court par équipe de 3, à ski, snowboard ou télémark, dans l'une des trois catégories : pros, amateurs sportifs et familles. On a le droit de participer au nombre d'épreuves qu'on veut, et à son rythme, l'essentiel est avant tout de se faire plaisir.

### DES SPÉCIALES MYTHIQUES AU CŒUR DES 3 VALLÉES

Sur les pistes, 12 épreuves touchant à toutes les disciplines de la glisse sont réparties dans toutes les stations : géant, vitesse, slalom, mais aussi big air, biathlon ou bordercross... Il y en a pour tous les goûts ! Cette année, 4 sont inédites : un relais alpinisme sur le toit du Board à Val Thorens, le derby de la Masse aux Menuires (ça va secouer dans les bosses), un derby en mode Super-G sur la mythique Roc de Fer de Méribel, et une épreuve de KL sur le stade Émile-Allais, à Courchevel.

### UNE AMBIANCE BON ENFANT

Alors oui, il va y avoir du sport, mais dans une ambiance très bon enfant. En témoigne l'épreuve du photocall, qui récompense la plus belle pose, et les supporters qui acclament les figures au pied du big air. Les affamés ne manqueront pas de faire un crochet par les généreux points de ravitaillement, BBQ party à Val Thorens et grand chapiteau (avec diots polenta et food truck) à Mottaret.

### UN ÉVÈNEMENT RICHEMENT DOTÉ

S'il y a bien un classement à l'issue de la journée, récompensant les meilleurs de chaque catégorie, les remises des prix organisées dans chaque station de départ sont l'occasion de vastes tirages au sort parmi tous les participants. Grâce à ses nombreux partenaires, dont l'historique Salomon, le 3 Vallées Enduro est richement doté (skis, forfaits, matériel de ski...). De quoi terminer en apothéose une belle journée de glisse au grand air.

Dernière info, et non des moindres, il est possible de s'inscrire jusqu'au matin même, dans les offices de tourisme et clubs des sports ! (E.R.)



© Arthur Bertrand / Les 3 Vallées



© Arthur Bertrand / Les 3 Vallées

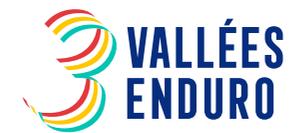


© David André



© David André

**U**n teams of 3, the participants participate in 12 different challenges. Here are 4 reasons to participate : the event is open all (categories professionals/family/amateurs), four new challenges (a mountaineering relay on the roof of Le Board in Val Thorens, the derby La Masse in Les Menuires, a derby in Super-G mode on the mythical Roc de Fer in Méribel, and a KL event on the Émile-Allais stadium in Courchevel), in a convivial atmosphere, with several prizes to win !



### 3 VALLÉES ENDURO

Stations de départ : Méribel, Courchevel, Les Menuires et Val Thorens ou Orelle  
Casque obligatoire, protection dorsale fortement conseillée  
Inscription dans les offices de tourisme et clubs des sports les 1<sup>er</sup> et 2 avril : 32€ / pers (hors forfait)  
Forfait journée 3 Vallées au tarif de 43€ au lieu de 72€.  
enduro.les3vallees.com

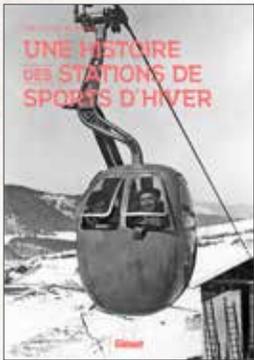
LES 3 VALLÉES  
COURCHEVEL - BRIDES-LES-BAINS  
MÉRIBEL  
BELLEVILLE - MENUIRES / ST MARTIN  
BELLEVILLE - VAL THORENS  
MOÛTIERS / SOZEL ...  
GUIDE GOURMAND

ON A LU POUR VOUS...

## UNE HISTOIRE DES STATIONS DE SPORTS D'HIVER

DE GUILLAUME DESMURS

RECOMMANDÉ PAR  
**Cultura**



De la naissance du ski comme loisir à l'essor des sports d'hiver, long a été le chemin... ou plutôt, la piste ! Récits illustrés par des images d'archives et questionnement sur l'avenir des stations de sport d'hiver se côtoient dans cet ouvrage écrit par un journaliste passionné de ski.

Si vous tenez cet ouvrage entre les mains, c'est que vous êtes forcément familier des stations de sports d'hiver... Mais savez-vous seulement d'où elles viennent ? Car si cela paraît normal aujourd'hui de dévaler des pistes balisées, la création des stations résulte d'une formidable épopée débutée au XX<sup>e</sup> siècle. Des esprits visionnaires, des plans de développement ambitieux et une bonne dose d'audace : c'est ainsi que la neige devint or blanc, transformant radicalement la vie en montagne. Tel un fascinant voyage dans le temps, Guillaume Desmurs, originaire de la vallée des Belleville, déroule la chronologie des stations de ski dans les Alpes françaises, suisses, autrichiennes... On y retrouve notamment Courchevel, pionnière des stations modernes, mais aussi La Plagne, emblématique du Plan Neige de 1964.

Un récit historique mais pas barbant, surtout grâce aux nombreuses images, affiches et revues de presse d'archives qui ponctuent les textes. Des tenues affriolantes et plutôt insolites des pionniers du ski aux croquis de remontées mécaniques en passant par Benito Mussolini qui skie torse nu (si, si !), on dévore les pages pour découvrir ces petits pans d'histoire insolites. La deuxième partie est consacrée à l'avenir des stations de sports d'hiver, inévitablement liée au changement climatique qui impacte le précieux or blanc sur lequel elles ont été bâties. Il faudra se réinventer pour perdurer : comme le dit l'adage, il faut savoir d'où l'on vient pour savoir où l'on va... Et c'est plein d'espoir que Guillaume Desmurs clôturera son récit. (S.R.)

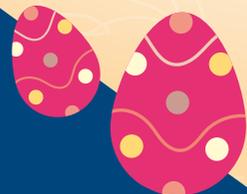
**UK** Like a fascinating journey through time, Guillaume Desmurs, originally from the Belleville valley, unfolds the chronology of ski resorts in the French, Swiss and Austrian Alps. We learn more about Courchevel, pioneer of the modern resorts, but also La Plagne, part of the Plan Neige in 1964.

**UNE HISTOIRE DE STATIONS DE SPORTS D'HIVER**  
Guillaume Desmurs  
Éditions Glénat  
Collection Beaux livres Montagne  
192 pages • 25,95€ • novembre 2022



**Cultura**

PENSEZ À PRÉPARER PÂQUES, ÇA FOND VITE.



**La main à la Pâques**



Zone commerciale du Chiriac  
57 rue Ambroise Croizat  
Albertville



**SAISONNIER**  
RENCONTRE

*Profil*

- **Prénom :** Allan
- **Nom :** Grammatica
- **Surnom :** Rallan
- **Âge :** 33 ans
- **Origine :** Grenoble
- **Job :** Responsable du magasin de ski Bernard Orcel
- **Où :** Hôtel Aman le Mélézin
- **Station :** Courchevel

*Allan*

## SNOW QUI PEUT !

**Enfant des montagnes, il sait les déplacer pour accéder aux moindres désirs de sa clientèle luxueuse. Responsable du magasin de location Bernard Orcel à l'hôtel Aman Le Mélézin à Courchevel, Allan revient dans la station depuis 9 ans par amour de la glisse. Rencontre avec ce saisonnier débrouillard au regard malicieux.**

Raconte-nous ton parcours de saisonnier...

J'ai commencé par faire les saisons d'été du côté de Cannes en tant que moniteur de wakeboard, ski nautique et wakesurf à 22 ans. Un an plus tard, ma sœur, déjà sur place, m'a donné l'opportunité d'arriver à Courchevel en saison. Je me suis formé sur le tas en tant que skiman, tout d'abord à l'Hôtel le Strato puis à l'Hôtel le Barrière où je suis devenu responsable de magasin. Et me voilà à l'Hôtel du Mélézin depuis 2 saisons.

Et tu es resté saisonnier...

Oui, je me vois mal rester au même endroit toute l'année et n'avoir que 5 semaines de congés par an. L'été, je suis sur l'eau en tant que moniteur de wakesurf à Genève, et l'hiver à la montagne. Je profite des intersaisons pour voyager et voir la famille et les amis.

Qu'est-ce qui te plaît à Courchevel ?

Avec Bernard Orcel, on travaille dans de bonnes conditions : on est bien logés, bien payés et respectés. D'ailleurs le personnel revient d'une saison sur l'autre. J'ai fait pas mal de saisons et ce n'est pas toujours le cas partout. En tant que Grenoblois, j'ai surfé dans beaucoup de stations du Vercors, et il faut reconnaître qu'ici le damage des pistes est très bon.

As-tu quelques bonnes adresses à nous donner ?

J'adore le restaurant de pistes La Cave des Creux (1850), car le rapport qualité/prix est top. J'aime bien aller boire un coup au pub irlandais le Gatekeeper ou au bar de la Luge à 1850.

As-tu une anecdote croustillante sur ta vie saisonnière ?

J'ai eu la chance de faire du snowboard avec David Beckham que j'ai servi en tant que client. Sur mon jour de congé, il m'a proposé d'aller avec lui. Ça restera gravé à vie ! (C.B.)

**UK** Manager of the Bernard Orcel rental shop at the Aman Le Mélézin hotel in Courchevel, Allan has been coming back to the resort for 9 years for the love of skiing. At the age of 33, Allan can't see himself staying in one place all year round and only having 5 weeks off a year. In summer, he works as a wakesurfing instructor in Geneva, and in winter he works in Courchevel. He takes advantage of the off-seasons to travel and see family and friends.



# SHOPPING

## SPÉCIAL **SKI DE PRINTEMPS**

Ça y est, le printemps est là ! Les jours rallongent, la température monte, le soleil brille et nous appelle irrésistiblement... Voici quelques idées pour profiter au max de l'ambiance « chaude » du ski de printemps, sans rentrer tout transpirant !

### DES LUNETTES MASQUE

Transformation immédiate en panthère des neiges avec cette édition limitée du modèle iconique Trail Evo de Dynafit. Plus aéré qu'un masque qui tient chaud, ces lunettes couvrantes protègent tout de même efficacement les yeux du soleil (catégorie 3) et de l'air et ne risquent pas de glisser grâce aux branches antidérapantes.

LUNETTES DE SOLEIL DYNAFIT TRAIL EVO ÉDITION SNOW LEOPARD • UNISEXE  
150€



### UNE POCHE À EAU

À grande chaleur, grande soif ! Pour éviter de sortir sa gourde du sac à dos toutes les deux secondes, la poche à eau est votre meilleure amie.

POCHE À EAU CAMELBAK CRUX 2L  
PLUSIEURS TAILLES • 44,99€



### DES SOUS-GANTS FINS

Pas besoin de garder les moufles en terrasse ou pour le pique-nique lorsqu'il fait bon, mais on peut vite se faire avoir par un petit courant d'air qui vient geler les mains... ou par la fraîcheur d'un doux breuvage commandé en terrasse ! Hop, on sort ces petits gants fins du sac pour régler le problème en deux-deux.

SOUS-GANTS ICEBREAKER 200 OASIS  
DU XS AU XL • 35,95€



### UNE VESTE LÉGÈRE

Avec les températures qui grimpent, les vestes épaisses qu'on utilise au cœur de l'hiver font vite effet cocotte-minute. Pour ne pas finir trempé, on opte pour une veste hardshell légère imperméable en cas de chute mais respirante et coupe-vent. (S.R.)

VESTE MAMMUY TAISS HS • DU XS AU XL  
(F) OU DU S AU XXL (H)  
PLUSIEURS COLORIS • 380€



**UK** The days are longer and warmer, it's time to go shopping : Icebreaker 200 Oasis undergloves at €35,95; Mammuy Taiss HS jacket available in various colours at €380, Dynafit Trail Evo Snow Leopard edition sunglasses (unisex) at 150€; Camelbak Crux 2L water bag in various sizes at €44,99.

## LES 3 VALLÉES

# Best-of

## LES PISTES ROUGES EMBLÉMATIQUES !



©T.Louberé OT Val Thorens



©Cyril Gervais



© Sylvain Aymoz

Amateur de pentes engagées ou bien de beaux paysages, il y en aura pour tous les goûts ! Voici quelques-unes des plus belles pistes rouges des stations des 3 Vallées.

### LA COMBE DU VALLON MÉRIBEL-MOTTARET

Quoi de mieux que la Combe du Vallon pour débiter ce best-of ? Depuis le sommet du mont Vallon, à 2952m d'altitude, jouissez d'une descente de plus de 3km pour 1000m de dénivelé. De par son altitude élevée et son exposition face nord, la Combe du Vallon dispose d'une qualité de neige incomparable. C'est la piste parfaite pour se dépenser et faire de belles courbes, tout en profitant du soleil de Méribel.

Accès via la télécabine du Mont-Vallon

### LA CHRISTINE VAL THORENS

Avec la Christine, on skie au pied des glaciers ! Une fois arrivé au sommet du Funitel de Pécelet, tirez le plus possible sur la droite, pour atteindre cette piste unique, donnant l'impression d'être dans une petite vallée à l'écart du domaine. Sur 700m de dénivelé, profitez de cette pente longue et vallonnée, aux multiples changements de rythme. N'oubliez pas de vous arrêter et de lever la tête, pour admirer l'imposant glacier de Pécelet !

Accès via le Funitel de Pécelet

### LES CHAPELETS COURCHEVEL

Située à Moriond, à l'extrémité de la station, la piste des Chapelets siéra à merveille aux skieurs en quête de grands espaces et de paysages à couper le souffle. Souvent moins fréquentée, cette piste vous offrira un moment seul face à la nature, où vous voguerez au milieu de la forêt, tout en bénéficiant d'une vue imprenable sur la Dent du Villard, la vallée des Avals et la vallée de Bozel.

