



les 3 vallées[®]

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



RETROUVEZ-NOUS

EN VIDÉO  

WWW.INFOSTNEWS.TV

ASCENSION VERS **LE SOMMET !**

VAL THORENS • TÉLÉPHÉRIQUE DE LA CIME CARON



ÉVÉNEMENTS
STATIONS

ANIMATIONS
NATURE

LUGE SUR RAILS

HOCKEY-SUR-GLACE

SPECTACLES
ENFANTS

FESTIVAL
ÉLECTRO

GUIDE
GOURMAND

PORTRAITS
D'ICI

HUMOUR

TIPS

SÉCURITÉ
AVALANCHE

SOLIDARITÉ
THÉÂTRE



N°482

AGENDA DU 27 FÉVRIER AU 6 MARS 2026



Jean Blanc Sports

Votre spécialiste à Courchevel depuis 1947



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

METEO

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

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

KEZAKO ?



Regarde bien : sauras-tu deviner ce qui se cache derrière ce zoom ? (réponse page 15)



OUKISON ?

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

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

DANS LE N°481, PAUL SE CACHAIT
EN PAGE 13, RENÉ EN PAGE 19
ET SUZANNE EN PAGE 39

3 VALLÉES INFOSNEWS N°482 27 FÉVRIER 2026

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

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

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

SOMMAIRE

LE MUST TO DO !

2 - Destination Cime Caron, à Val Thorens



© Léa Brochet

NOTRE BEST-OF DES 3 VALLÉES

- 4 - Le plan des pistes
- 6 - Hors-série Infosnews : En route pour l'aventure !
- 7 - La saisonnière de la semaine : Mélissa Capdeville, à Brides-les-Bains
- 8 - Person of interest : Fabrice Pannekoucke, président de la Région Auvergne-Rhône-Alpes
- 13 - Le Grand Retour olympique à Albertville

COURCHEVEL - LA TANIA

- 15 - Devenir un pro du DVA
- 17 - La pause nature sur les pistes
- 18 - La Maison Pinturault, une famille au sommet

BRIDES-LES-BAINS

- 20 - Stéphanie Debonnaire, sacrée Dahut !

MÉRIBEL

- 23 - L'escapade nature à Tueda
- 24 - Matéo, l'as du crosses fit
- 26 - Du théâtre jeune public
- 27 - Bienvenue au village des Inuits

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

- 28 - Voyage avec les Colporteurs de rêves

LES MENUIRES

- 30 - Tony Saint Laurent, un parrain au sommet
- 31 - Un Trophée porteur d'espoir
- 32 - On a testé : La luge sur rails La Mine

VAL THORENS

- 35 - Festival'Tho, le plus haut dancefloor !
- 36 - Où aller skier ? Les tips...

MOÛTIERS ET ALENTOURS

- 38 - Un saut dans le passé, à Moûtiers
- 39 - Redouane Bougheraba, one-man-show à Albertville
- 41 - Be-Cause : Odyssée, une course en rose

GUIDE GOURMAND

- 43 - Notre sélection de bonnes tables
- 48 - Coup de fourchette : Marius, à Méribel
- 60 - Coup de fourchette : Le M, la table du Marielle, à Val Thorens

AVEC LE NOUVEAU TÉLÉPHÉRIQUE DE VAL THORENS

DESTINATION

Cime Caron !



© Léa Brochot

Fermé après l'accident de novembre 2024, le téléphérique de la Cime Caron a fait son grand retour cet hiver avec deux nouvelles cabines. Modernisé et sécurisé, il confirme son statut d'icône et de porte d'entrée vers un sommet emblématique des 3 Vallées.

L'ICÔNE DE VAL THORENS

Culminant à 3200m d'altitude, le téléphérique de la Cime Caron relie Val Thorens au sommet emblématique des 3 Vallées. Lors de sa construction en 1982, il était le plus grand téléphérique du monde — une prouesse technique devenue symbole. Depuis la station, l'ascension commence avec la télécabine Caron, avant d'embarquer à bord du téléphérique. En seulement quelques minutes, les usagers atteignent le sommet.

UN PANORAMA À 360°

En sortant du téléphérique, on arrive directement sur le rooftop du complexe Caron 3200, l'un des plus hauts d'Europe. Depuis cette terrasse panoramique, la vue embrasse plus de 1000 sommets alpins, de l'Italie à la Suisse jusqu'aux Alpes du Sud. À table ou en mode chill sur le canapé, les visiteurs ont un large choix de bières, boissons chaudes et planches à partager.

TROIS NIVEAUX DE PLAISIR

Aux étages inférieurs du complexe Caron 3200, un restaurant à l'esprit penthouse suspendu vous attend. Le lieu abrite également un bar à vin à l'ambiance feutrée avec 150 références proposées à la dégustation. Enfin, une boutique propose des souvenirs exclusifs, tandis qu'une salle d'exposition complète l'expérience avec une parenthèse culturelle en altitude.

LE TÉLÉPHÉRIQUE EN CHIFFRES

- 900m D+ / 2,52km
- Durée du trajet : 6 minutes
- Vitesse : 11m par seconde
- Capacité : 125 personnes
- Débit : 1300 passagers/h
- Hauteur maximale du sol : 80m



© Photos SETAM



DES PISTES EMBLÉMATIQUES

Avec ses pistes noires et rouges, la Cime Caron est le spot incontournable des bons skieurs. Côté pistes noires, la Combe de Caron offre un superbe couloir de 900m de dénivelé. Sa voisine, la Combe de Rosaël, plonge vers Orelle, sur le versant mauriennais, avec 1100m de descente. Côté pistes rouges, les skieurs ont le choix entre le Col de l'Audzin et ses 1000m de dénivelé, ou bien la Cime, une piste panoramique et accessible qui permet de rejoindre le centre de la station. (F.N.)

After reopening following the November 2024 accident, Val Thorens' Cime Caron cable car returns with two modernized cabins, offering safe, swift access to the iconic 3 Vallées summit. At 3,200m, visitors enjoy panoramic views of over 1,000 Alpine peaks from the Caron 3200 rooftop, plus dining, wine tasting, and cultural exhibits. The area features legendary black and red ski runs, including the Combe de Caron and Combe de Rosaël, making it a must for expert and intermediate skiers alike.



◆ DOMAINE SKIABLE DE VAL THORENS

Téléphérique de la Cime Caron

Accès via TC Caron

(+TC Cairn depuis la station pour les piétons)

+33 (0)4 79 00 07 08 • ski.valthorens.com



© T. Loubere

TROIS QUESTIONS À JÉRÔME GRELLET

Directeur général de la Setam
(remontées mécaniques de Val Thorens)

Quelles modifications ont été apportées au téléphérique ?

Les évolutions les plus importantes concernent la sécurité. L'automate d'exploitation a été entièrement revu et deux cabines neuves ont été installées, offrant environ 30 ans de durée de vie supplémentaire.

Comment se sont déroulés les travaux ?

Nous avons respecté le calendrier prévu : le chantier a démarré en janvier 2025, pour une mise en service le 22 novembre, dès l'ouverture de la station. Avant d'installer les cabines, une longue phase d'étude et de vérification a été menée : chaque élément a été contrôlé avec minutie.

Que représente ce téléphérique pour la station ?

En tant que téléphérique, il survole une hauteur bien plus importante que les autres remontées mécaniques et permet d'accéder au sommet emblématique de la Cime Caron. Un passage obligé pour les skieurs comme les piétons !



© Léa Brochot



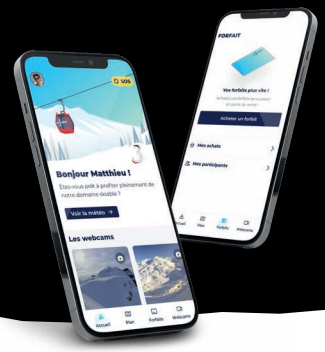
les 3 vallées

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

LES 3 VALLÉES À PORTÉE DE MAIN LAISSEZ-VOUS GUIDER

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH
LET US GUIDE YOU

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





MANNES

LOCATION DE VÉHICULE
& UTILITAIRE 2 À 9 PLACES

**Click &
Rent**

UN WEEK-END,
UNE SEMAINE, UN MOIS...