Accès via les télésièges des Chapelets ou du Signal

### LA FRED COVILI LES MENUIRES

La Pointe de la Masse, c'est un des sommets immanquables des 3 Vallées. Lorsque vous arrivez en haut, empruntez la petite bleue du Bouquetin sur quelques mètres, avant de vous élancer sur cette longue piste à la pente soutenue qu'est la Covili. Profitez alors d'une descente de 2,4km pour 641m de dénivelé, qui pourra être sublimée par la piste bleue des Enverses, pour un total de plus de 3km de descente ! (M.C.)

Accès via la télécabine de la Pointe de la Masse

**UK** Here is a list of emblematic red slopes so that you can make the most of it : La Combe du Vallon in Méribel-Mottaret accessible via the cable car Mont-Vallon, La Christine in Val Thorens accessible via Funitel de Pécelet, Les Chapelets in Courchevel accessible via the chairlifts Chapelets or Signal, and La Fred Covili in Les Menuires accessible via the cable car Pointe de la Masse.

Prix publics conseillés par les fabricants

# 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 DE FOND

COUPE DU MONDE  
TALLINN (ESTONIE)  
SPRINT HOMMES 21 MARS

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

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

COUPE DU MONDE  
LAHTI (FINLANDE)  
TEAM SPRINT HOMMES 24 MARS

5<sup>es</sup> **RICHARD JOUVE**  
Méribel  
**AVEC J. CHAPPAZ**

8<sup>es</sup> **RENAUD JAY**  
Les Menuires  
**AVEC L. CHANAVAT**

SPRINT CLASSIC HOMMES 25 MARS

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



## SKI-ALPINISME

COUPE DU MONDE  
ADAMELLO (ITALIE)  
TEAM RACE DAMES 25 MARS

1<sup>es</sup> **EMILY HARROP**  
Courchevel  
**AVEC A. GACHET-MOLLARET**

MILLET SKI TOURING 2022-2023  
COURCHEVEL  
CLASSEMENT GÉNÉRAL DAMES

2<sup>e</sup> **EMILY HARROP**  
Courchevel

3<sup>e</sup> **JESSICA PARDIN**  
Méribel

CLASSEMENT GÉNÉRAL HOMMES

7<sup>e</sup> **PAUL JAY**  
Les Menuires



## SNOWBOARD-CROSS

COUPE DU MONDE  
MONT ST ANNE (CANADA)

DAMES 25 MARS

2<sup>e</sup> **CHLOÉ TRESPEUCH**  
Val Thorens

15<sup>e</sup> **ZOÉ COLOMBIER**  
Méribel

DAMES 26 MARS

3<sup>e</sup> **CHLOÉ TRESPEUCH**  
Val Thorens

17<sup>e</sup> **ZOÉ COLOMBIER**  
Méribel



## HOCKEY-SUR-GLACE

1/4 DE FINALE MATCH 3 26 MARS

Home  
VALENCIENNES

04

Guest  
HCMP

05

Demi-finale  
(au meilleur des 5 matchs)

Matches 1 & 2 : HCMP - Vaujany les 31 mars  
& 4 avril à 20h30 (Méribel)

Matches 3 & 4 : Vaujany - HCMP les 8 & 9 avril  
Match 5 : HCMP - Vaujany le 12 avril à 20h30  
(Méribel)

GO BOUKS GO !

© Noémie Nirat



GAETANO NACCARATO

© Thibault Grabherr



JULIE FERRIER

© Courchevel tourisme



LAURENT GERRA

## PROJECTEURS SUR UN FESTIVAL QUI FAIT SON CINÉMA !

On célèbre le printemps avec une grande première ! Du 3 au 5 avril, les Rencontres du Festival du Cinéma français à Courchevel nous emmènent à la rencontre d'artistes autour de moments qui mêlent glisse et gastronomie. Encore un scénario bien ficelé pour la station...



### SYNOPSIS DU FESTIVAL

Partenaire du Festival du cinéma français Aix-les-Bains, ce nouvel événement vise à créer des moments intimistes entre artistes du cinéma français et le grand public. Parmi les guests de cette première édition, on retrouvera Bruno Solo, Stéphane De Groodt, Laurent Gerra, Arnaud Ducret, Julie Ferrier, Caterina Murino, la violoniste et productrice de spectacle Anne Gravoin et le réalisateur savoyard Gaetano Naccarato.

### UN PROGRAMME REMPLI D'ACTION

Le 3 avril un dîner aura lieu à l'hôtel Le Lana en compagnie des artistes. Le 4 avril, place à une journée de ski en présence des VIPs. À 18h, direction l'auditorium Gilles de la Rocque pour une master-classe en présence des artistes avant d'assister à la présentation de l'avant-première du film « Le Cours de la vie », en présence du réalisateur Frédéric Sojcher (réservation sur [www.courchevel.com](http://www.courchevel.com)). Alors silence, moteur, action ! (C.B.)

**T**his new event aims to create intimate moments between French film artists and the public. Among the guests of this first edition will be Bruno Solo, Stéphane De Groodt, Laurent Gerra, Arnaud Ducret, Julie Ferrier, Caterina Murino, the violinist and show producer Anne Gravoin and the Savoyard director Gaetano Naccarato.

**LES RENCONTRES DU FESTIVAL DU CINÉMA FRANÇAIS**  
Places limitées : réservation Courchevel Tourisme

EN+

**LUNDI 03.04**

Tournoi de poker  
Poker tournament  
Dès 20h • Gratuit  
Courchevel 1850  
Salle de la Croisette

**MERCREDI 05.04**

Chamallow party  
Chamallow party  
Dès 16h • Gratuit  
Courchevel La Tania - Front de neige

**JEUDI 06.04**

Concert « The Jazz Cooks »  
Concert « The Jazz Cooks »  
De 16h à 17h30 • Gratuit  
Courchevel Moriond  
Place du Bachal

**Office de tourisme  
Courchevel**

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

# Jean Blanc Sports

## LE SPÉCIALISTE DU SKI

À COURCHEVEL, DEPUIS 1947  
SKI & MODE /// VENTE & LOCATION



REVENDEUR  
**STÖCKLI**

**COURCHEVEL 1850**  
**+33 (0)4 79 08 26 41**  
**www.jeanblancsports.com**

## COURCHEVEL



## ÉCOUTONS LA MONTAGNE

**Native de Courchevel, Emilie Wadelle a créé le podcast Le Camp de Base depuis son studio de création sonore Skadi & Co. Le but ? Raconter la montagne à travers les parcours de différentes personnes qui la pratiquent et l'étudient.**

Quand Émilie a eu l'idée de lancer ce nouveau podcast, elle ne pensait pas que le projet allait prendre une telle ampleur. Passionnée par l'univers du son, elle a fondé son propre studio de création indépendant Skadi & Co... Et rapidement, l'envie de donner une voix à la montagne, l'environnement dans lequel elle a grandi, s'est faite ressentir : ainsi est né le Camp de Base.

Le concept ? Pendant environ 30 minutes, un dialogue est établi avec un invité qui baigne dans l'univers montagnard. Scientifiques, spécialistes du tourisme, skieurs professionnels ou encore guides de haute-montagne : les profils sont divers et variés. « Ma première invitée était Tiphaine Duperier, une skieuse et alpiniste réputée dans le milieu. Cela a donné une certaine légitimité au podcast qui m'a permis de faire venir des personnes que je n'aurais jamais pensé avoir ! », explique Émilie. Car si 10 épisodes était prévus sur la première saison l'an dernier, c'est bien 22 qui ont été réalisés, cumulant plus de 10000 écoutes. Parmi les invités, on compte par exemple le skieur professionnel de Méribel Jérémy Prevost ou la secouriste en montagne du CRS Albertville Marion Poitevin.

« Pour la première saison, j'avais envie de garder un aspect contemplatif, de faire découvrir la montagne à travers les invités qui la racontent », continue Émilie. Si cette deuxième saison fera tout de même voyager les auditeurs sur les sommets, il sera davantage question des enjeux à venir pour la montagne, ses acteurs et ses différents usages. « On va notamment évoquer les politiques des stations de ski en terme de transition, le changement climatique, les conflits d'usage... », conclut-elle. Une chose est sûre, il y aura encore du beau monde derrière le micro : les skieurs tarins Gaëtan Gaudissard et Mathieu Navillod, la glaciologue Delphine Six... Rendez-vous toutes les deux semaines jusqu'en juin ! (S.R.)



Originally from Courchevel, Emilie Wadelle created the podcast Le Camp de Base from her sound design studio Skadi & Co. The goal is to share the stories and experiences of different people who practice and study the mountains. For about 30 minutes, a dialogue is established with a guest familiar with the mountains : scientists, tourism specialists, professional skiers or high mountain guides. The episodes are available on [campdebase-podcast.com](http://campdebase-podcast.com).

**PODCAST LE CAMP DE BASE**  
Gratuit

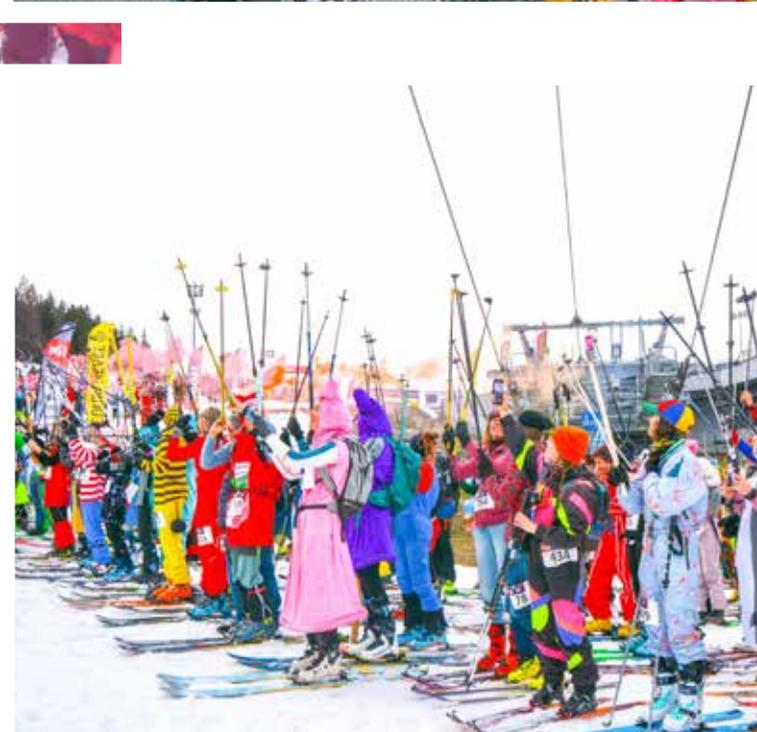
Épisodes et liste des plateformes sur [campdebase-podcast.com](http://campdebase-podcast.com)



## LA FINALE DE LA MILLET SKI TOURING

Mardi 21 mars, nous étions au départ de la 13<sup>e</sup> finale de la Millet Ski Touring... Et on n'était pas les seuls ! Des dinosaures, des lutins... et même une grue : avec un record de plus de 600 participants, c'est tout un joyeux bestiaire coloré qui s'est lancé à l'assaut de la piste de ski de randonnée. Une ambiance de folie entre les skieurs de toutes générations confondues qui s'est poursuivie jusqu'au bout de la nuit avec le concert de Tryo dans un gymnase de l'Envolée enflammé comme jamais. (S.R.)

On Tuesday 21 March, we were at the start of the 13th Millet Ski Touring finals, with a record of more than 600 participants, in a crazy atmosphere that continued with the Tryo concert in the gymnasium of l'Envolée.





## BRIDES-LES-BAINS

# PLONGÉE DANS LE GRAND BAIN THERMAL

**Le printemps est de retour, marquant le début de la saison thermale à Brides-les-Bains, qui a repris le 20 mars. Kira Bobrov, responsable de la communication des Thermes et du Grand Spa thermal, nous donne les raisons de venir tester ce(s) temples du bien-être et de la guérison.**

La saison thermale, partie intégrante de l'identité de Brides-les-Bains, invite curistes, locaux et touristes à profiter de ses eaux aux bienfaits reconnus.

### ON RESTE EN BONS THERMES

Kira nous rappelle que « les Thermes de Brides-les-Bains sont reconnus comme étant aujourd'hui le leader français dans le traitement de l'amaigrissement et de la guérison des rhumatismes ». Alimentés par deux sources aux vertus amincissantes, circulatoires et anti-cellulites, les thermes étaient autrefois exploités dans le traitement du foie, puis par conséquent dans celui du poids. Les curistes profitent ainsi d'une cure conventionnée de 3 semaines (prise en charge par la Sécurité Sociale à 65%) dans les 93 cabines de soins individuels. « En haute saison, on peut accueillir jusqu'à 1400 curistes », ajoute-t-elle. Les programmes d'éducation thérapeutiques principaux sont aussi complétés par des ateliers thématiques personnalisés avec un accès illimité aux deux grandes salles de sport. Le centre nutritionnel organise des ateliers à la carte qui complètent les programmes principaux. Et on retrouve deux conférences gratuites par jour (salle de conférence) ouvertes à tous.

La grande nouveauté de cette saison se destine au jeune public. Un programme d'amaigrissement a été établi à destination des 13-17 ans. Il est aussi possible de profiter en complément de la piscine voisine de Salins, dont la source a des propriétés anti-douleurs grâce à son eau très ferrugineuse.



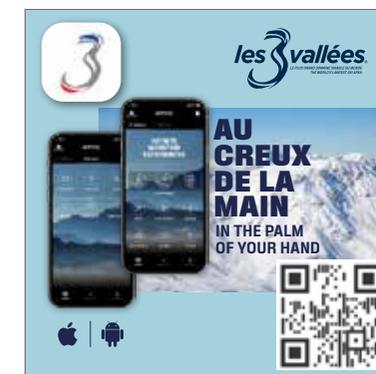
### ÇA VA BIEN SPA'SSER !