DÉPART & RESTITUTION
AUTONOME • 7J/7 • 24H/24

RÉSERVEZ EN LIGNE SUR :



AGENCE DE MOÛTIERS

ZA les Salines
172 rue des Érables
73600 Moûtiers

+33 (0)4 79 55 00 82
moutiers@mannes.fr

www.latelier-des-cimes.fr
@latelier.des.cimes.rent

— LES 3 VALLÉES —

EN ROUTE **POUR L'AVENTURE !**



Sur l'eau, en ski, en VTT, en baskets ou dans les airs, Infosnews aime vivre la Tarentaise sous toutes ses facettes. Et surtout la restituer à ses lecteurs ! Le nouveau hors-série « Micro-aventure et expériences extraordinaires » est à découvrir dès aujourd'hui.

TEL MIKE HORN, SORTIR DE SA ZONE DE CONFORT...

Mais où commence l'aventure ? C'est le célèbre Mike Horn qui nous en livre sa vision dans une préface exclusive. « Elle peut être dans une discussion, une idée nouvelle, un changement de vie. Elle commence quand on sort de sa zone de confort ». Et ça tombe bien, en Tarentaise, ce ne sont pas les idées qui manquent pour sortir des sentiers battus et vivre des expériences incroyables !

DE BELLES ESCAPADES AU FIL DES SAISONS

De vallons en versants, de cours d'eau en sommets, l'équipe d'Infosnews est allée dénicher 16 nouvelles pépites, dans tous les domaines de l'outdoor. Trail, VTT, eau vive, escape game, ski de randonnée sur les glaciers, freeride, e-trottinette, via-ferrata, ski-bike, mais aussi balades en raquettes, à cheval ou première nuit en refuge en famille... Vous trouverez au fil des pages nos récits, avis, conseils pratiques, étoffés par le regard des professionnels de la montagne et d'aventuriers de la vallée. Prenez plaisir à les lire et les découvrir, autant que nous en avons mis à les vivre et vous les raconter ! (E.R.)



**HORS-SÉRIE « MICRO-AVENTURE
ET EXPÉRIENCES EXTRAORDINAIRES »**

Diffusion dans toutes les 3 Vallées le vendredi 27 février
Magazine téléchargeable en ligne sur : infosnews.fr

**LA SAISONNIÈRE
DE LA SEMAINE**

BRIDES-LES-BAINS

Mélissa CHANGE DE CAP !

Habituée des saisons d'été, Mélissa Capdeville nous partage son nouveau quotidien de responsable hébergement à Brides-les-Bains. Une saison hivernale rythmée par les rencontres humaines au cœur d'un village montagnard plein de charme.

Depuis combien de temps es-tu saisonnière ?

Cela fait trois ans. Auparavant, j'ai été réceptionniste dans un camping l'été en Ariège. Ici, à Brides-les-Bains, à l'auberge Hi Brides, c'est ma première saison d'hiver avec ma compagne qui travaille avec moi.

Qu'est-ce qui te plaît à Brides-les-Bains ?

Le mélange entre la montagne et le ski, tout en gardant l'esprit d'une vie de village. Les gens sont agréables ici. Peut-être que l'eau des thermes doit aider !

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

Le relationnel, le contact humain, et mettre à l'aise les vacanciers pour qu'ils passent un bon moment. Ici, chaque journée est différente car notre clientèle est variée entre Français et internationaux. J'adore parler d'autres langues et découvrir d'autres cultures.

Quelles sont les différences entre une saison d'été et d'hiver ?

La temporalité. Les journées sont plus courtes l'hiver, et avec les fêtes de Noël par exemple, l'ambiance est plus chaleureuse. L'été est plutôt synonyme de liberté pour les clients, il y a moins de contact avec le personnel.

Les avantages et inconvénients d'être saisonnière ?

La liberté entre les saisons, notamment quand on aime les voyages ou pour se consacrer à d'autres projets. En saison, tu fais aussi beaucoup de rencontres. Ce n'est pas toujours évident sur le côté financier et il y a une grosse intensité de travail, mais quand l'équipe est soudée, les heures paraissent toujours moins longues !



Profil

Prénom : Mélissa

Nom : Capdeville

Surnom : Mel

Âge : 33 ans

Origine : Toulouse

Job : Responsable hébergement

Où : Auberge de jeunesse Hi France

As-tu des passions ?

J'aime beaucoup faire de la photo, animalière ou des paysages. J'essaie de trouver des spots sympas avec une belle lumière. J'aime bien la cuisine aussi !

Un spot coup de cœur ?

Le sentier de la Gorge aux Pigeons, c'est le spot parfait l'après-midi pour voir le soleil et prendre une bonne recharge de vitamine D. (E.H.)

 **M**élissa, spending her first winter season as accommodation manager in Brides-Les-Bains, loves the village charm, festive atmosphere, and meeting international guests. She enjoys photography, cooking, and exploring scenic spots like the Gorge aux Pigeons. Though seasonal work brings intense days and financial challenges, she values the human connections, cultural exchanges, and the variety each day offers, making the experience both enriching and rewarding.

Fabrice Pannekoucke

EN TERRITOIRES (IN)CONNUS

De forestier venu du Nord à montagnard et président de Région, c'est ainsi que l'on pourrait résumer le parcours de Fabrice Pannekoucke. À 51 ans, cet homme de terrain, qui s'est ancré en Tarentaise il y a plus de 30 ans, a de l'ambition pour lui et le territoire qu'il sert. Entretien exclusif avec un porteur de flamme.

DU PLAT PAYS À LA MONTAGNE

Natif de Malo-les-Bains, le jeune Fabrice a grandi en Flandres jusqu'à ses 18 ans. « Je vivais au contact de la nature, au milieu de la campagne. Nous avions des animaux domestiques, je montais à cheval. » La montagne, il la regardait un peu de loin, à travers des incursions en Haute-Savoie, et un grand-oncle militaire sur la base aérienne du Bourget-du-Lac, devenue Technolac aujourd'hui.

COUP DE FOUDRE POUR LES BELLEVILLE

L'été de ses 12 ans, sa famille vient passer des vacances au Villaret, à Saint-Jean-de-Belleville. « Mon premier contact avec la Tarentaise. Une révélation ! En descendant de voiture, je me suis dit : c'est ici que je veux vivre... » À ses 18 ans, il s'y domicilie donc. « Mon petit – et peut-être unique – côté rebelle ! » Il campe en tout cas un premier pied dans la vallée...

L'APPEL DE LA FORÊT

Titulaire du Bac D' (options économie, phytotechnie, zootechnie...), Fabrice opte pour un Bac +2 Production forestière, au domaine des Barres (Loiret). Missions et projets sur le terrain aiguissent son intérêt pour l'aménagement du territoire. « La forêt, c'est une forme d'expression de ce que la nature veut nous donner, avec la considération du temps long. Un truc de sage... Il y a un vrai lien avec la politique en réalité ! On fait aujourd'hui des choses dont il ne faut pas avoir la prétention qu'elles seront pour nous. »



© Mairie de Moûtiers



Profil

Prénom : Fabrice
Nom : Pannekoucke
Âge : 51 ans
Origine : Malo-les-Bains (Nord)
Domicile : Moûtiers
Formation : BTS Production forestière
Job : élu et président de la Région Rhône-Alpes

ET GEORGES CUMIN LE FIT APPELER...

Spécialisé dans la valorisation des friches de montagne, Georges Cumin, l'emblématique maire de Saint-Martin-de-Belleville, le fait appeler. « Je suis reçu en mairie par André Plaisance, alors premier adjoint, avec une promesse d'embauche dès ma sortie d'étude ». Juillet 1995, il pose ses valises et un deuxième pied au Villaret. Pour rester dans la vallée, il passe les concours de l'ONF, des parcs nationaux, de technicien territorial. « J'ai tout eu... » Il choisit la montagne et la mairie de Saint-Martin-de-Belleville, où il est employé jusqu'en 2003.

« POUR MIEUX SERVIR,
IL FAUT REGARDER CE
QUI SE PASSE AILLEURS. »

PREMIERS PAS EN POLITIQUE

Avec un grand-père UDF adjoint au maire, un père fonctionnaire territorial chez les pompiers, des militaires dans sa famille, « ça nourrit et ça porte forcément... » Inspiré par des figures comme De Gaulle ou Chirac, il s'engage jeune au sein du RPR (Rassemblement pour la République). Dans ses grands marqueurs : les valeurs de la République, du drapeau, du service au sens de l'engagement. « Je crois beaucoup à la verticalité de l'action, aux questions d'autorité. » Il franchit tout naturellement le pas des élections municipales, devenant maire de son village de Saint-Jean-de-Belleville en 2003. « Même si j'étais encore l'étranger. On me l'a d'ailleurs souvent dit ! »

LA VISION S'ÉLARGIT...

Automne 2003, il devient assistant parlementaire dans l'équipe d'Hervé Gaymard et Vincent Rolland, à Albertville. « Une véritable opportunité. » Les postes locaux s'enchaînent jusqu'à la présidence de la communauté de communes Cœur de Tarentaise créée en 2010, et la mairie de Moûtiers en 2014. « On ne peut pas vivre, quel que soit son poste, uniquement dans son périmètre. Il faut regarder ce qui se passe ailleurs, pour mieux servir nos territoires. »

UN NOUVEL ÉCHELON RÉGIONAL

La Région l'attire. Il doit patienter jusqu'en 2015 pour être élu. « Je rencontre Laurent Wauquiez (alors président, ndlr). On partage nos accords... et nos limites. » Début 2017, il est nommé conseiller régional délégué aux espaces valléens et la montagne, et met un pied au Comité du massif des Alpes. La suite confirme son ascension : réélection à Moûtiers en 2020, aux régionales en 2021. Le CV s'étoffe : président de l'Agence régionale du Tourisme, vice-président de la Région à l'agriculture en 2022, président de l'Assemblée du pays Tarentaise-Vanoise. Chaque semaine, il est au moins deux jours sur le terrain, combinant agriculture et tourisme, ses sujets de prédilection.

2024, LE TOURNANT

L'année 2024 est charnière. Il est nommé président du Comité du massif des Alpes, « où s'écrit l'avenir de la montagne ». Et surtout, en septembre, il prend les rênes de la Région, succédant – un peu à la surprise – à Laurent Wauquiez, parti ferrailler dans les sphères nationales. Un choix réfléchi, en concertation avec sa famille, qui lui coûte « la mort dans l'âme », cumul des mandats oblige, son poste de maire de Moûtiers. « Honnêtement, être président de Région, ce n'est pas ce que j'avais envie de faire quand j'étais petit garçon. Mais c'est passionnant, et ça change un peu les limites du terrain de jeu ! » .../...



L'INTERVIEW DÉCALÉE

• Si tu étais un arbre ?

Le mélèze ou l'arolle, symboles de durabilité, de temps long, et qui supportent bien l'altitude.

• Un animal des montagnes ?

Pas la marmotte, car je ne dors pas assez ! Peut-être le chamois ou le bouquetin, car ils savent tracer le chemin dans les terrains escarpés.

• Un sommet ?

La Grande Casse, et la Cime Caron pour Cœur de Tarentaise...

• Un plat ?

Les crozets à Moûtiers, je suis obligé...

• Un vin ?

La Mondeuse, je suis un indécrottable.

• Un livre ?

Sur le volet forestier, c'est « Être un chêne »... Et ça va peut-être étonner, mais « La vie à tire-d'ailes », de Roland Fraissinet, le page du sauvetage aérien.

• Une chanson ?

Allez, « Les Allobroges »...

• Un coin préféré ?

La vallée des Belleville, forcément... Et la Croix de Feissons, d'où je vois Moûtiers.

• Une passion insoupçonnée ?

Écouter de la musique, en tous genres, c'est ce qui me sauve. Lire. Et m'asseoir sur un caillou pour regarder la montagne.

Nouveau Kia EV5.

Le SUV familial 100% électrique.



Movement that inspires⁽¹⁾

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

Delta Savoie

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

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

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

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

A 0 gCO₂/km



Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer

À PORTÉE D'ENGUEULADE

.../...Pour tout mener de front, il élabore une stratégie du temps, répartissant les journées entre Lyon, Clermont, Paris, la Région, Moutiers (chaque mardi) et le week-end en Tarentaise. « Le terrain me caractérise. J'ai besoin de prendre le pouls, de rencontrer les acteurs et habitants. » Fin orateur, il aime le contact direct. « Les mandats locaux sont formidables, car on est à portée d'engueulade... Il n'y a pas de filtre ! »

DES CONSEILS ?

Pour ceux qui voudraient s'engager, en politique comme dans d'autres milieux, il insiste sur le fait qu'il « faut des convictions ». Car on ne fait pas une vie d' élu comme on fait une vie professionnelle... « On peut considérer qu'on est bien traité et qu'on vit dans une bulle, mais ce n'est qu'une face. Si je bossais dans l'industrie ou l'économie, ma vie serait beaucoup plus confortable... » Il conseille aussi « d'être en capacité de prendre de la hauteur. Tous les jours, je reçois des messages dégueulasses, notamment sur les réseaux sociaux. Mais ça ne me touche absolument pas. J'ai appris à vivre avec en 25 ans de politique. »



ET DEMAIN ?

En bon montagnard, guette-t-il d'autres sommets ? « Je n'ai pas de feuille de route, assure-t-il. C'est en s'impliquant qu'on voit naître des opportunités. C'est ce que je dis à mes enfants : plus on travaille, plus il y en a... » Une certitude néanmoins, il continuera à œuvrer pour la Tarentaise et sa région. « J'ai de l'ambition, pour moi, ceux qui m'entourent, et le territoire d'exception dans lequel je vis. » Pour sa vallée, il a des rêves d'équilibre, « en sortant du spot touristique pour passer à l'échelle valléenne... » Plus généralement, il souhaite une montagne « vivante et habitée », sans antagonisme, fière de l'héritage laissé par les pionniers, sans « pour autant refaire ce qu'on a fait depuis 50 ans ».

PORTER LES JEUX...

Impliqué « comme une évidence » dans la candidature des JO 2030 dans les Alpes françaises dès 2024, portée par les deux Régions Auvergne-Rhône-Alpes et Sud, les Jeux sonnent pour lui « comme un accélérateur d'innovation dans une montagne en perpétuel mouvement ». Lundi dernier, à Albertville, à l'occasion du Grand Retour de l'équipe de France et du drapeau olympique pour 2030, il n'a pas caché son engouement pour cet événement exceptionnel, n'en déplaise « aux pisse-froid » et détracteurs. « Lundi, c'était le premier jour du reste de nos Jeux... » (E.R.)

VENTE & LOCATION MATERIEL DE SKI



LES MENUIRES

La Croisette
+33 4 79 01 15 56

Les Fontanettes
+33 4 79 00 68 99

Purevalley
+33 4 79 00 65 51

Reberty 2000 - Haut de station
+33 4 79 00 65 51

Le Bettaix Village
+33 4 79 00 65 51

Preyerand - Front de neige
+33 4 79 00 65 51

Bruyère 1 - Centre station
+33 4 79 00 65 51

Bruyère 2 - Front de neige
+33 4 79 00 65 51

VALTHORENS

Centre commercial Caron
+33 4 79 00 06 65

Résidence le Cheval Blanc
+33 4 79 00 07 44

Bas des Balcons
+33 4 79 00 90 80

Haut des Balcons
+33 4 79 00 90 73

Place Péclet
+33 4 79 00 01 72

COURCHEVEL 1850

Le Cristal de Roche
+33 4 79 08 33 45

SAINT-MARTIN DE-BELLEVILLE

Front de neige
+33 4 79 00 68 45

Centre station
+33 4 79 08 67 17



www.intersport-rent.fr

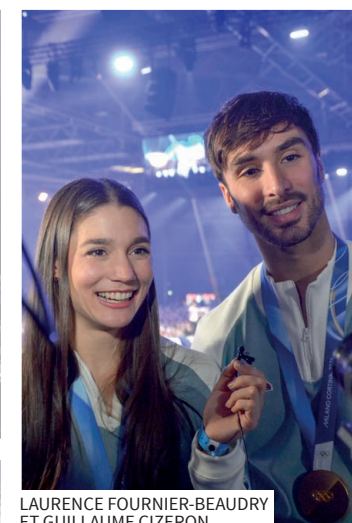
Le grand retour à Albertville



Intense émotion, lundi soir à la Halle Olympique d'Albertville, à l'occasion du Grand Retour de la délégation française aux JO de Milan Cortina, de la passation du relais à l'équipe de France paralympique (début des épreuves le 6 mars), et surtout de l'arrivée du drapeau olympique, en perspective des JO 2030 dans les Alpes françaises. Des symboles, une communion entre les champions et le public, un magnifique son et lumière sur le mât olympique de 1992. Et le début d'un compte à rebours : la prochaine cérémonie d'ouverture des Jeux se déroulera en France dans moins de 1400 jours... (E.R.)