Profitons d'un moment de bien-être et/ou de séjours plus courts qu'aux thermes (6 à 9 jours pour les programmes d'amaigrissement ou 3 à 6 jours pour les séjours bien-être), au Grand Spa thermal qui nous ouvre ses portes tous les jours de 8h à 20h (39€ l'entrée/jour). Dans ces 2700m<sup>2</sup> de bonheur, l'espace détente et aquatique nous mettent l'eau à la douche ! On retrouve ainsi 1 grand hammam, 2 bains vapeurs, 2 douches expérimentales, 1 sauna, 1 jacuzzi intérieur et 1 extérieur, 1 salon de repos dans le premier espace. Tandis que le second comprend 1 couloir de nage, 1 piscine avec jacuzzis et jets sous-marins. « L'avantage du centre, est qu'il s'appuie sur l'expertise des thermes proposant également des soins thermaux comme des douches aux jets aéro-bains, de l'hydrothérapie et même des massages sous infusion d'eau thermale », indique encore Kira. On nage déjà dans le bonheur... (C.B.)

  
**THERMES ET GRAND SPA THERMAL**  
Saison thermale du 20 mars au 28 octobre  
+33 (0)4 79 55 23 44 • thermes-brideslesbains.fr



 It's springtime, marking the start of the thermal season in Brides-les-Bains on 20 March. Kira Bobrov, head of communications for Les Thermes and the Grand Spa, reminds us that Brides-les-Bains is recognised as being the French leader in weightloss and the cure of rheumatism. The spa clients benefit from a custom-made three-week treatment in the 93 individual treatment cabins. In high season, the treatment centre or Les Thermes can welcome up to 1400 clients.



**EN+**  
**JEUDI 06.04**  
**Éveil musculaire**  
*Muscular awakening*  
De 9h à 9h30 • Gratuit  
Parc thermal – Rdv au kiosque

**Office de tourisme**  
**Brides-les-Bains**  
+33 (0)4 79 55 20 64

# BONNEVAL®

EAU MINÉRALE NATURELLE DE SAVOIE

René & Maxime  
**Meilleur**

La Bouitte



*“En Savoie, on vit d’amour et d’eau fraîche”*

René et Maxime Meilleur, chefs triplement étoilés



## MÉRIBEL



7  
AVRIL

## MUSIQUE ÉLECTRO ÇA PASSE OU ÇA CLASH !

Envie de vous délecter d’une bonne bière fraîche en écoutant de la musique électronique ? Rendez-vous au Soundclash ! Durant près de 5h, assistez au show de deux DJ’s, se défiant au cours d’une grande disco party extérieure.

Ce vendredi 7 avril, on se retrouve pour un nouveau Soundclash à Méribel, juste devant l’office de tourisme ! Dès 17h30, les DJ’s respectifs de la Taverne et de l’Abreuvoir se rendront coup pour coup, lors de courts sets de 20 minutes. Les spectateurs pourront alors alterner entre les 2 établissements, et découvrir les ambiances propres à chacun des lieux, l’un étant un bar anglais, l’autre français. Un « duel » entre deux cultures, dans une ambiance bon enfant, pour profiter d’un moment festif entre amis. Pour débiter le week-end ou finir sa semaine de vacances, il n’y a pas mieux ! (M.C.)

🇬🇧 This Friday 7th April, we’ll meet again for a new Soundclash in Méribel ! From 5.30 pm to 10.30pm, the respective DJ’s of the establishments Taverne and l’Abreuvoir will each present 20-minute sets. The spectators will be able to alternate between the two establishments.



**SOUNDCLASH**  
De 17h30 à 22h30  
Méribel Centre





© Sylvain Aymoz

## Une quin-zen au sommet !

Devenu l'un des événements phares de Méribel, Zen Altitude fait son grand retour jusqu'au 7 avril avec l'éveil de la nature en toile de fond. Focus sur l'une des activités bien-être, la cälinothérapie, du côté du Ranch Nordique à Méribel-Mottaret.

### ON CÉLÈBRE LE PRINTEMPS

On célèbre l'éveil de la nature, du corps, des sens et de l'esprit avec ce rendez-vous tant attendu. Une vingtaine d'activités sont proposées par les professionnels du bien-être sur les secteurs de Méribel et de Méribel-Mottaret durant cette quinzaine thématique. Blandine Rety, chargée événementiel à l'office de tourisme, nous plante le décor. « Les éditions hiver sont nées en 2016 avec le but de relancer la dynamique de station en période creuse et aussi de fêter l'arrivée du printemps. On retrouve des piliers, intervenant depuis le début, comme Marcela et Magali qui proposent du yoga ou Cler avec la danse. Parmi les nouveautés, on note notamment la méditation au tambour chamanique (Tueda) ou encore l'atelier diététique (hall de l'auditorium) ».

### TENDRESSE EN LIBRE DISTRIBUTION

On fait le plein de réconfort au contact des chevaux, poneys, poules et lapins les 3 et 4 avril au Ranch Nordique. Maya nous explique les bienfaits de cette activité : « Le contact avec les animaux apporte sérénité et calme. L'animal ne juge pas, il ressent plus qu'il ne voit les apparences. » En route pour faire le plein de tendresse et de bonnes vibrations...

### LE RESTE DE LA PROGRAMMATION

Le yoga est à l'honneur du côté de Tueda, avec notamment le yoga pour enfant et famille (05/04) ou encore le rituel massage, shiatsu et yoga à la Maison de la Réserve (07/04). Et on laisse notre corps s'exprimer avec la danse brésilienne au restaurant la Terrasse à Mottaret et à Tueda (31/03) mais aussi avec l'initiation à la danse hip-hop à la Folie Douce et Prana danse à Tueda (05/04). Notre palais est au centre des préoccupations avec l'atelier cuisine dans le hall de l'auditorium (04/04) ou encore le bar à tisanes à l'office de tourisme de Méribel (07/04). Une vraie bouffée d'oxy-zen qui s'annonce... (C.B.)

 One of the key events in Méribel, Zen Altitude is back from 25 March to 7 April. We celebrate the awakening of nature, the body, the senses and the spirit with this long awaited event. About twenty activities are proposed by well-being professionals in the Méribel and Méribel Mottaret. One of the proposed activities is 'Cälinothérapie' or cuddle therapy with horses, ponies, chickens and rabbits on 3 et 4 april, at the Ranch Nordique in Méribel Mottaret.

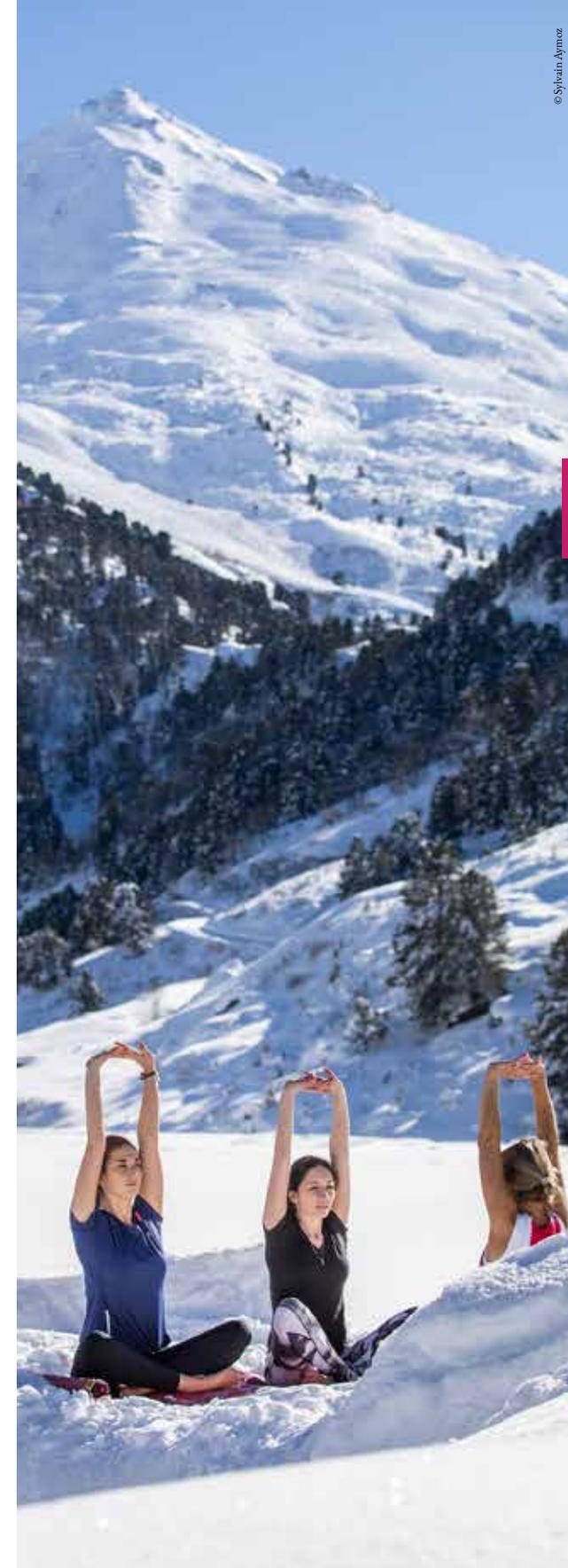


© Pixabay



### ZEN ALTITUDE

À Méribel et Méribel Mottaret  
Horaires et tarifs en fonction  
des activités proposées  
Inscriptions OT de Méribel  
+33(0)4 79 08 60 01  
Programme sur meribel.net



Profil

- **Prénom :** Christophe
- **Nom :** Rasonglès
- **Âge :** 47 ans
- **Job :** Pisteur-secouriste Maître-chien
- **Où :** Méribel-Mottaret

Nook

- **Âge :** 5 ans
- **Race :** Golden retriever
- **Job :** Chien de secours en avalanche



## Un travail main DANS LA PATTE

Voilà maintenant 5 ans que Christophe et Nook forment un duo de choc... Leur mission ? Secourir les personnes ensevelies en avalanche. Ce pisteur-secouriste et maître-chien passionné nous a accueillis au poste de secours de Pas du Lac, où il exerce avec son compère à 4 pattes.

### Comment devient-on maître-chien ?

Je suis avant tout pisteur-secouriste depuis 18 ans. Maître-chien, c'est une spécialisation que l'on peut passer après quelques années d'expérience du métier. Il faut alors trouver le bon chien que l'on n'adopte pas uniquement pour le travail, il reste avec nous quotidiennement. On suit ensuite une formation de 3 semaines à l'issue de laquelle un examen détermine si le couple chien/maître est prêt à exercer ou non. Chaque année, nous avons des exercices et un recyclage obligatoire pour valider les acquis.

### N'est pas chien d'avalanche qui veut...

Il n'y a pas de race particulièrement adaptée, il faut surtout avoir un bon rapport taille/poids/puissance : le chien doit être athlétique pour pouvoir se déplacer dans la neige, mais pas trop lourd non plus, car on est souvent amené à le porter. Le plus important reste le caractère : il doit être combattif et ne rien lâcher, mais aussi joueur car le jeu est l'un des piliers de sa formation. L'éducation commence dès l'adoption à environ 7 semaines, puis la formation a lieu lorsqu'il a entre 15 et 18 semaines. Nook vient d'une lignée de chien de travail : son frère Paco travaille même à Courchevel !



### En quoi consiste ensuite la formation ?

On ne forme pas seulement le chien : une grosse partie de la formation consiste à apprendre au maître à apprendre à son chien ! Le plus important est d'être constant dans son comportement verbal et gestuel pour qu'une compréhension s'établisse avec le chien. On ne parle pas le même langage, mais il comprend ce qu'il doit faire. En retour, le maître doit aussi apprendre à comprendre les besoins de son chien pour qu'une relation de confiance s'installe, presque une osmose.

### Comment le chien trouve-t-il les victimes ensevelies ?

Lorsqu'on est enseveli, notre odeur se diffuse à travers le manteau neigeux et devient plus « légère » que les autres : c'est ces odeurs que le chien va chercher à détecter et à suivre. On entraîne le chien avec un jouet en forme de boudin car sa récompense lorsqu'il trouve quelqu'un est justement de jouer. On commence par sauter dans un trou dans la neige avec le boudin devant le chien, puis petit à petit on complique la tâche jusqu'à ce qu'il parvienne à trouver des personnes ensevelies. C'est progressif et répétitif : on s'entraîne régulièrement entre maîtres-chiens, même l'été, pour ne pas perdre l'habitude.

It's been 5 years now that Christophe and his four-legged friend Nook rescue people buried in avalanches. They work at the Pas du Lac rescue station in Méribel Mottaret. Dog handler is a specialisation that can be obtained after at least a few years of experience in the profession. After a three-week training course, a test determines whether the dog/handler pair is ready to work or not. Each year, Christophe and Nook need to validate their skills.

### Comment cela se passe sur une avalanche ?

Un secours en avalanche, c'est avant tout un travail d'équipe (chien compris !) où chacun sait ce qu'il a à faire. Quand Nook et moi arrivons sur une coulée, les recherches ont déjà commencé, il y a donc du monde et du bruit. Nook doit rester concentré sur sa mission, c'est pour cela que nous avons un rituel de mise au travail que l'on répète sans cesse, il doit être en confiance. Ensuite, c'est presque une sorte de danse entre nous deux : je me déplace en zig-zag de façon à couvrir un maximum de terrain et à l'amener à chercher partout. Lorsqu'il trouve, il se met à gratter et l'équipe arrive pour sonder et pelleter. Même s'il y a plusieurs victimes à chercher, je prends le temps de jouer avec lui avant de passer à la suivante, cela lui permet de rester motivé ce qui est primordial. (S.R.)