L'ÉQUIPE DE FRANCE DE BIATHLON



LAURENCE FOURNIER-BEAUDRY
ET GUILLAUME CIZERON



EMILY HARROP ET THIBAUT ANSELMET



CONCERT DE BIGFLO ET OLI

FESTIVAL INTERNATIONAL D'ART PYROTECHNIQUE

INTERNATIONAL FIREWORKS FESTIVAL

📍 COURCHEVEL 1850 - MORIOND - VILLAGE

AU PROGRAMME :

1 DATE, 1 ARTISTE
DJ, ANIMATIONS, DESCENTE AUX
FLAMBEAUX & FEU D'ARTIFICE

1 DATE, 1 ARTIST
DJ, ENTERTAINMENT, TORCHLIGHT
DESCENT & FIREWORKS

10,19
24 & 03
FÉVRIER
& MARS
2026

RETROUVEZ LE
PROGRAMME ICI

FIND THE
PROGRAMME HERE



Scan Me



COURCHEVEL
CAPITALE MONDIALE DU SKI



COURCHEVEL

DEVENIR UN PRO DU DVA

Lorsqu'on aime s'aventurer hors des pistes, il est impératif de connaître et maîtriser le volet sécurité. Le Bureau des guides de Courchevel propose une formation de deux heures pour s'initier à la sécurité avalanche. Prochaine session le jeudi 5 mars.

Cette formation « s'adresse à tous ceux qui pratiquent le hors-piste, le ski de randonnée ou la raquette, débutants comme pratiquants réguliers », explique Myriam, gestionnaire du Bureau des guides de Courchevel. Pendant deux heures, les participants alternent entre mise en situation sur le terrain – avec simulation de recherche de victimes d'avalanche – et temps théorique à la Maison de la montagne. « Concernant la partie théorique, nous adaptons aussi le contenu en fonction des attentes du groupe. » L'objectif : aller à l'essentiel pour savoir réagir vite et bien. « L'idée est de donner les clés pour évoluer plus sereinement et être capable d'agir sans hésitation en cas d'urgence. »

Pour ceux qui souhaitent approfondir, une formation sur-mesure d'une journée, en groupe de six personnes, permet d'aller plus loin dans la lecture du terrain et l'anticipation des risques. (F.N.)

🇬🇧 The Courchevel Guides Office offers a two-hour avalanche safety course for off-piste skiers, tourers, and snowshoers. Combining field rescue simulations and tailored theory sessions, it provides essential skills to react confidently in emergencies, with full-day advanced options available.



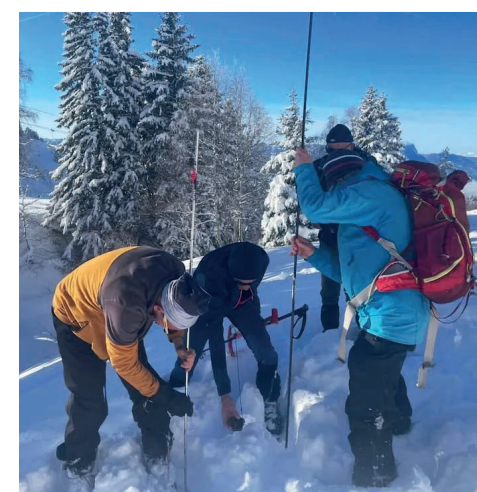
FORMATION SÉCURITÉ AVALANCHE

De 16h30 à 18h30

Maison de la montagne, Courchevel 1850

45€/pers • Groupe de 10

+33 (0)6 23 92 46 12 • guides-courchevel.com



© Photos Bureau des guides de Courchevel

LES 3 VALLÉES

COURCHEVEL

BRIDES-LES-BAINS

MÉRIBEL

BELLEVILLE - MENUIRES/ST MARTIN

BELLEVILLE - VAL THORENS

MOÛTIERS / BOZEL ...

GUIDE GOURMAND

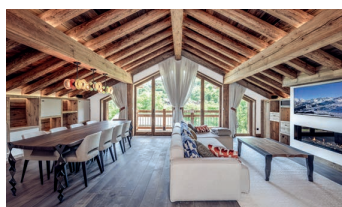
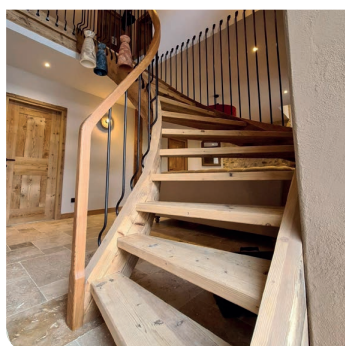
ATELIER MMH

MENUISERIE | AGENCEMENT | CONSTRUCTION

— COURCHEVEL —



L'ART DE SUBLIMER LE BOIS



Menuiserie extérieure • Menuiserie intérieure
Agencement • Mobilier • Bureau d'études

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

www.atelier-mmh.fr

Atelier MMH
 atelier_mmh

— COURCHEVEL —

La pause nature

Il n'y a pas que des skieurs près des pistes de Courchevel ! De nombreuses espèces animales y trouvent refuge. Pour les découvrir et apprendre à les protéger, retrouvez Jonathan Maurice, animateur biodiversité, tous les lundis au sommet du télésiège Aiguille du fruit.

Jonathan Maurice, animateur nature pour la Société 3 Vallées (exploitant du domaine skiable), en compagnie des gardes du Parc national de la Vanoise, sera présent tous les lundis, jusqu'à la fin de la saison, au sommet du télésiège Aiguille du fruit. Retrouvez-le au Stand nature, prêt à vous faire découvrir tous les secrets de la faune locale. Au programme, des supports pédagogiques pour petits et grands : photographies, quiz, empreintes, cornes bois, plumes et... une longue-vue !

Cette animation est organisée en partenariat avec le Parc national de la Vanoise afin de sensibiliser les skieurs dès leur plus jeune âge. Elle s'inscrit dans une série d'initiatives dont l'objectif est de mieux concilier l'aménagement du domaine skiable et la préservation environnementale. (F.N.)

Near Courchevel's slopes, wildlife thrives! Join biodiversity guide Jonathan Maurice, each monday, for interactive activities—photos, quizzes, tracks, feathers—and learn how to protect local species with Vanoise National Park.



© Sylvain Aymoz

STAND ET ANIMATIONS NATURE

Tous les lundis sur le domaine skiable
Sommet TS Aiguille du fruit
Dès 10h • Gratuit (hors forfait de ski)



TO DO LIST

MARDI 03.03

Festival international d'Art
Pyrotechnique
International Pyrotechnic
Art Festival
Dès 18h30 • Gratuit
Front de neige 1850

JEUDI 05.03

Ski cross de la Tanière
Ski cross
À 17h25 • 2€ sur inscription
(gratuit enfants ESF Tania)
Front de neige • La Tania

Office de tourisme • Courchevel
+33 (0)4 79 08 00 29
courchevel.com

RMP
immobilier



A VENDRE



Bozel – Courchevel.
Beau chalet de standing
4 chambres au cœur
de Bozel.
180m² habitables
+ 65m² de garage.
Belle terrasse et piscine.
REF 1424. 1 460 000€

AGENCE IMMOBILIÈRE • BOZEL

Ouvert du lundi au samedi : 9h-12h / 14h-19h • 5 rue Emile Machet,
73350 Bozel • +33 (0)4 79 22 10 50 • rmpimmobilier.com

Une famille AU SOMMET

ENTRETIEN AVEC SANDRA PINTURAULT

Des familles perpétuant l'héritage familial, il n'y en a plus beaucoup à Courchevel... Mais une résiste : la troisième génération de la famille Pinturault est en place et a bien l'intention de poursuivre la saga. Entretien avec Sandra Pinturault, directrice générale de la Maison Pinturault.