## EN+

### LUNDI 03.04

#### Animation nature L'origami des animaux

Nature animation - Origami of animals  
De 14h à 16h • Gratuit  
Atelier de 30mn  
Méribel Mottaret  
Maison de la réserve

### MERCREDI 05.04

#### Séances d'aquabike

Aquabike sessions  
De 11h15 à 12h • À partir de 14 ans  
Tarif : 17€ (10 séances : 121€)  
Méribel Centre - Parc Olympique

### JEUDI 06.04

#### Activité multi-jeux de société

Multi-game activity  
De 10h à 12h • Gratuit  
Créneaux de 30mn  
Méribel Centre - Auditorium

#### Office de tourisme Méribel

+33 (0)4 79 08 60 01

**RÉPARATION**

Repairs

**VENTE**

**MATÉRIEL**

**ET ACCESSOIRES**

Equipment and accessories

**SPÉCIALISTE BOOTFITTING**

**MATÉRIEL DE SKI DE RANDO**

Ski touring material

**LOCATION DE SKIS**

Skis rental

[WWW.INTERSPORT-RENT.FR](http://WWW.INTERSPORT-RENT.FR)

**RÉSERVATION EN LIGNE: FLASHEZ CE QR CODE**



FRONT DE NEIGE



CENTRE VILLAGE

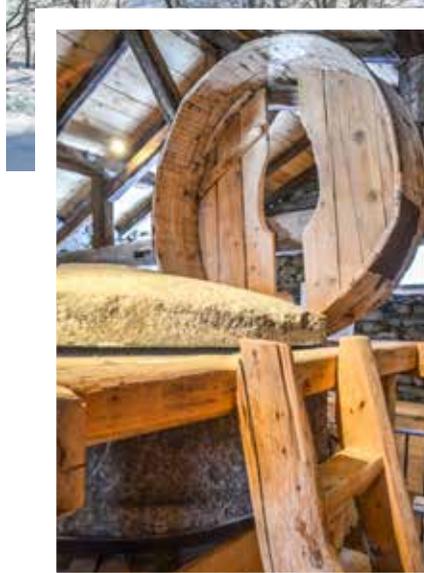
**Olivier et ses équipes vous accueillent tous les jours de 8h à 19h**

**FRONT DE NEIGE**

+33 (0)4 79 00 68 45  
intersport-smb@orange.fr  
www.intersport-rent.fr

**CENTRE STATION**

+33 (0)4 79 08 67 17  
intersport.smb@orange.fr



**SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**

**MOULIN, TU DORS ?**

Depuis quelques semaines, le Moulin de Burdin ouvre ses portes une fois par semaine aux amateurs du patrimoine et aux curieux. L'occasion d'une plongée dans un passé pas si lointain, et d'une jolie petite balade en pleine nature à deux pas du village de Saint-Marcel.

La vieille porte en bois ouvre sur une vaste pièce aux allures de musée vivant. Face à nous, les grandes meules en pierre occupent l'espace et donnent le ton. Au Moulin de Burdin, ce sont elles les stars. Actionnées par la dérivation d'un torrent sous le bâtiment via un mécanisme, elles permettaient de moudre le grain en farine, qui elle-même servait ensuite à fabriquer le pain, nourriture essentielle des communautés montagnardes durant des siècles.

Des panneaux aux murs ainsi que des vitrines avec reconstitutions de scènes de vie paysanne racontent cette histoire, depuis les champs, les grains, jusqu'à la fabrication du pain. Fonctionnant à eau avec une roue horizontale, le moulin témoigne de l'inventivité des hommes, et est le vestige d'un passé aujourd'hui disparu.

L'exposition nous apprend que la plus ancienne trace officielle du moulin sur un cadastre date de 1907. Moulin privé, celui-ci a été racheté en 1996 par la commune des Belleville, qui a entrepris sa rénovation, articulée autour de trois éléments. « L'intérieur du bâtiment, le mécanisme intérieur (qui fonctionne et fait l'objet de démonstrations en été) et l'ensemble du circuit extérieur, avec les vannes, le bassin de retenue... », détaille Gabrielle Marot, animatrice du patrimoine à l'office de tourisme. « Ce moulin est important pour l'histoire de notre vallée », témoigne Bastien Bal, 20 ans, jeune de la vallée. Le grand-père de son oncle était d'ailleurs l'ancien propriétaire des lieux. « Quand j'étais petit, il tournait encore de temps en temps. C'était la fête ici quand il marchait. Tout le village se rassemblait... »

Au-delà de cette plongée dans un pan du patrimoine bellevillois, la visite du Moulin de Burdin est l'occasion d'une belle balade entre prés et forêts, le long du Doron des Belleville. Depuis le parking en bas du village de Saint-Marcel, comptez une quinzaine de minutes pour rejoindre le moulin par un sentier piéton balisé. Les abords du moulin invitent à la pause, avec bancs et tables de pique-nique au bord de l'eau.

Test réalisé par Enimie Reumaux & Léa Moles



**MOULIN DE BURDIN**

Depuis le hameau de Saint-Marcel, suivre les panneaux

« Moulin de Burdin »

Visites libres les mardis de 14h30 à 16h



GABRIELLE MAROT



BASTIEN BAL

**EN+**

**MERCREDI 05.04**

Animation jeune public sur la vie d'autrefois

Animation for children on the past life

À 17h • Pour enfants de 3 à 10 ans

Tarif : 5€

Inscription sur place - Musée

Office de tourisme  
Saint-Martin-de-Belleville

+33 (0)4 79 00 20 00



©Photos Vincent Lottenberg



## À L'ASSAUT DE TOUGNÈTE EN SKI DE RANDO

**Avis aux amateurs de ski de randonnée ! Si vous ne savez pas quoi faire, foncez tester l'itinéraire de Tougnète : un circuit de près de 4,5km, avec en prime une super vue une fois au sommet.**

Pour suivre cet itinéraire jalonné par le service des pistes des Belleville, rendez-vous au pied du télésiège Saint-Martin Express. Vous n'aurez plus qu'à enfiler les peaux de phoque pour entamer l'ascension ! Il vous faudra environ 2h pour arriver au sommet, en empruntant le sentier des Choumes, puis le tracé jalonné. Au total, 4,5km à parcourir, pour près de 620m de dénivelé positif. Il est donc conseillé donc d'avoir un niveau confirmé pour emprunter cet itinéraire ! Et une fois en haut, profitez d'une vue à couper le souffle sur le mont Blanc, la vallée de Méribel, le mont Jovet et la vallée des Belleville (entre autres), avant de redescendre par les pistes de ski ! (M.C.)

 The Tougnète ski touring itinerary, from the bottom of the chairlift Saint-Martin Express, proposes a circuit of about 4,5km with an altitude difference of 620m. You will need 2 hours to reach the top, where a breathtaking view on Mont Blanc, Mont Jovet and the Belleville valley awaits you.

### ITINÉRAIRE DE TOUGNÈTE

Réservé aux randonneurs confirmés

4,5km • 620m D+ • 2h

Plan des itinéraires ski de rando à télécharger sur [lesmenuires.com](http://lesmenuires.com)



© DR

## UN CONCERT À MENU-IRLANDE !

**Bien que la Saint-Patrick soit déjà passée, la musique irlandaise s'invite aux Menuires ce lundi 3 avril ! Le temps d'une soirée, venez profiter d'un concert du groupe Shelta, afin de découvrir cette musique chaleureuse et conviviale.**

Pas besoin d'aller jusqu'à Dublin pour s'imprégner de la culture irlandaise, l'espace Maurice Romanet suffira ! Ce lundi 3 avril, venez partager un moment féérique avec le groupe Shelta (le nom de la langue que parlent les voyageurs en Irlande), qui vous mènera à la découverte des sonorités de cette musique d'outre-Manche. Par le biais d'instruments connus de tous, mais aussi d'instruments typiquement irlandais, le groupe vous proposera un répertoire mêlant airs traditionnels et chansons celtiques, pour le plus grand plaisir des amoureux de Guinness ! (M.C.)

 This Monday 3 April at 6.30pm, come and share a magical moment with the group Shelta accompanied by typical Irish instruments. The group offers its public a repertoire mixing traditional tunes and Celtic songs.



**35€**  
**FORFAIT JOURNÉE**  
Les Menuires Saint-Martin  
Tous les samedis en réservant en ligne  
[lesmenuires.com](http://lesmenuires.com)  
offres et conditions en ligne

### CONCERT DU GROUPE SHELTA

À 18h30 • Espace Maurice-Romanet

Gratuit

# Collection Hiver 2022-2023



**EDI  
FIM**  
MONTAGNE

MÉRIBEL · COURCHEVEL  
LES BELLEVILLE  
PEISEY-VALLANDRY  
SAMOËNS · MEGÈVE  
NOTRE-DAME-DE-BELLECOMBE  
LE GRAND-BORNAND · MANIGOD

+33 (0)4 50 33 56 63 | [edifim.fr](http://edifim.fr) |   

## LES MENUIRES



©Photos Alpart Media

## UN PETIT BREAK EN FAMILLE ?

Pour passer une journée en famille, quoi de mieux qu'un tour au Break ? Ouvert 7 jours sur 7, le centre sportif répond à toutes vos envies, entre infrastructures sportives, fun park et espace aquatique.

Le Break, c'est un établissement 6 en 1, où il est facile de trouver son bonheur ! En famille ou entre amis, profitez de l'espace Sport Loisirs, où se mêlent basket, badminton, squash et tennis de table. Vous pouvez aussi choisir le Fun Park, idéal pour rire aux éclats sur les trampolines, le pont de singe ou encore les piscines à boules. Et si vous vous sentez plus à l'aise en milieu aquatique, optez plutôt pour la piscine, avec en prime une vue imprenable sur la vallée des Belleville ! (M.C.)

 Open 7 days a week, the sports centre Le Break, situated at La Croisette in Les Menuires, has something for everyone : sports facilities, a fun park, a wellness centre, a fitness area and weights room, and an aquatic area.



### LE BREAK - CENTRE SPORTIF

La Croisette Les Menuires  
6 espaces : piscine, wellness, sport loisirs, fun park,  
musculaton & fitness et espace bien-être  
+33 (0)4 79 00 00 18

EN+

#### MERCREDI 05.04

Les jeux du Boukty  
*Boukty games*  
De 3 à 6 ans  
À 11h et 16h30  
La Croisette

#### JEUDI 06.04

Feu d'artifice  
*Fireworks*  
À 20h45  
La Croisette

#### Office de tourisme

Les Menuires  
+33 (0)4 79 00 73 00



© Photo Vincent Lettenberg



**LES MENUIRES**

UNE EXPÉRIENCE  
*ruche en émotions !*

À la Maison de l'Abeille noire et de la nature, on nous explique tout ce qu'il y a à savoir sur cette espèce emblématique de nos montagnes, au travers d'une expérience ludique pour petits et grands !

À la Maison de l'Abeille noire et de la nature, on nous invite à suivre une petite abeille noire, de son vrai nom Apis Mellifera Mellifera, pour une expérience ludique et sensorielle à ne pas manquer. Grâce à des outils interactifs et de courts films, on apprend plus sur les aventures traversées au quotidien par ces précieuses butineuses. Entre essaimage, vol nuptial, vie dans la ruche et menaces liées à la biodiversité pesant sur elles, découvrez tous les secrets de cette espèce si particulière, chère à nos pâturages savoyards. (M.C.)

🇬🇧 Situated at the lake of Les Bruyères in Les Menuires, the house of the black bee and nature situated in a former pasture chalet proposes a fun and sensorial experience in order to better understand the history and life of this exceptional local insect.



**MAISON DE L'ABEILLE NOIRE ET DE LA NATURE**  
 Plan d'eau des Bruyères  
 Ouvert les mercredis, jeudis et vendredis de 14h à 17h  
 Tarif 5 €/personne • Réduit 4€ • Gratuit - 16 ans  
 +33 (0)4 79 00 73 00

**LES MENUIRES**



4  
 AVRIL

DÉCOUVERTE  
**ENTRE TRADITION & TRANSMISSION**

Chaque semaine, le restaurant Chez Pépé Nicolas propose une découverte de l'alpage à la tombée de la nuit le mardi, et une visite et dégustation le mercredi... Pour les curieux et les gourmands, ça se passe ici !



🇬🇧 A charming haven of peace between Les Menuires and Val Thorens, Chez Pépé Nicolas is a restaurant like no other. Every Tuesday and Wednesday evening, the great-grandchildren of Pépé Nicolas lead the participants to the mountain pastures by torch light, followed by a cheese tasting.

Charmant havre de paix entre Les Menuires et Val Thorens, Chez Pépé Nicolas est un restaurant pas comme les autres. Ancien chalet d'alpage familial exploité depuis les années 50, il a été transformé en un joli cocon où les traditions sont préservées et transmises. Ainsi, les mardis soir, c'est l'arrière-petite-fille de Pépé Nicolas, Lucie, qui conduit les participants à la découverte de l'alpage à la lueur d'un flambeau : lieux de pâture, cave, vivier, mare, jardin potager... Et on termine avec le verre de l'amitié et une dégustation de fromages. Mercredi matin, c'est Valentin, arrière-petit-fils et chef d'exploitation de la ferme en période d'estive, qui prend le relais : découvre du fonctionnement de l'alpage, vie avec ses animaux, histoire de la famille... Une belle animation qui s'achève par une dégustation de fromages et de deux vins de Savoie. Deux temps forts à ne pas manquer, pour une jolie découverte d'une belle âme de la vallée. (S.M.)