Sandra, quel est le début de l'histoire de la famille Pinturault ?

Mes grands-parents sont arrivés à Courchevel dans les années 1960. Ils ont d'abord créé l'hôtel Les Sherpas. Pendant 4 ans, ma grand-mère a géré l'hôtel toute seule, car mon grand-père avait gardé son travail à Troyes dans une société de bonneterie. Il faisait les allers-retours tous les week-ends pour l'aider ! Puis, ils ont géré tous les deux Les Sherpas pendant une dizaine d'années. Ils ont ensuite voulu créer un hôtel de luxe...

Un hôtel de luxe sur le terrain le plus haut de la station ! Un choix osé pour l'époque ?

Oui, ils voulaient un emplacement avec une vue incroyable. La construction a été un peu compliquée et chaotique, car la société de maître d'œuvre a fait faillite au début des travaux. Par chance, ils ont rencontré Alain Chardon qui leur a dit qu'il pouvait gérer les travaux. Mon grand-père, quant à lui, s'occupait des commandes et de la location du matériel de chantier. Ils ont ouvert en 1974.

Quelles ont été les évolutions ensuite ?

Mon père, Claude, est revenu en 1984 pour reprendre la gestion de l'Annapurna. Il a fait pas mal de travaux, construit les premières suites de l'hôtel, puis il a transformé les chambres, rénové les lieux, créé la zone séminaires, amélioré l'espace piscine. En 2024, il a fait une surévaluation pour créer les plus grandes suites de l'Annapurna.

Et vous avez pris le relais...

J'ai rejoint l'Annapurna en 2013, et repris la direction en 2019. J'ai fait pas mal de travaux comme la refonte complète de la restauration. Ensuite, on a racheté Les Peupliers en 2022, créé la Maison Pinturault en 2023, pour donner un nom à notre collection qui regroupe aussi les trois chalets Altaï, l'Épicerie et l'Étable des Lys au Praz.



© Cherrystone



© Photos La Maison Pinturault



SANDRA PINTURAULT

© Paul Brechu

Quelles sont les valeurs de la Maison Pinturault ?

La persévérance, l'authenticité, faire les choses avec bienveillance et pour faire plaisir, l'esprit de compétition, le goût de la perfection... Et la remise en question pour toujours évoluer et ne pas se reposer sur ses acquis. D'autre part, on a toujours tout fait en respectant au mieux l'environnement, dans l'idée d'avoir l'impact le plus faible possible.

TOUJOURS ÉVOLUER ET NE PAS SE REPOSER SUR SES ACQUIS

Qui sont vos clients ?

Nous avons un taux de fidélisation très important, certains depuis 30 ans ! Majoritairement sportifs, ils viennent pour skier avant tout. On a beaucoup de familles, mais aussi des groupes d'amis, des couples...

La restauration a été l'un des points qui a beaucoup évolué ces derniers temps. Quelle est votre stratégie ?

C'était quelque chose d'inévitable, car la concurrence s'accroît à Courchevel : c'est important d'avoir une offre diversifiée dans nos restaurants. On voulait proposer trois types de restaurants différents : savoyard avec la Fèrma, gastronomique avec le chef Jean-Rémi Caillon, et un restaurant d'hôtel, la Table de l'Annapurna, pour les clients qui souhaitent des choses aussi simples que sophistiquées. On a mis l'accent sur le fait de travailler avec des produits locaux et de saison. C'est un vrai parti pris. (C.L.)

 One of Courchevel's last enduring family stories, the Pinturault legacy now thrives through its third generation. Beginning in the 1960s with the Les Sherpas hotel, the family went on to open the iconic Annapurna in 1974. Today, Sandra Pinturault leads Maison Pinturault, overseeing hotels, chalets, and restaurants while continuing to expand the group. Guided by values of authenticity, perseverance, excellence, and environmental responsibility, the family places strong emphasis on loyal guests, alpine sports culture, and refined dining rooted in local, seasonal produce.


LA MAISON PINTURAULT
lamaisonpinturault.com



© DR

SACRÉE DAHUT !

RENCONTRE AVEC STÉPHANIE DEBONNAIRE

Originaire du Val de Marne, Stéphanie aurait très bien pu ne jamais mettre un orteil en montagne... Et puis une classe de neige à Montalbert en a décidé autrement. Un coup de foudre avec les éléments, et le début d'une longue histoire !

QUAND JE SERAI GRANDE...

Janvier 1982. Alors en CM2, Stéphanie passe 3 semaines à Montalbert, dans le cadre d'une classe transplantée organisée par son maître Christian. « C'est ce qui a tout déclenché. Je me souviens de la lumière, des espaces, de la sensation de liberté, du crissement et de la douceur de la neige... » Elle en a conservé ses cahiers de cours, son premier forfait, et son bonnet ! « Quand je serai grande, c'est là que je veux habiter », s'est-elle dit en rentrant dans sa grise banlieue parisienne. « Et je ne suis pas tombée bien loin ! », constate la Bridoise, avec son large sourire.

DE MONTAGNARDE NOVICE À DAHUT

Elle doit attendre la fin de ses études d'allemand pour retrouver la montagne. Direction l'Autriche et Kitzbühel, comme assistante de français. « Je voyais la mythique piste de la Streif depuis la fenêtre de ma classe... » Une collègue, Edith, l'initie à la montagne à haute intensité : VTT, ski de rando... Sa famille l'affuble d'un surnom qui lui va comme un gant : Dahut ! Mais le rêve éveillé prend fin au bout de trois ans avec un retour à Paris.



STÉPHANIE DEBONNAIRE



SAVOIE OU BIEN ?

Le concours de professeure des écoles en poche, elle enseigne à Orly. Tous les week-ends, elle fait l'aller-retour à Brides, où elle a acquis un studio. Début 2000, elle organise une classe transplantée dans le Beaufortain, et tombe sur la course de ski-alpinisme de la Pierra Menta. Joueur – et sportive, elle veut tenter l'aventure. « J'ai acheté du matos, des chaussures 4 crochets (une hérésie) ». Et la voilà au départ en 2006. En parallèle, elle fait le forcing pour être mutée en Savoie. À partir de 2002, elle va enseigner à Conflans, puis Brides et aujourd'hui à Méribel. « Un nouveau bain de bonheur... »

L'AMOUR DU SPORT ET DES SOMMETS

« J'aime être dehors, faire du sport, et tout ce qui est en pente ! » Issue d'une famille de sportifs, Stéphanie ne se fixe aucune limite. « Jouez, amusez-vous, disait mon père. Que vous soyez dernier ou premier, ça n'a pas d'importance. » En 20 ans, elle multiplie les courses de ski de rando, les plus grandes (Patrouille des Glaciers, Pierra Menta à nouveau en 2018) comme les challenges de la vallée : « Raveillus, Diables Bleus, Dahus, Triface... j'adore l'ambiance des courses de La Plagne ».

CAP OU PAS CAP ?

Jamais rassasiée, elle se fait embarquer par son beau-frère dans son premier Ironman pour ses 50 ans. « J'ai dit non, étant très mauvaise nageuse, puis oui ! » Elle s'achète une combinaison, un vélo d'occasion, et s'entraîne fort... En 2024, elle boucle l'Alpsman d'Annecy (2,8km de nage, 188km de vélo et 42km à pied). « Ma crainte, c'était de ne pas passer les barrières horaires, identiques pour les hommes et les femmes. » Et en août 2025, elle arrive en 17h au bout de l'Embrunman. « C'est une vraie joie sauvage à l'arrivée... » Toujours à l'affût d'une nouvelle idée folle, elle retourne à l'Alpsman en juin 2026, avant de traverser en solo et à pied l'arc alpin cet été.

PARTAGE ET TRANSMISSION

« Quand quelque chose nous fait rêver, on n'ose pas toujours penser qu'on peut... » Passer le message que tout est possible, que l'effort peut se faire dans la bonne humeur, lui tiennent à cœur. Au sein de l'association sportive et culturelle de Brides, qu'elle porte avec sa compagne Marie, comme dans son métier de prof des écoles, elle communique ce petit grain de folie et d'envie. « Le rôle de l'école, c'est d'ouvrir des portes. Libre à chaque élève ensuite de tracer sa voie... » Comme un jour, un dénommé Christian lui a ouvert celle des sommets... (E.R.)



© Photos DR

 Stéphanie Debonnaire discovered the mountains on a childhood school trip, sparking a lifelong passion. After teaching in the Paris area, she settled in Savoie, embracing an active life of ski mountaineering and endurance challenges, including Ironman races. Driven by joy and perseverance, she encourages others to chase their dreams and push their limits.

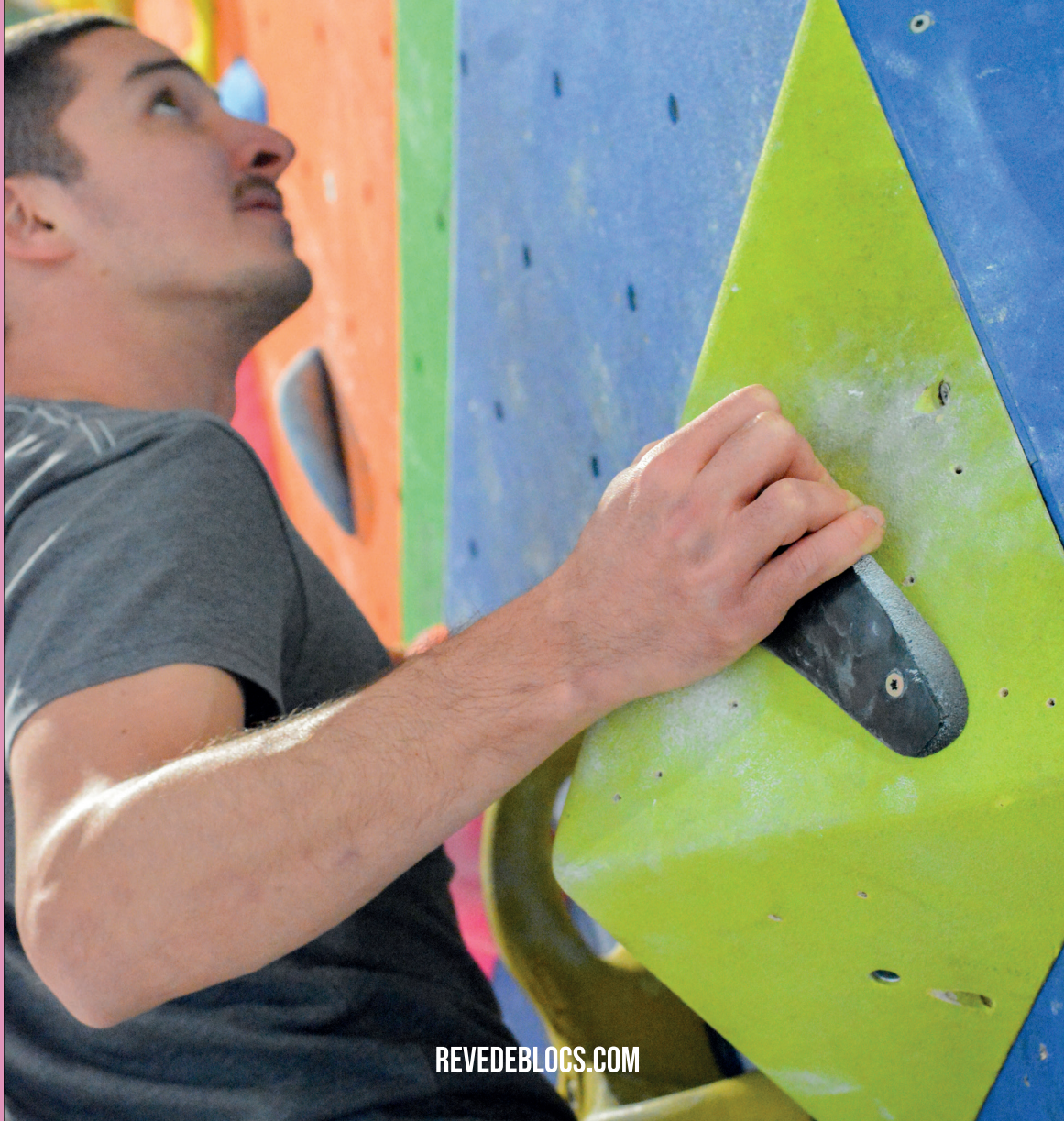


ESCALADE

LA SEULE **SALLE DE BLOCS** EN TARENTEISE

ZONE D'ACTIVITÉ
DERRIÈRE LECLERC

AIME 7J/7



REVEDEBLOCS.COM

— MÉRIBEL —

L'ESCAPADE *nature*

Ateliers créatifs, jeux nature et balades ludiques rythment les semaines à la Maison de la réserve. Un programme quotidien et gratuit pour découvrir, en s'amusant, la faune, la flore et les secrets du site naturel de Tuéda.

Au cœur de la Réserve naturelle du Plan de Tuéda, la Maison de la réserve concocte chaque jour, du lundi au vendredi, des animations tout public qui sentent bon l'aventure. Fabrication de boules de graisse pour les oiseaux, masques d'animaux sauvages, quiz et blind test des cris de la faune mettent les sens en éveil. Qui reconnaîtra le chant d'un oiseau ou l'empreinte d'un mammifère ? Du 2 au 6 mars, un film nature est projeté chaque jour de 10h à 11h. Installée au-dessus du restaurant du lac, la Maison propose aussi une expo permanente sur glaciers et biodiversité, avec jeux et ateliers pour petits explorateurs. (F.N.)

 Creative workshops, nature games, and playful walks fill the weeks at the Maison de la Réserve in the Plan de Tuéda Nature Reserve. This free daily program features wildlife-themed activities, films, and exhibitions on glaciers and biodiversity for all ages.



© Sylvain Aymoz



ANIMATIONS NATURE

Site de la réserve naturelle du Plan de Tuéda
À Méribel-Mottaret
10 mn à pied depuis le parking des Ravines
Accès navette depuis l'arrêt Chatelet
Plus d'infos sur la programmation
+33 (0)4 79 08 65 32 • meribel.net



TO DO LIST

JEUDI 05.03

Coup de théâtre :
trois femmes

Theatre: trois femmes

À 21h • Dès 13€

Auditorium • Méribel Centre

JEUDI 05.03

Portes ouvertes de
l'aéroclub

Open day at the Méribel flying club

9h-17h • Accès libre

À l'Altiport

Office de tourisme • Méribel

+33 (0)4 79 08 60 01

meribel.net

NOUVEL HÔTEL ALBERTVILLE


BASE CAMP
LODGE

**ET SI VOUS ÉVITIEZ
LES BOUCHONS ?**

Une nuit de plus... du stress en moins.

basecamp-albertville.com

LES COULISSES DU HCMP

L'as du crosses fit

Depuis six ans, Matéo Rossillon met son expertise au service du club de hockey-sur-glace des Bouquetins, qui évolue en Division 1. À 28 ans, ce préparateur physique passionné et ancré à Moûtiers veille à ce que chaque joueur soit dans la meilleure forme possible tout au long de la saison.

Quel est ton parcours ?

J'ai fait ma scolarité à Moûtiers, avant de suivre un cursus Staps à Chambéry, puis j'ai obtenu mon diplôme de coach sportif à Lyon. J'ai décidé de revenir dans la ville où j'ai grandi pour ouvrir ma salle de sport en 2021 : Matéo Coaching. En parallèle, je suis préparateur physique pour Les Bouquetins depuis six ans.

Comment es-tu arrivé dans le milieu du hockey sur glace ?

J'ai plusieurs joueurs de hockey dans la famille, dont un cousin qui joue au HCMP et que j'ai accompagné en tant que coach sportif. C'est comme ça que je me suis fait connaître auprès du club. J'ai d'abord pris en charge la prépa des enfants, avant de rejoindre les pros. Je ne suis pas joueur, mais un vrai supporter !

**JE NE SUIS PAS JOUEUR,
MAIS UN VRAI SUPPORTER !**

Quel est ton rôle au sein du HCMP ?