**CHEZ PÉPÉ NICOLAS**  
 Découverte d'un alpage, mardi 4 avril, 18h-19h15  
 Adulte 18€ / Enfant 10€  
 Visite et dégustation, mercredi 5 avril, 10h-11h30  
 Adulte 20€  
 Réservations : [chezpepenicolas.com](http://chezpepenicolas.com)



## VAL THORENS

### LE SENTIER DE LA MARINE À L'ABORDAGE, MOUSSAILLONS !

Même si les sports de glisse prédominent à Val Thorens, ce n'est pas la seule alternative pour s'éclater ! Afin de profiter des dernières neiges de la saison, nous avons choisi de tester l'un des nombreux sentiers piétons de la station, à savoir le sentier de la Marine, qui offre une vue panoramique sur les sommets voisins une fois arrivés en haut.

Pour cette sortie en équipe Infosnews, nous laissons les skis de côté pour tester le sentier piéton de la Marine. Depuis le pied des tapis Castor et Pollux, nous traversons la piste de la Combe de Thorens, afin de nous rendre jusqu'au Chalet du Cosmojet. Une fois là-bas, on chausse les raquettes et c'est parti pour un peu plus de 2 heures de marche ! De quoi se relaxer et profiter pleinement de l'air frais de la montagne, sur ce petit sentier longeant les pistes de ski. Sur notre chemin, nous passons à proximité de l'insolite Village Igloo, mais aussi de la plus longue piste de luge en France, la Cosmojet. Les pilotes de luge s'invitent à la fête, et comme on dit, plus on est de fous, plus on rit !

Après cette première partie au faible dénivelé, c'est une belle montée qui nous attend, car même si le circuit est considéré comme facile, il va falloir grimper pour arriver au sommet. Plus nous montons, plus les versants voisins se révèlent à nous, à commencer par la pointe de la Masse, située juste en face. Ce n'est qu'une fois au sommet de la balade, au Chalet de la Marine où l'on peut s'arrêter pour faire escale, que le vrai décor s'offre à nous, mêlant vue sur la station et sur la vallée des Belleville d'un côté, et glaciers surplombant la vallée de l'autre. Après avoir bien profité de ce panorama à couper le souffle, nous entamons notre redescente par le sentier, des souvenirs plein la tête et des étoiles plein les yeux.

Sachez qu'il est possible de vous rendre directement au sommet par le télésiège des Cascades (forfait nécessaire), pour profiter de la vue avant de redescendre par le sentier fléché. Ce qui réduira alors le circuit de moitié !



**From the foot of the Castor and Pollux magic carpets, you can cross the slope Combe de Thorens in order to get to the chalet of the Cosmojet toboggan run. Once there, it's time to put on your snowshoes. The pathway La Marine offers you a 2-hour walk (5km with an altitude difference of 300m) with an amazing view, along the slopes, and passing by the Igloo Village and the Cosmojet, the longest toboggan run in France. It's also possible to take the chairlift Les Cascades to the top.**



#### SENTIER DE LA MARINE • BALADE EN RAQUETTES

5km (A/R) • 300m D+ • Environ 2h15  
Accessible à pied ou en raquettes  
(conseillées selon les conditions)

Départ du Chalet du Cosmojet pour un A/R à pied  
Montée par le Télésiège des cascades + descente à pied (1h)  
Forfait adulte 10,80€ (8,60€ enfant)

Test réalisé par Mathis Chambost  
& la team Infosnews



## VAL THORENS

### PRENEZ DE LA HAUTEUR...

Cet hiver au Pashmina, retrouvez une exposition unique en son genre. Réalisée par Marc Lelièvre, originaire de Aix-en-Provence, cette série de photos aériennes vous invite à un tour des Alpes en une dizaine de clichés, où des montagnes, pourtant éloignées, semblent à deux pas l'une de l'autre. Marc nous en dit un peu plus sur son art...

#### Pourquoi réaliser des photos de montagne depuis un avion ?

Au départ, je suis simplement un amoureux des randonnées et des paysages montagnards. J'ai donc commencé par prendre quelques photos lors de mes sorties. À côté de ça, je suis contrôleur aérien dans la vie de tous les jours, mais ça ne m'était jamais venu à l'esprit de mêler ces deux domaines. Ce n'est qu'il y a une dizaine d'années que j'ai commencé à prendre des photos depuis mon avion !

#### Quel est le secret derrière ces photos ?

J'utilise une longue focale, pour prendre des photos éloignées et créer un phénomène d'écrasement des perspectives. Grâce à ça, j'obtiens ce rendu troublant, où deux montagnes semblent côte à côte, alors qu'elles se trouvent à 150km l'une de l'autre ! Il n'y a aucun montage, ce sont bel et bien de vraies photos. J'ai simplement calculé l'altitude précise, au-dessus d'un point précis, qui me permettrait d'obtenir ce rendu si surprenant.

#### Vous avez tout de suite obtenu ce type de rendus ?

Pas du tout, cela s'est fait graduellement ! Lorsque j'ai commencé, je me suis dit que la vitre me gênait, alors je suis passé sur un avion où je pouvais ouvrir une petite fenêtre. Puis j'ai décidé de partir avec un deuxième pilote, mon ami Frédéric Sarkissian, qui m'a permis de me concentrer sur la photo. Après ça, j'ai commencé à faire des analyses au préalable, pour obtenir de meilleurs rendus. Tout cela pour en arriver cette année à un tour des Alpes en une dizaine de photos, où l'on passe de l'une à l'autre, en suivant un cheminement.

#### Vous préparez vos photos à l'avance ?

En effet, il y a un gros travail en amont, tant vis-à-vis de l'avion que de l'analyse des conditions météo. Je dois aussi effectuer des recherches sur différents logiciels, pour préparer ma photo. C'est un instant éphémère, mais anticipé. Et même lorsque l'on arrive au jour J, il faut que tout se déroule bien, car entre la théorie et la pratique, il y a parfois un fossé ! (M.C.)



“ C'EST UN INSTANT ÉPHÉMÈRE, MAIS ANTICIPÉ ”

🇬🇧 This winter, La Pashmina in Val Thorens proposes a unique exhibition. Photographer Marc Lelièvre presents the Alps seen from the sky thanks to a series of aerial photos. At the beginning, Marc started taking photos of the mountain landscapes during one of his numerous hiking outings. In everyday life, Marc is an air traffic controller, but it was only about ten years ago that he started taking pictures from his plane, and the result is amazing !

**EXPOSITION DES PHOTOS DE MARC LELIÈVRE**

Hôtel Le Pashmina  
+33 (0)4 79 00 09 99  
f MarcLelièvrePhoto



## VAL THORENS

6  
AVRIL

# Faction et Nitro EN TEST À VAL THO !

**Ce jeudi, rendez-vous au Caron Ski Shop, pour tester en exclusivité les nouvelles gammes de skis et de snowboards de chez Faction et Nitro. De quoi s'éclater avant que la saison ne se termine !**

En cette fin d'hiver, les marques Faction et Nitro vous proposent de venir tester gratuitement leurs nouvelles gammes de produits, en direct de Val Thorens. Pour se faire, direction le Caron Ski Shop, qui vous accueillera dès 8h30 pour vous permettre de choisir votre matériel, sur son stand installé directement dans la rue Caron ! Skis ou snowboards, quelles que soient vos envies, elles seront comblées. Vous n'aurez alors plus qu'à laisser une pièce d'identité en guise de caution, avant de partir tester toute la journée ce matériel flambant neuf, sur les pistes de la plus haute station d'Europe. (M.C.)

**🇬🇧** The Faction and Nitro brands offer you the opportunity to come and test their new product ranges for free. Come to the Caron Ski Shop, which will welcome you from 8.30am. You can choose your equipment, on its stand, set up directly in the Rue Caron !

### SKI AND SNOW TEST FACTION X NITRO

Dès 8h30 • Gratuit  
Pièce d'identité obligatoire  
Matériel adulte uniquement  
Les chaussures et les bâtons ne sont pas fournis  
+33 (0)4 79 00 73 54

## EN+

**MARDI 04.04**  
Tournoi de Mölkky  
*Mölkky tournament*  
De 16h à 17h30  
Gratuit • Sur inscription  
Club House Val Thorens  
Place Caron

**JEUDI 06.04**  
Jeux en bois  
*Wooden games*  
De 15h à 18h • Gratuit  
Tout public  
Place Caron

**Office de tourisme  
Val Thorens**  
+33 (0)4 79 00 08 08

## MOÛTIERS & ALENTOURS



## Hydrogène UNE STATION QUI NE MANQUE PAS D'AIR

**Souvenez-vous, en juin 2022, avait lieu l'inauguration de la station de recharge hydrogène de Moûtiers. Ce projet porté par l'Europe, l'Ademe et la région Auvergne Rhône-Alpes plaçait Moûtiers comme l'un des ambassadeurs de cette nouvelle mobilité verte et décarbonée. Un an après, on fait le bilan sur ce pari gonflé et avant-gardiste.**

### RETOUR SUR CE PROJET

C'est le 22 octobre 2021 que l'aventure a commencé symboliquement, lors de la pose de la première pierre de la station. Initiée dans le cadre du projet européen Zero Emission Valley, Moûtiers fait partie du réseau des 20 stations françaises H2 vert et des 3 stations déjà ouvertes en Auvergne Rhône-Alpes (avec Lyon Saint-Priest et Chambéry). Porté par une véritable volonté politique régionale et locale, le projet de décarbonisation des transports prenait tout son sens au sein de la première région productrice d'énergie renouvelable, notamment grâce aux barrages hydroélectriques présents en montagne.

### UN AN APRÈS...

La station de Moûtiers est aujourd'hui « en phase de mise en service industrielle et sera définitivement ouverte fin avril 2023 », nous dit Ameziane Roubache, responsable du développement commercial pour Himpulsion (société qui finance le projet et fournit l'énergie dans les stations). Si elle se destine pour le moment aux entreprises, on prévoit une ouverture au grand public d'ici 2024. Trois stations supplémentaires seront également inaugurées cette année en Auvergne Rhône-Alpes : Clermont-Ferrand, Lyon-Vénissieux et Saint-Égrève.

### POURQUOI UTILISER L'HYDROGÈNE ?

L'hydrogène, gaz invisible et inodore, est un vecteur énergétique produit au moyen d'une réaction chimique avec de l'eau par exemple. Les avantages d'utiliser un véhicule à l'hydrogène sont nombreux : l'autonomie est importante (entre 600 et 800km), et c'est une énergie qui est très résistante au froid et qui supporte bien l'altitude. Le ravitaillement d'un véhicule se fait en 5 minutes, sans pollution sonore ni odorante. Affaire à suivre sur ce projet qui promet de nouveaux horizons plus écoresponsables... (C.B.)

**🇬🇧** In June 2022, Moûtiers inaugurated its hydrogen charging station. This project, supported by Europe, the Ademe and the Auvergne Rhône-Alpes region, made Moûtiers one of the ambassadors of this new green and low-carbon mobility. Currently intended for companies, it is expected to open to the general public by 2024. Three additional stations will be inaugurated this year : Clermont-Ferrand, Lyon Venissieux and Saint-Égrève.

## EN+

### MOIS D'AVRIL

Exposition de peinture par  
Salim Bouguel  
*Painting exhibition by Salim Bouguel*  
Centre culturel Marius Hudry  
Moûtiers

**Office de tourisme  
Cœur de Tarentaise Tourisme**  
+33 (0)4 79 04 29 05



# Une folle histoire de spiritueux

**C'est l'histoire de deux amis d'enfance ayant grandi au Planay, pour qui la distillation est devenue une passion. C'est l'histoire de Lucas et Rudy, anciennement professeur de latin et saisonnier, qui ont décidé de faire de leur passe-temps leur métier : ainsi est née l'Eau Folle, la nouvelle distillerie artisanale de Moûtiers.**

## D'où vient cette passion pour la distillerie ?

**Lucas :** Depuis qu'on est petits, on voit faire le génépi, les eaux de vie... Je me souviens aussi qu'après la création de Youtube, on adorait regarder des vidéos d'alambic ! Ça a toujours été quelque chose qui nous intriguait.

**Rudy :** On a ensuite commencé à apprendre avec les anciens de la vallée, qui nous ont transmis leurs méthodes et leurs recettes, jusqu'à ce que l'idée nous vienne de faire cela de façon professionnelle.

## Vous avez appris au fur et à mesure...

**R. :** Quand nous avons décidé de créer une distillerie, nous sommes allés suivre une formation à Cognac afin d'approfondir notre savoir-faire. Faire de l'alcool, ce n'est pas trop compliqué, mais pour en faire du bon, c'est une autre histoire.

**L. :** Nous avons notamment suivi un module sur l'identité sensorielle pour apprendre à reconnaître les saveurs, les odeurs, ainsi qu'une formation sur tout ce qui est molécules, etc. Il y a beaucoup de chimie en distillerie !

## Niveau choix, on peut dire qu'il y en a pour tous les goûts à l'Eau Folle !

**R. :** Nous avons une gamme permanente avec les classiques comme le génépi, la vodka, l'aquavit ou encore deux types de gin : un classique et un au génépi et à la menthe. Nous faisons aussi des eaux de vie en



fonction des fruits de saison et même des « Scre », des sucres imbibés d'alcool à déguster en fin de repas.  
**L. :** Nous faisons principalement deux types de produits : des eaux de vie, issues de la macération des fruits dans l'eau qui va créer de l'alcool, et des liqueurs qui sont fabriquées à partir de la macération des ingrédients dans de l'alcool surfin.

## D'ailleurs, d'où vient le nom d'Eau Folle ?

**L. :** Nous utilisons des alambics à repasse, c'est-à-dire qu'on distille le produit deux fois. Le liquide issu de la première distillation est communément appelé l'eau folle : ça a été un déclic, on a trouvé ça parfait.

## De la cueillette à la bouteille, vous vous occupez de tout...

**L. :** Oui, on s'adapte à la saison et on cueille nous-même le génépi mais aussi les fruits sauvages et ceux des particuliers qui ne les ramassent pas. Ça évite le gaspillage, et tout est ramassé sur un rayon de 20 km autour de Moûtiers !