Je travaille en binôme avec Martin Lacroix, notre nouvel entraîneur. Je m'occupe de tout ce qui se passe hors glace : prépa physique, récupération et suivi individuel. Les joueurs disposent d'une programmation complète sur l'année.

Quelle est la période clé de la saison ?

Le camp d'entraînement d'août est fondamental. Tous les joueurs se retrouvent à Méribel ou Courchevel pour deux semaines intensives : présentation des nouveaux, entraînements, matchs de préparation... Une montée en puissance avant les matchs officiels.



MATÉO ROSSILLON



© Photos Studio M

Pourquoi la préparation physique est-elle si importante ?

Le hockey est un sport de contact, le risque de blessure est élevé. Une bonne préparation permet de le réduire, tout en améliorant la performance et l'endurance.

Au sein du club, la cohésion est-elle importante ?

Elle est essentielle. Le HCMP, c'est un club familial, soutenu par des bénévoles et un public incroyable. En décembre, les gradins sont pleins à craquer. Sentir cette ferveur locale, ça pousse les joueurs à se dépasser. (F.N.)



For six years, 28-year-old fitness coach Matéo Rossillon has been the physical trainer for the Bouquetins, the local ice hockey team competing in Division 1. A native of Moûtiers, he ensures players stay in peak condition all season long. Founder of Matéo Coaching, he combines passion, professionalism, and hometown pride, working closely with coach Martin Lacroix to prepare, strengthen, and motivate the team — all driven by strong local spirit.



LES BOUQUETINS HCMP • HOCKEY-SUR-GLACE

Championnat de France de Division 1
Actualité et matchs à retrouver sur la page

[f Les Bouquetins HCMP](#)

Pour suivre Matéo

[@mateo_coaching](#)

LES BOUKS, MISSION MAINTIEN



En cette fin de saison régulière, la phase de maintien se profile pour les Bouquetins du HCMP. Avec un objectif clair : se maintenir en Division 1. Explications et calendrier...

Après 27 matchs déjà joué cette saison (sur 30), les hockeyeurs du HCMP sont actuellement 16^e et derniers de la Division 1. Tandis que les 8 premiers s'affronteront pour pouvoir accéder en ligue Magnus (le niveau supérieur), les 4 derniers lutteront pour conserver leur place en première division. Le fonctionnement est simple, un premier tour à partir du 14 mars où les vainqueurs assureront leur maintien ; puis un deuxième tour où les deux perdants s'opposeront. L'équipe perdant le tour 2 sera rétrogradée en division 2. En attendant, rendez-vous le 7 mars à Courchevel pour le 30^e match de la saison régulière, contre Cholet. Go Bouks go ! (E.H.)

HCMP sit last in Division 1 after 27 games and enter the relegation round. Bottom four teams compete: first-round winners stay up, while losers face off. The final loser is relegated. Last regular game: March 7 vs Cholet.



HCMP - POULE DE MAINTIEN

1^{er} tour du 14 au 22 mars
2^e tour du 28 mars au 5 avril

U express MÉRIBEL

VOTRE NOUVEAU SUPERMARCHÉ DE PROXIMITÉ

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

- livraison à domicile
- course U
- service drive



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

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

— MÉRIBEL —

Lucette ET SA BOUTIQUE ENCHANTÉE



© Cie Artiflette

Les spectacles se multiplient dans l'Auditorium de Méribel-Centre. Mardi 3 mars, les enfants et leur famille sont conviés à une aventure poétique et interactive, créée par la Cie Artiflette.

« **B**obines et Flacons » est un spectacle jeune public qui mêle cirque, chansons, récits et marionnettes dans un univers poétique et malicieux. Dans la boutique enchantée de Lucette, chaque flacon, chaque bobine, chaque petite boîte renferme un monde à part entière. Il suffit de les ouvrir pour voir surgir une histoire, entendre une comptine familière ou découvrir une chanson nouvelle. L'ensemble est porté par un répertoire musical riche et varié, mêlant comptines traditionnelles, chants du monde et chanson française, pour un voyage sensible et joyeux à la portée des petits comme des grands. (F.N.)

🇬🇧 **O**n March 3 at Méribel Centre Auditorium, families are invited to "Bobines et Flacons" by Cie Artiflette, a poetic, interactive children's show blending circus, puppets, storytelling and songs in a magical, music-filled world.



SPECTACLE : BOBINES ET FLACONS

À 18h à l'auditorium, Méribel Centre
Gratuit • Dès 3 ans
+33 (0)4 79 08 60 01 • meribel.net

— MÉRIBEL —

Les Inuits N'ONT PAS FROID AUX YEUX



© Sylvain Aymoz

Au cœur de la forêt de l'Altiport se trouve un village, accessible à ski, où les Inuits offrent un voyage inédit au cœur de l'Antarctique, avec des animations gratuites tous les après-midis. De quoi amuser les petits et grands enfants entre deux pistes.

JEUX, MAGIE, TIR À L'ARC...

Les lundis (14h-16h), partez à la rencontre d'Ithako, l'arrière-arrière-petit-fils du célèbre chaman Naar-juk. Il vous fera découvrir son univers dans son igloo, entre jeux traditionnels et tours de magie inattendus. Les mardis (13h-16h30), mettez de la couleur dans votre vie et sur votre visage grâce aux sessions maquillage des Inuits. Un show épatant vous attend les mercredis (14h-16h) avec les incroyables sculptures sur glace de Nicolas, maître sculpteur. Celles-ci seront réalisées directement sous vos yeux à partir de blocs de glace, impressionnant ! Les jeudis (13h30-16h30), plongez dans l'univers captivant de Yatho et de sa tribu pour une initiation au tir à l'arc. Qui sera élu le plus grand aventurier de la banquise ? Et pour bien finir la semaine, les vendredis (14h-16h30) seront festifs avec la fête des Inuits. L'occasion de tester des jeux en tous genres et de rencontrer la fameuse mascotte Yatho.



L'EXPÉRIENCE DES INUITS À LA MAISON

Les Inuits s'invitent aussi chez vous grâce au site inuits-meribel.fr ! Découvrez trois histoires à podcaster, autour d'un chaman, d'oursins et des protecteurs de l'océan, pour sensibiliser vos enfants à la nature. Aussi, de magnifiques coloriages à imprimer vous attendent à l'effigie de la piste des Inuits, ainsi que des jeux concours pour continuer à vivre l'expérience Inuits jusqu'à votre prochaine venue... (E.H.)

🇬🇧 **H**idden in the Altiport forest, the Inuit Village offers a playful journey into a polar world, accessible by skis only. Free daily activities include magic shows, traditional games, face painting, ice sculpting and archery. A fun and immersive experience for families, perfect for entertaining young explorers between ski sessions.



VILLAGE DES INUITS • MÉRIBEL ALTIPOINT

Animations gratuites durant les vacances scolaires
Accès en ski uniquement
via TS Altiport, TC Saulire Express et TC Rhodos
+33 (0)4 79 08 65 32 • skipass-meribel.com



VOYAGE ONIRIQUE AVEC LES COLPORTEURS *de Rêves*

Née en 2003, la compagnie Les Colporteurs de rêves emmène les spectateurs dans un monde entremêlé de théâtre, de musique et d'art du cirque. Discussion avec Aurélien Etiévent, originaire de Petit Cœur, l'un des fondateurs. Ils seront en représentation le 6 mars à Saint-Martin.

Aurélien, qui es-tu ?

Je suis le fondateur de la compagnie Les Colporteurs de Rêves, avec Jérémie Evangelista qui n'en fait plus partie maintenant. Après des études de lettres modernes, je me suis dirigé vers l'animation à Notre-Dame-du-Pré, où on travaillait avec des écoles sur le théâtre et le cirque. J'y ai fait la connaissance d'intervenants et professionnels dans ce domaine. À force de rencontres, j'ai monté la compagnie avec Jérémie.

Peux-tu nous présenter Les Colporteurs de Rêves ?

La compagnie propose des spectacles qui oscillent entre théâtre, musique et arts du cirque. Ils sont festifs et cherchent le partage et l'interaction avec les gens. Nous sommes trois à travailler ensemble. Il y a Julien Bazerque à la guitare, avec nous depuis 2015. Et José Ramanoelina au violon et à l'accordéon, avec qui je collabore depuis 20 ans ! Tous les deux sont aussi comédiens. Quant à moi, je suis plus dans le théâtre de rue, l'interaction avec des gens et la jonglerie.