**R. :** Tout le processus est ensuite réalisé dans notre atelier juste au-dessus du magasin, du broyage des fruits à l'embouteillage en passant par la distillation. Cette dernière permet de concentrer les arômes du produit en le chauffant à une certaine température puis en le refroidissant dans un alambic.

## Qu'est-ce qui fait un bon alcool ?

**L. :** Il faut avoir de très bons ingrédients de base : comme les saveurs vont être amplifiées par la distillation, si elles sont mauvaises, le produit qui en résultera le sera aussi.

**R. :** Toutes les étapes du processus de distillation sont cruciales, chacune d'elles peut altérer la qualité du produit : il faut donc être rigoureux et bien contrôler le produit régulièrement. (S.R.)



**UK** This is the story of Lucas and Rudy, both from Planay, former Latin teacher and seasonal worker, who decided to turn their hobby into their profession. The result is l'Eau Folle, the new artisanal distillery in Moûtiers. When they decided to set up a distillery, Lucas and Rudy went to Cognac for a training course to deepen their knowledge. Making alcohol is not too complicated, but making good alcohol is a different story ! The official opening of the shop is programmed on 21 April at 6pm.



### DISTILLERIE L'EAU FOLLE

Avenue de la Libération • Moûtiers  
Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h  
Dégustations possibles sur demande  
+33 (0)7 48 11 29 37 • eau-folle.com

Inauguration du magasin le 21/04 à 18h : inscription obligatoire

**Casino des Vallées**  
OUVERT 7j/7

**L'Héliantis RESTAURANT**  
OUVERT 5J/7  
DÈS 17H30

**20H30 - 3H**  
**BLACK-JACK**

**11H - 3H**  
**MACHINES À SOUS ROULETTE ÉLECTRONIQUE**

**BRIDES-LES-BAINS**

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

ACCÈS DE LA SALLE DES JEUX RÉSERVÉ AUX PERSONNES MAJEURES. 18

## BOZEL



1  
AVRIL

## WE WILL ROCK YOU !

Envie d'écouter de la bonne musique ? Ce samedi 1<sup>er</sup> avril, rendez-vous à la salle polyvalente de Bozel, pour une soirée Rock'n bière aux côtés du groupe Hook !

Pour ce 1<sup>er</sup> avril, pas de blagues, juste du rock ! Dans le cadre de la soirée Rock'n bière, retrouvez dès 20h le groupe Hook, des artistes locaux bien connus des Bozelains, qui vous proposeront leur musique rock ne laissant personne indifférent. Vous pourrez profiter de la piste de danse comme bon vous semble, et chanter à gorge déployée. Une bonne manière de festoyer, en famille ou entre amis, avec en prime une petite mousse à la main, puisqu'une buvette sera installée sur place. (M.C.)

 This Saturday 1st April, we meet at the town hall of Bozel, for a Rock'n Beer evening, organised by Bozel Animation, with the band Hook as from 8pm.

### SOIRÉE ROCK'N BIÈRE

Organisée par Bozel Animation  
Salle polyvalente • Concert à 20h  
5€ • Billetterie sur place



© Charly Stelzig

## MOÛTIERS

### LE +

La plateforme vibrante pour une tonification musculaire en 15 minutes sans transpirer (résultats au bout d'un mois).

## CS NUTRITION FAIRE CORPS AVEC LE BIEN-ÊTRE

Lorsqu'on est bien dans sa tête, on est bien dans son corps. Charly Stelzig, conseiller en nutrition, bien-être et sport, nouvellement installé au cœur de Moûtiers, nous réconcilie avec notre corps et notre vision de nous-même...

### En quoi consiste votre activité ?

Je propose de la neuro-nutrition alliée au sport, adaptée à chaque profil, parce que le mal-être lié au poids est physique mais surtout mental. On n'entrepris pas de régime, on peut manger de tout : il faut juste équilibrer le nombre de calories sur la semaine. J'apprends aux gens à devenir autonomes et à ne plus dépendre de leurs addictions alimentaires, et leur apporte du plaisir à bien se nourrir. Depuis petit, j'ai toujours été impliqué dans la nutrition et le sport, car j'ai eu des problèmes de surpoids pendant 15 ans. Je voyais des spécialistes, mais à l'époque les méthodes n'étaient pas aussi développées, d'où mon envie d'élaborer un nouveau projet de vie.

### Pouvez-vous nous décrire en quelques mots le processus de suivi ?

Lors d'une première prise de contact, j'envoie à la personne un carnet alimentaire vierge sur lequel je lui demande de noter ses repas pendant 3 jours et les émotions liées à ces repas. Nous fixons ensuite un premier rendez-vous physique qui dure entre 1h et 1h30 qui est une prise de conscience et de connaissance avec la personne (consultation à 50€). Si la personne est motivée, on fera le suivi, si ce n'est pas le cas, je ne l'accompagne pas. Ensuite nous mettons en place des suivis sur place ou à domicile.

### Quelles sont les options possibles ?

L'option 1 associe le programme de nutrition à du renforcement musculaire (30€/heure en cabinet ou en salle de sport). L'option 2 mêle le programme de nutrition à du cardio-training (50€/heure). Le protocole de 1 mois comprend le suivi du plan alimentaire, le plan musculaire et l'aide à l'organisation des repas (suivi d'une heure/jour - 200€). Le problème est pris à bras le corps ! (C.B.)

 When you feel good in your head, you feel good in your body. Charly Stelzig, a nutrition, well-being and sport consultant, recently settled in the heart of Moûtiers. The first step is to fill in a notebook for 3 days with the meals and the emotions linked to these meals. The second step is a physical session which lasts between 1 hour and 1h30. After this session, the person chooses a programme according to his/her wishes and needs.

### CS NUTRITION

À Moûtiers • 183 Grande Rue  
Ouvert du lundi au samedi • De 9h à 12h  
et de 14h à 18h  
Prise de rendez-vous en ligne  
cs-nutrition.fr • +33 (0)7 69 41 33 17

LA  
**RECETTE**  
CARREFOUR

**FLAMICHE**  
AUX POIREAUX

**POUR 2 PERSONNES**  
**INGRÉDIENTS**

- × 1kg de poireaux
- × 1 pâte feuilletée
- × 2 jaunes d'œuf
- × 1 œuf
- × 50g de beurre
- × 50g de crème fraîche
- × un peu de noix de muscade

**PRÉPARATION**  
**20 MIN**

Emincez les poireaux et faites-les cuire doucement dans le beurre pendant une dizaine de minutes. Assaisonnez. Laissez refroidir.

D'autre part, étalez la pâte au rouleau et divisez-la en deux disques égaux de 5 mm d'épaisseur.

Foncez un moule à tarte avec l'un d'eux. Délayez les jaunes d'œuf avec la crème et versez-les sur les poireaux.

Garnissez le fond de tarte avec cette préparation et recouvrez le tout avec le deuxième disque de pâte. Soudez bien tout autour, ménagez un trou au centre pour faire une cheminée et dorez au jaune d'œuf avec un pinceau.

Faites cuire à four très chaud (220 °C) pendant 35 mn.

Démoulez. Servez chaud ou tiède.

Variante : vous pouvez ajouter quelques lardons rissolés avec les poireaux.



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



## 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.

♥ Ardoise de charcuterie

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

Ouvert du mardi au dimanche le soir  
Courchevel le Praz • 116 rue de la Chapelle  
+33 (0)4 79 06 96 32



- ♥ La Chapelloise : 3 fromages savoyards avec de l'ail passés à la poêle
- ✔ L'ambiance authentique et chaleureuse

## 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.

🇬🇧 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.

104 rue des Rois  
Ouvert 7j/7 midi et soir  
+33 (0)4 79 55 46 48  
lachapelle1550.fr



- ♥ Pains bios, pains, pâtisseries, sandwichs gourmands, nouvelles recettes de pizzas
- ✔ Idéal pour une pause rapide entre 2 pistes

## COURCHEVEL MORIOND Bistrot Manali

Offrez-vous un déjeuner ou dîner avec vue ! Bistrot Manali, le restaurant de l'hôtel Manali Lodge, reçoit skieurs et piétons en quête d'une pause épicurienne sur le front de neige de Courchevel Moriond. Avec sa grande terrasse ensoleillée, il offre un panorama majestueux sur la Saulire et Courchevel 1850. Dans les assiettes, gourmandes et généreuses, on retrouve des recettes traditionnelles sublimement revues et modernisées par le talentueux chef Antony Trezy, pour le grand plaisir de nos papilles. Pour le dîner, profitez d'une ambiance intimiste et chaleureuse grâce au doux crépitement des flammes et au ballet des dameuses sur les pistes extérieures.

🇬🇧 Bistrot Manali, the restaurant of the hotel Manali Lodge, welcomes skiers and pedestrians in search of a culinary break on the snowy slopes of Courchevel Moriond. With its large sunny terrace, it offers a majestic panorama on La Saulire and Courchevel 1850, and traditional dishes revisited by the talented chef Antony Trezy.

- ♥ La pièce de bœuf du boucher (200g), frites, salade verte, sauce béarnaise
- ✔ Accès skis aux pieds et piétons !

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



## COURCHEVEL La Cabane des Skieurs



Au pied du téléphérique de la Saulire, La Cabane des skieurs attend les gourmands ! 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.

🇬🇧 Situated at the foot of the cable car Saulire, La Cabane des Skieurs proposes a nice range of snacks from traditional sandwichs to more upscale sandwichs prepared with noble products like the Lobster Roll's, all at an attractive price.

- ♥ Crêpes, gaufres, cheesecake, diverses tartes et donuts maison
- ✔ La terrasse au départ du Family Park

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

## COURCHEVEL MORIOND Bar The Seven Kings



Bar festif par excellence, il est le nouveau lieu de la Maison °Fahrenheit Seven. Ici, on nous plonge dans l'ambiance vibrante des pubs, avec une sélection affûtée de bières et gins, servis dans un décor cuir et bois so vintage.

♥ Retransmissions sportives et live music toutes les fins de semaine pour l'après-ski

« barber corner » en collaboration avec le Mamen's Barber Shop.

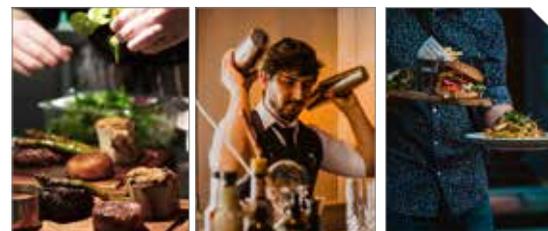
Rue du Marquis - Courchevel Moriond  
couch@sevenkingsbar.com

## COURCHEVEL MORIOND °Fahrenheit Seven La Cheminée



Directement sur le front de neige de Courchevel 1650, la Rôtisserie offre une cuisine conviviale aux inspirations du Sud et italiennes, avec toujours les incontournables best-sellers du °Fahrenheit Seven: Tigre qui Pleure, Tartare de thon...

Front de neige de Courchevel Moriond  
+33 (0)4 86 15 44 44



🇬🇧 Located opposite the Chaudanne, Jacks is the perfect place to relax after an epic day on the mountain. Jacks adds some punk to Méribel Centre - mirror + metal line the bar shelves, while leather upholstery covers the stools + chairs. Sit under a piece of art created exclusively for Jacks + order a Bad Boy Burger - loaded with bacon, cheddar, caramelised onions + jalapeño chutney. Try their selection of craft beers on tap or indulge with a cocktail while listening to live music!

La Chaudanne

+33 (0)4 79 00 44 26 • jacksbarmeribel.com • jacksbarmeribel

## MÉRIBEL Jacks

Situé face à la Chaudanne, le Jacks est l'endroit idéal pour se détendre après une journée épique à la montagne. Le Jacks ajoute un peu de punk à Méribel Centre : miroir et métal recouvrent les étagères du bar, tandis que du cuir recouvre les tabourets et les chaises. Asseyez-vous sous une œuvre d'art créée exclusivement pour le Jacks et commandez un Bad Boy Burger - chargé de bacon, de cheddar, d'oignons caramélisés et de chutney de jalapeño. Essayez la sélection de bières artisanales à la pression ou laissez-vous tenter par un cocktail tout en écoutant de la musique live!

✔ Petit-déjeuner, déjeuner, dîner

♥ La grande terrasse ensoleillée

## MÉRIBEL Le Refuge



Avec un titre de maître restaurateur et des fromages sélectionnés chez un affineur, le ton est donné : ici on mange frais et local ! Côté spécialités, la fondue est à l'honneur : 3 fromages, suisse, au chèvre, aux cèpes... À la carte également, des pizzas savoureuses et quelques entrées et plats originaux à découvrir absolument !

🇬🇧 Le Refuge proposes Savoyard specialities, tasty pizzas and traditional starters and main courses prepared with fresh and local products.

♥ La boule raclette,

Le crozitto au butternut et Saint-Jacques,  
Le feuilleté de ris de veau et pleurotes

Méribel Centre  
+33 (0)4 79 08 61 97

## MÉRIBEL Le Clos Bernard



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 féérique, live-musique et surprises culinaires à découvrir.

🇬🇧 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

✔ Les grillades à la cheminée



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

## MÉRIBEL Le Blanchot



Au cœur des sapins enneigés, le Blanchot est situé dans un cadre exceptionnel de beauté et de tranquillité, avec une 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 et un appétissant choix de desserts (sur place ou à emporter), et le tour est joué. Assez rare pour être souligné, le livre de cave compte de nombreuses références de vins triées sur le volet et pour tous les budgets.

Deux nouveautés cette année : l'espace boutique où dénicher déco, accessoires et bijoux de créateurs français ainsi que des gourmandises à emporter, concoctées sur place, pour faire le plein de souvenirs. Au pied du restaurant, le nouvel espace lounge est parfait pour boire un verre ou déguster tapas, pâtisseries et même des plats à la carte sur les chaises longues.

♥ Le nouvel espace boutique au pied du restaurant

✔ 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

🇬🇧 Le Blanchot is situated in an exceptional setting with a magical view on the surrounding mountains. In the kitchen, all dishes are homemade, prepared with local and fresh products : vegetarian dishes, local specialities, and delicious desserts. New is the souvenir shop and the lounge area at the foot of the restaurant.



## MÉRIBEL

### Lilie

Lilie est un bistrot de famille au concept mêlant restaurant, bar et boutique traiteur dans une atmosphère cosy et chaleureuse. Côté 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!

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



🇬🇧 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  
lilie-meribel.com • +33 (0)4 79 00 31 29



## 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 gourmands ! Vous passerez ici des moments mémorables, accueillis par Mathieu et Iuliiia.

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

- ♥ Le filet de bœuf
- ☑ La salle cosy

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



## 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  
restaurantcote2000.fr  
📱 restaurantcote2000

## MÉRIBEL - MOTTARET

### Le Plan des Mains



#### LE RESTAURANT

Le restaurant 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.

🇬🇧 The restaurant Le Plan des Mains offers a refined and traditional cuisine, prepared from fresh products, mainly from local producers. The cosy terrace is perfect for a quick snack.

- ☑ Membre de l'association Food Altitude - Le pain fait maison
- ♥ Le buffet de desserts

#### LA SANDWICHIERIE

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. Idéal pour les pauses rapides.

Accès ski et piéton: au pied du TC Mont Vallon  
+33 (0)4 79 07 31 06  
📱 Restaurant Le Plan des Mains

## MÉRIBEL-MOTTARET

### La Tanière

Une véritable pépite à découvrir au hameau du Mottaret. Avec un vrai plafond végétal et un décor moderne tout de bois et de velours à l'inspiration industrielle, c'est une ambiance unique à Méribel. Cuisine traditionnelle et spécialités savoyardes s'y laissent déguster, accompagnées d'une bière locale ou d'un cocktail.

🇬🇧 Enter La Tanière and let yourself be transported in a modern decor with industrial inspirations, all in wood and velvet, under a real vegetal ceiling which creates a unique atmosphere in Méribel. The chef cook proposes homemade French dishes, Savoyard specialties accompanied by a local beer, a glass of wine or a cocktail.



- ♥ Une atmosphère inédite à Méribel
- ☑ Les planches de tapas à déguster autour d'un bon verre, Le wok de Saint-Jacques flambées au génépi

Au Hameau du Mottaret  
Par beau temps : de 16h à 2h  
Par mauvais temps : midi et soir • Le samedi : midi et soir  
+33 (0)4 79 22 04 31



*Cheesecake au gravlax de saumon*

# Les Pierres Plates

COUP DE FOURCHETTE

MÉRIBEL

Un cadre à couper le souffle, une cuisine raffinée... C'est au pied du sommet de la Saulire que Les Pierres Plates accueille les skieurs des 3 Vallées dans son écrin niché au cœur de la montagne. Une histoire de famille qui dure depuis de nombreuses années pour notre plus grand plaisir.

## FACÉ À LA MER... DE MONTAGNES

Les Pierres Plates, c'est un endroit magique à plus d'un titre. En toile de fond et à portée de vue, l'Aiguille du Fruit et la Grande Casse se laissent admirer depuis la terrasse panoramique du restaurant. La vue y est extraordinaire, surplombant les domaines skiables de Méribel et Courchevel, invitant le visiteur à profiter d'une pause gourmande hors du temps. À l'intérieur, si le soleil n'est pas au rendez-vous, on profite des plaids douille et on se laisse imprégner par le décor mélangeant tradition et modernité, entre bois et pierre. Les grandes baies vitrées permettent toutefois de contempler les cimes toutes proches pour maintenir ce lien si précieux avec la nature environnante.

## CRÉATIVITÉ ET MÉLANGE DE SAVEURS

L'accueil y est toujours aussi chaleureux. Julie et son équipe ont en effet l'art de nous mettre à l'aise. Ils sont aux petits soins pour satisfaire nos demandes et prendre le temps d'expliquer les spécialités du restaurant. La carte justement, parlons-en... Une attention toute particulière est apportée à la qualité des produits et au fait maison, les marques de fabrication du restaurant. Et ce n'est pas pour rien que le chef Patrice Carron est présent depuis une quinzaine d'années ! Si les plats traditionnels sont bien sûr présents, la carte laisse la part belle à la créativité et au mélange subtil des saveurs pour notre plus grand plaisir gustatif.

## L'EAU À LA BOUCHE

C'est ainsi que, pour rendre ce moment plus unique encore, nous succombons dès l'entrée au cheesecake au gravlax de saumon mariné et au dahl de lentilles de corail... Quelle mise en bouche agréablement surprenante ! L'association des saveurs ne s'arrête pas en si bon chemin, car le carré de cochon de nos montagnes (au jus de miel...) qui nous est servi dans la foulée nous fait littéralement grimper au 7<sup>e</sup> ciel. Bien entendu, une expérience aux Pierres Plates ne peut se conclure sans une spécialité maison aux notes sucrées, et pour les plus grands appétits on vous conseille le fameux Gourmand à partager : 3 desserts au choix sur la carte à partager ! Vous l'aurez compris on ne repart pas des Pierres Plates comme on y est arrivé, mais des souvenirs impérissables plein la tête, les yeux et... la panse. (R.C.)

 The mountains L'Aiguille du Fruit and La Grande Casse can be admired from the restaurant's panoramic terrace. The restaurant Les Pierres Plates, at the top of La Saulire and overlooking the ski areas of Méribel and Courchevel, is the ideal place for a culinary break. Chef Patrice Carron, present for 15 years, proposes traditional homemade dishes prepared with quality products. Creativity and a subtle mix of flavours are the keywords.



*Le gourmand à partager*



*Le carré de cochon de nos montagnes & ses accompagnements*



*Sélection de vin au verre du jour*



*Dahl de lentilles au corail*

◆ Au sommet de la Saulire  
Accès via télécabine Saulire Express depuis Méribel Centre  
ou télécabine Pas du Lac depuis Méribel-Mottaret  
+33 (0)4 79 00 42 38

## BRIDES-LES-BAINS Golf Hôtel

Sur les hauteurs de Brides-les-Bains et face au majestueux Grand Bec, le Golf Hôtel nous propose une expérience. Découvrons son restaurant qui propose une cuisine créative, gastronomique et équilibrée où les produits locaux règnent en maîtres.

♥ Le buffet de la mer à 43€/ personne les 7 et 28 avril au Golf Hôtel (sur réservation au 04 79 55 28 12) et le 21 avril au Savoy Hôtel (réservation 04 79 55 20 55).

✓ Le tarif menu demi-pension avec le code Infosnews lors de la réservation

20 avenue Greyfié de Bellecombe  
73570 Brides-les bains  
Ouvert de 19h30 à 21h • +33 (0)4 79 55 28 12  
www.golf-hotel-brides.com



🇬🇧 On the heights of Brides-les-Bains and facing the majestic Grand Bec, the Golf Hôtel offers an unforgettable culinary experience in its restaurant proposing a creative and balanced cuisine prepared with local products. Don't miss the revisited Seafood on April 7 and 28 by reservation at +33 (0)4 79 55 28 12

## 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. The service is fast and friendly ! The Lounge Bar welcomes you as from 5pm.

♥ Fondue et raclette individuelle

✓ Lounge bar ouvert à partir de 17h30

L'Héliantis, restaurant du Casino  
Esplanade des Thermes  
+33 (0)4 79 55 23 07 • casino3vallees.com



## SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE Le Corbeleys

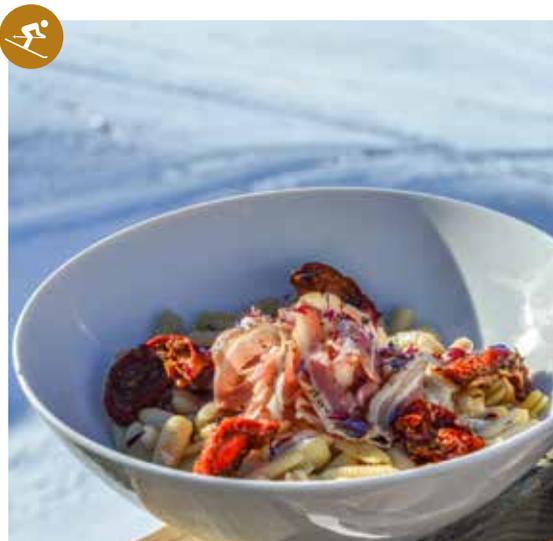
Martine et Bruno perpétuent dans leur chalet d'alpage une véritable tradition familiale et montagnarde pétrie de chaleur et d'hospitalité. Restaurant aux gourmandises authentiques, ils proposent également un goûter généreux pour les petits creux.

🇬🇧 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.

♥ Aiguillettes de poulet à la Bellevilloise

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

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



## LES MENUIRES Le Bistrot des Cimes

Adresse familiale et conviviale située à l'entrée des Menuires, au Bistrot des Cimes, on se sent comme à la maison. Dans un décor contemporain qui allie la chaleur des Alpes à la modernité, ou sur la terrasse panoramique, on déguste ici une cuisine de type bistrot à la française qui saura ravir les gourmands. Notre équipe propose également pizzas, burgers et spécialités savoyardes.

🇬🇧 In a contemporary decor that combines the warmth of the Alps and modernity, Le Bistrot des Cimes proposes French bistro-style dishes, but also pizzas, burgers and Savoyard specialties.

♥ Travers de porc cuits au miel, basse température

✓ Vente à emporter

Quartier de Preyerand • Le Cœur des loges  
+33 (0)4 57 55 07 72



## LES MENUIRES Roc Seven

Une belle déclinaison de l'état d'esprit °Fahrenheit Seven version restaurant d'altitude : ici, on mange, on boit et on danse ! La cuisine est italienne, la décoration design, et l'ambiance survoltée. Un spot unique, au milieu des pistes, avec DJ sets avec performers tous les après-midis.

🇬🇧 Open 7 days a week, the restaurant Roc Seven is a beautiful °Fahrenheit Seven version at an high altitude : here, we eat, drink and dance ! A unique spot offering Italian specialties in a festive atmosphere with DJ sets and performers in the afternoon.

Accès piéton par la du Roc 1  
Ouvert tous les jours de 9h à 17h

## 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.

🇬🇧 We have a menu that is constantly changing to suit the mood. Our dishes are uncomplicated and 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 and is decorated in soft tones.

♥ La côte de bœuf dans la cheminée

✓ Apéritif dinatoire

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



## LES MENUIRES L'Alpin



Nouveau concept: steak house (viande d'exception), pizzas (créations gourmandes du pizaiolo) et spécialités savoyardes de qualité. Pour vivre une expérience inouïe, l'Alpin propose les tentes alpines pour passer une soirée autour du poêle à bois, au chaud, façon trappeurs... Souvenirs garantis! (sur réservation)

🇬🇧 The restaurant l'Alpin proposes Alpine tents to spend an unforgettable evening around the wood stove with a large choice in tasty meat, generous pizzas and quality Savoyard specialties.

- ♥ T-Bone 500g
- ☑ Les tentes alpines

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



## LES MENUIRES La Marmite



La Marmite propose une carte montagne aux produits frais, locaux et originaux à la fois. La carte des vins est à découvrir absolument car revisitant toutes les régions de France. C'est aussi une carte de pizzas maison, ainsi qu'une délicieuse offre de snacking salés, crêpes et gaufres de Liège.

🇬🇧 La Marmite proposes dishes à la carte prepared with fresh and local products, as well as delicious homemade pizzas, snacks, pancakes and waffles from Liège.

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



- ♥ Carré de veau rôti (2 pers) et frites de polenta

- ☑ Un repas insolite dans une télécabine, au chaud

## LES MENUIRES Le Comptoir



Sabrina et Béatrice vous accueillent dans ce lieu de convivialité gourmand et très chaleureux. Pour le déjeuner, en intérieur ou en extérieur, le Comptoir c'est une restauration en libre-service aux teintes de cantine gourmande et montagnarde, généreuse et 100% maison. Le soir, en plus de la restauration à table, notre bar à vins et cocktails maison sont à découvrir jusqu'à minuit.

🇬🇧 Sabrina and Béatrice welcome you for lunch for a quick break inside or outside, for dinner in the dining room, or for a glass of wine or a homemade cocktail until midnight.

- ♥ Epaulé d'agneau rôti au miel et romarin (pour 2 personnes)

Bâtiment L'Oisans - La Croisette  
+33 (0)4 79 00 69 20 • lecomptoirmenuires.com  
📍 LeComptoir.Menuires



# La Table des Marmottes

COUP DE FOURCHETTE

LES MENUIRES

Au pied des pistes, au bas des Menuires, Matt et Claire mettent la barre très haut. À la Table des Marmottes, les mots générosité et maison prennent leur sens dans les assiettes... Partage, humour et bienveillance s'invitent aussi à notre table et à celles des copains qui s'empressent de revenir.

### TU SERAS BIENVENU CHEZ MOI

On a trouvé « the » bonne adresse, où l'on est reçu comme à la maison par Claire et Matt, hôtes authentiques et rieurs. Situé au pied des pistes, le restaurant prend pourtant des airs de bout du monde. Sa terrasse ensoleillée donne sur la pointe de la Masse et sur les versants vierges de toute habitation, aucune pollution sonore ni visuelle à l'horizon. À l'intérieur, c'est le contraste, les rires fusent et les expressions du type « à demain » sont monnaie courante. C'est le repère des copains, mais pas seulement. Claire et Matt nous accueillent tous comme des habitués, nous invitant dans leur intimité à coup d'anecdotes sur ce repère haut en couleur et en bonheur.



Spaghettis aux noix de Saint-Jacques

### ENTRE TERRE ET MER

À table, on apprend que toutes les viandes proviennent du boucher Dubois de Saint-Martin-de-Belleville. Jean-Claude, le chef breton, sait cuisiner les produits de la mer mieux que personne. On déguste ainsi l'assiette Terre et Mer, où le foie gras maison épouse à merveille le saumon, sublimé par la glace pêche de vigne. Le bar au beurre blanc est quant à lui fondant. Si on ne peut tout goûter, on sait qu'il faut tester la côte de cochon rôtie sur place par exemple. Le millefeuille et sa mousse ivoire finit de tous nous mettre d'accord. Découvrons ce lieu qui pourrait aussi s'appeler « Au pt'it bonheur la panse »! (C.B.)



Entrecôte provenant du boucher des Belleville

🇬🇧 At the restaurant La Table des Marmottes, situated at the foot of the slopes, Matt and Claire set the bar very high. Here, the keywords are sharing, humour and kindness. The meat comes from the butcher Dubois in Saint-Martin-de-Belleville, and Jean-Claude, the Breton chef, knows how to cook seafood better than anyone!

◆ Secteur Preyerand • 84 rue des Blanchots  
Accès voiture, piéton et à ski (piste du Bettex)  
Ouvert tous les jours de 9h à 23h  
+33 (0)4 79 08 16 74 • table-marmottes.fr



Millefeuille maison crème ivoire et ses fruits de saison

## LES MENUIRES

### La Table Gourmande de Peuf Daddy



#### 2 restaurants en 1

**Le midi**, la belle terrasse joliment aménagée et les effluves d'une cuisine gourmande sont une invitation à vivre une pause épicurienne des plus agréables. C'est simple, bon, généreux et fait maison, évidemment.

**Le soir**, on se laisse entraîner dans un voyage culinaire au cours duquel la magie opère. À partir de produits bruts de nos montagnes, Johan nous invite à vivre notre terroir, subliment nos légumes, nos viandes, nos poissons... dans des associations de saveurs surprenantes, qui prennent tout leur sens tant elles explosent en bouche. « Ce qui pousse et ce qui vit en montagne, c'est ce qu'on cuisine. On raconte une histoire, on vit un moment de partage ». Quant au sourire de Caroline, c'est en salle qu'on le retrouve, tout comme ses précieux conseils sur les accords mets-vins. Ensemble, ces deux-là bousculent les codes, pour notre plus grand plaisir.

The restaurant Peuf Daddy proposes the beautiful terrace for a homemade and generous lunch, or the cosy dining room for dinner around a homemade dish prepared with local products accompanied by a bottle of wine chosen with care.

♥ Restaurant gastronomique tous les soirs

Quartier Reberty 1850, à moins de 100m de Speed Mountain, de la TC Bruyères 1 et de l'espace aqualudique des Bruyères  
+33 (0)9 81 90 34 96



## 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 skis aux pieds (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 specialities. 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

### La Moutière



1972, c'est l'année à laquelle les parents de Julie Coppier, pionniers de Val Thorens, ont construit ce joli chalet. Ici, elle a passé les premières années de sa vie et propose dans ce cocon tout en bois à l'esprit refuge, une cuisine gourmande de qualité. C'est frais, c'est local, c'est fait maison, c'est savoyard... c'est tout simplement bon!

Julie Coppier's parents, pioneers of Val Thorens, built this beautiful chalet in 1972 where she spent the first years of her life. Julie proposes high quality homemade dishes prepared with fresh and local products in a cosy atmosphere.

♥ Les spécialités savoyardes

✓ Terrasse plein sud abritée du vent

+33 (0)4 79 00 02 67

Facebook icon Chalet de la Moutière Val Thorens  
Instagram icon lamoutiere.valthorens



## 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 éteindre 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

Lounge bar with DJ set, self-service, Belgian waffles, pizzas, woks, snacks, sushi, ice cream and restaurant: there is something for everyone! Whole new is an igloo to experience an unforgettable moment during the day or in the evening.

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



- ♥ Dimanche midi : Menu Randonnée en 3 étapes à 75 €
- ✓ En famille ou entre amis les dimanches midi

## VAL THORENS Les Explorateurs



Au cœur de l'Hôtel Pashmina, le restaurant gastronomique Les Explorateurs est récompensé d'une étoile au Guide Michelin depuis 2017. Le chef Josselin Jeanblanc vous propose un voyage culinaire avec des créations contemporaines, simples et inspirées, basées sur des produits de haute qualité. **Nouveauté** : venez partager un délicieux moment en famille ou entre amis les dimanches midi.

🇬🇧 The gastronomic restaurant Les Explorateurs has been awarded with one star in the Michelin Guide since 2017. The chef Josselin Jeanblanc proposes you contemporary dishes prepared with high quality products.

Hôtel Pashmina – Place du Slalom  
+33 (0)4 79 000 999 – lesexplorateurs@hotelpashmina.com  
Accès ski : Télésiège Lac Blanc / Plein Sud  
Ouvert tous les dimanches midi  
Et du mardi au dimanche soir

## VAL THORENS °Fahrenheit Seven - La Rôtisserie



Midi et soir, on trouve ici le meilleur des saveurs italiennes et du Sud, à déguster dans le confort des banquettes velours baignées de lumière ou sur la belle terrasse au pied des pistes. À la carte, antipastis à partager, pâtes al dente, viandes et poissons grillés, pizzas faites maison.

🇬🇧 For lunch and dinner, here you find the best of Italian and southern flavours, to be enjoyed in the comfort of the velvet benches bathed in light or on the beautiful terrace at the foot of the slopes. On the menu, antipastis to share, pasta al dente, grilled meat and fish, homemade pizzas.



- ♥ Afterskis avec DJ sets et performers tous les après-midis à partir du 26/12



297 Rue de la Lombarde  
+33 (0)4 79 00 04 04

## VAL THORENS Le Chamois d'Or



Le Chamois d'Or propose de déguster ses plats variés et gustatifs au cœur d'un décor rustique et chaleureux. Sa surface d'accueil est suffisamment grande pour accueillir des groupes et sa terrasse ensoleillée ravira vos après-midis.

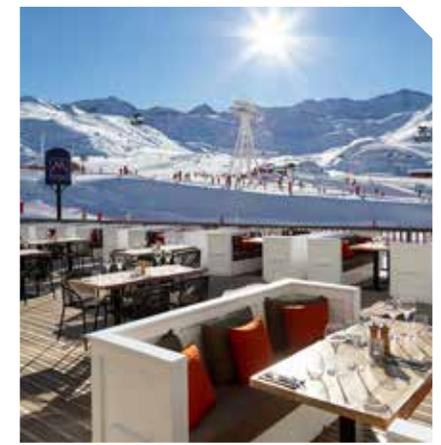
🇬🇧 The restaurant Le Chamois d'Or proposes varied and tasty dishes in a rustic and warm decoration. There is enough space to accommodate groups, and its sunny terrace with an amazing view will delight your afternoons.

- ♥ Omelette aux cèpes
- ✓ Livraison de burgers & pizzas à domicile

Rue du Soleil  
+33 (0)4 79 00 08 79  
+33 (0)7 61 95 71 00  
valtho1@orange.fr  
restaurantlechamoisdor.com



## VAL THORENS Restaurant Le M & Gourmet Snack



Idéalement situé en face du point de rencontre de l'ESF, l'Hôtel Marielle propose deux types de restauration. Le M et sa grande terrasse ensoleillée offrent une cuisine bistronomique, sincère et gourmande, travaillée majoritairement avec des produits locaux et de saison. Nouveau cet hiver, des viandes cuites à la flamme de brasero et un stand écailler. Les plus pressés choisissent le Gourmet Snack, lui aussi jouissant d'une grande terrasse.

🇬🇧 Ideally located in front of French Ski School (ESF) meeting point, the Hôtel Marielle offers two restaurants : the casual restaurant Le M proposes a bistronomic cuisine made with local and seasonal products. New this winter, meats cooked over the flame of braziers and a shelling stand. For those in a hurry, the Gourmet Snack offers several fast options. Both places enjoy large sunny terraces.

- ♥ Autour du braséro: coquelet, gigot entier, diots de Savoie rôtis au feu de bois.
- ✓ Deux terrasses ensoleillées sur les pistes

Hôtel Marielle - 327 Rue du Soleil  
restaurant@hotelmarielle.com  
+33 (0)4 58 24 00 80  
hotelmarielle.com/restaurant-bar



- ♥ Les viandes de race Aubrac
- ✓ Terrasse ski aux pieds

## VAL THORENS La Maison



La brasserie aveyronnaise la plus haute d'Europe fait peau neuve pour ses 10 ans! Faire simple et de se concentrer sur la saveur de très beaux produits, travailler en circuit court, telle est la volonté de l'établissement, dont la cuisine pleine de saveurs est portée par le chef Cyril Attrazic. Un voyage gustatif unique entre Savoie et Aveyron.

🇬🇧 The highest brasserie in Europe is getting a makeover for its 10<sup>th</sup> anniversary! Keeping things simple, focusing on the flavour of the finest products, and working with local producers, such is the will of the establishment, whose cuisine full of flavours is carried by the chef Cyril Attrazic.

Galerie Caron  
contact@la-maison-valthorens.fr  
+33 (0)4 79 00 00 48

## VAL THORENS Le Diamant Noir Koh-I Nor Les Etoiles collection



Le chef Eric Samson vous propose une cuisine d'hiver créative et raffinée. Mêlant des produits d'exception tels que la truffe noire et une large sélection de plantes aromatiques, épices et herbes de montagne, il crée des recettes simplement renversantes. Sur la belle terrasse panoramique ou à l'intérieur au décor majestueux et lumineux, la vue spectaculaire sublime cet instant culinaire d'exception.

🇬🇧 The chef Eric Samson proposes creative and refined dishes. A combination of exceptional products like the black truffle and a large selection of aromatic plants, spices and herbs from the mountains. To savour inside or outside on the sunny terrace with an amazing view.



- ♥ Le menu à la truffe
- ✓ Carte saveurs gourmandes tout au long de la journée

Rue de Gébroulaz, sommet station  
+33 (0)4 79 31 00 00  
info@hotel-kohinor.com • hotel-kohinor.com

# LE KI-KOI-OÙ ? SUPER GOURMAND

NOUVEAU  
NEW JEU  
GAME

À tous les gloutons, fins palais et même appétits d'oiseaux, on va vous cuisiner un peu ! Voici une série de questions pour découvrir les bonnes adresses des 3 Vallées. Réponses à picorer dans le guide gourmand de ce magazine.

## UN LOT À GAGNER !

CETTE SEMAINE : UN MASQUE JULBO 

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>1</b> OÙ RETROUVE-T-ON LE CHEF PATRICE CARRON ?<br/>.....</p> <p><b>2</b> LE CHEF ERIC SAMSON PROPOSE ICI UNE CUISINE D'HIVER CRÉATIVE ET RAFFINÉE. CE RESTAURANT S'APPELE...?<br/>.....</p> <p><b>3</b> OÙ SABRINE ET BÉATRICE NOUS ACCUEILLENTE-ELLES ?<br/>.....</p> <p><b>4</b> DANS QUEL RESTAURANT RETROUVE-T-ON LE CHEF ANTONY TREZY ?<br/>.....</p> | <p><b>5</b> OÙ PEUT-ON DÉGUSTER LES AIGUILLETES DE POULET À LA BELLEVILLOISE ?<br/>.....</p> <p><b>6</b> OÙ ÉVOQUE-T-ON DES « JOUEURS AFFAMÉS » ?<br/>.....</p> <p><b>7</b> OÙ RETROUVE-T-ON JEAN-CLAUDE, LE CHEF BRETON ?<br/>.....</p> <p><b>8</b> OÙ PEUT-ON RETROUVER UN « TIGRE QUI PLEURE » ?<br/>.....</p> |
|---|---|



JEU PARRAINÉ PAR PAUL & RENÉ

### RÉPONSES À ENVOYER PAR MAIL À : [jeu@infosnews.fr](mailto:jeu@infosnews.fr) AVANT VENDREDI SOIR 07/04

Jeu gratuit sans obligation d'achat. Un gagnant par numéro. Le participant doit envoyer un mail à [jeu@infosnews.fr](mailto:jeu@infosnews.fr) en envoyant les réponses à toutes les questions indiquées + nom / prénom / âge / adresse postale / lieu où il a trouvé le magazine / statut: saisonnier, résident à l'année, vacancier. Tirage au sort parmi les bonnes réponses chaque lundi matin suivant la date de fin du magazine (indiquée en couverture). Conformément à la loi «informatique et libertés» du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous pouvez avoir accès et rectifier les informations qui vous concernent en vous adressant à [contact@infosnews.fr](mailto:contact@infosnews.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.



ATELIER MMH  
MENUISERIE - AGENCEMENT - CONSTRUCTION



444 route de Contregon,  
La Perrière 73120 Courchevel  
+33 (0)4 79 22 02 77  
[contact@atelier-mmh.fr](mailto:contact@atelier-mmh.fr)



NOTRE PLUS BEAU PROJET,  
C'EST LE VÔTRE...



[www.atelier-mmh.fr](http://www.atelier-mmh.fr)

SUPER / GÉANT • SKI CROSS

SKI DE BOSSES • WATER SLIDE



COURCHEVEL

WINTER  
LEGACY

ET  
ALEXIS  
PINTURAUD

HUIT  
AVRIL  
2023



*En équipe  
ou en individuel,  
viens te confronter  
au défi le plus complet !*

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS SUR  
[WWW.WINTERLEGACY.COM](http://WWW.WINTERLEGACY.COM)



RICHARD MILLE