Peux-tu nous parler de vos différents spectacles ?

Nous avons deux spectacles tout public « Boulevard Boulegant » et « Rêve Général » qui sont des spectacles-concerts. C'est un spectacle qui a la mise en scène d'un concert avec théâtre et arts du cirque. On propose aussi des spectacles jeune public « Ourneck le troubadour » et « La Tribu du Vent » qui sont des contes-spectacles où une histoire est racontée et illustrée par de la musique, du théâtre et du cirque.



© Les Colporteurs de Rêves



Le 6 mars, vous serez d'ailleurs à Saint-Martin-de-Belleville...

Oui, nous venons jouer dans le cadre de la dernière représentation de Saint-Martin en Scène, pour la dernière semaine des vacances scolaires. On va jouer « Ourneck le troubadour », où on propose de suivre le voyage initiatique d'Ourneck à travers un univers poétique mêlant théâtre, musique et jonglerie. C'est tout public dès 4 ans. Rendez-vous à 18h, dans l'ancienne salle des fêtes du village.

« LA SCÈNE, C'EST VRAIMENT
L'ENDROIT OÙ ON PEUT TOUT
DIRE ET OÙ ON EST ÉCOUTÉ »

Vous proposez aussi des ateliers ?

Oui tout à fait ! Sur la création de spectacles autour du théâtre, du théâtre de rue, des arts du cirque. Ce qu'on apprécie particulièrement, notamment avec les enfants, ce sont des créations de contes-spectacles. On part d'une histoire qu'on écrit avec eux et qu'on met ensuite en scène.

Quels sont les projets en cours ?

On est sur la réalisation d'un album de notre spectacle « Rêve Général ». Et sinon, on a toujours des idées de création de nouveaux spectacles. (M.P.)



© Photos Thierry Dussauge

Founded in 2003, Les Colporteurs de Rêves blends theater, music, and circus arts in lively, interactive shows. Co-founder Aurélien Etiévent works with long-time collaborators Julien Bazerque and José Ramanoelina. The company offers all-ages performances, youth storytelling spectacles, and creative workshops. Upcoming projects include an album for Rêve Général and new shows, continuing their mission to engage audiences through imaginative, multidisciplinary artistic experiences.



SPECTACLE JEUNE PUBLIC

Avec la compagnie Les Colporteurs de Rêves
Spectacle le 06/03, à 18h, gratuit
Dans l'ancienne salle des fêtes de Saint-Martin
Pour les suivre : colporteursdereves.fr



TO DO LIST

LUNDI 02.03

Rendez-vous musicaux
Synchro Zero

Concert : Synchro Zero
À 18h • Gratuit
Église • Saint-Martin

MERCREDI 04.03

Descente aux flambeaux
& spectacle de feu
Torchlight descent & fire show
Dès 18h30 • Gratuit
Place des Belleville

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

Tony Saint Laurent

UN PARRAIN AU SOMMET

Le Friendly Menuires Festival se déroulera du 10 au 12 mars prochains. Cette nouvelle édition sera parrainée par l'humoriste parisien Tony Saint Laurent. Interview de ce passionné de stand-up et de comédie...

Comment devient-on parrain du Friendly Menuires Festival ?

Il y a quelques mois, je jouais en tournée avec la troupe du Paname Comedy Club du côté d'Avignon. Les équipes du Friendly Menuires Festival, présentes sur place, m'ont demandé si je voulais bien être le parrain cette année. J'ai tout de suite accepté !

Ce rôle est une première pour toi ?

Oui et j'en suis très content. J'adore les ambiances de ce type de festivals organisés par des passionnés dans un cadre magnifique. Les acteurs station, saisonniers et locaux sont toujours très accueillants. C'est une ambiance de colonie de vacances pour nous.

Un petit mot sur la programmation ?

Durant deux jours, la programmation s'annonce belle et variée et s'adresse à tous les publics. Entre le one man show de Vincent Moscato (10/3), la pièce de théâtre « Paillettes » de Philippe Caroit (11/3) et le spectacle de magie et d'illusion de Zack et Stan (12/3), c'est une chance de vivre ce type d'événement. On peut y aller les yeux fermés.

Es-tu déjà venu aux Menuires ?

Oui il y a longtemps, et aussi à Val Thorens. Mais les souvenirs sont vagues. En tous cas, j'aime l'ambiance des stations, m'asseoir en terrasse d'un restaurant et boire un chocolat chaud. J'associe l'endroit à une ambiance familiale et amicale.

Quels sont tes projets ?

Je suis actuellement en tournée avec mon spectacle « Efficace » qui traite ma vie avec autodérision et qui est empreint de comique d'observation. Il y aura peut-être un sketch sur la montagne et les Menuires à venir (rires).

Comment présenterais-tu le Savoyard dans un sketch ?

Dès que je marche dans les rues et que je vois un moustachu, je me dis « lui est Savoyard ». Je me moque aussi des Parisiens, vite déstabilisés en montagne par la pose des chaînes, le froid... (C.B.)



© Stéphane Kerrad

Parisian comedian Tony Saint Laurent will headline the Friendly Menuires Festival (March 10-12) as its patron. Invited after a tour performance, he eagerly accepted, drawn by the warm, festive atmosphere. The event offers a diverse lineup, from comedy to theatre and magic. Currently touring his show Efficace, he enjoys poking fun at both Savoyards and city dwellers.



FRIENDLY MENUIRES FESTIVAL

Le 10/3 : Vincent Moscato (one-man-show)
Le 11/3 : « Paillettes » de Philippe Caroit (théâtre)
Le 12/3 : Zack et Stan (magie et illusion)
Infos et réservations : lesmenuires.com

TO DO LIST

MERCREDI 04.03

Visite guidée : les apéros de l'architecture

Guided tour : architecture happy hours

17h30 et 19h • Dès 5€ (inscription obligatoire)

Rdv à l'office de tourisme • La Croisette

Office de tourisme

Les Menuires

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



UN TROPHÉE PORTEUR D'ESPOIR

Reporté en février, le 28^e Trophée de l'Espoir se déroulera finalement aux Menuires ce jeudi 5 mars. Une journée solidaire au profit de l'association Alpysia, qui met le handisport à l'honneur et mobilise le grand public autour de la paralysie cérébrale.

UNE LONGUE HISTOIRE

Depuis 28 ans, la station des Menuires organise cet événement caritatif, parrainé par David Douillet, qui met à l'honneur les plaisirs de la glisse pour les personnes en situation de handicap. L'Alliance pour la paralysie cérébrale des Alpes gère 22 établissements en Haute-Savoie et en Isère. Cette déficience motrice la plus courante chez l'enfant touche 125 000 personnes en France.

LE PROGRAMME DE L'ÉDITION 2026

Le jeudi 5 mars se déroulera la 28^e édition du Trophée de l'Espoir. 45 membres d'Alpysia participeront à nouveau à cet événement sportif, festif et solidaire. Tandis que les résidents d'adonneront aux joies de la glisse durant la journée, le stand Alpysia sera installé sur le front de neige dès 10h, avec des actions de sensibilisation et la vente de goodies. La descente aux flambeaux, à 18h, est ouverte à tous (dès niveau 3^e étoile). Elle précédera le concert de « Faut qu'ça guinche », suivi du show des moniteurs et d'un feu d'artifice.



ON SE MOBILISE...

Nouveauté cette année, une cagnotte a été créée sur Helloasso pour encourager les dons, durant la semaine du 1^{er} au 7 mars. L'an passé, les bénéfices de la journée avaient permis de récolter 7000 euros, reversés à l'association pour lui permettre d'investir dans du matériel dédié aux loisirs de ses résidents. Record à battre, grâce à la mobilisation de tous ! (E.R.)

The 28th Trophée de l'Espoir takes place on March 5 in Les Menuires, supporting Alpysia and raising awareness of cerebral palsy. For nearly three decades, this charity event has combined adaptive skiing, public engagement, and festive moments. The day includes awareness activities, a torchlit descent open to all, and evening celebrations. Funds raised help improve leisure equipment for people with disabilities.



TROPHÉE DE L'ESPOIR #28

- Stand d'information Alpysia et goodies dès 10h
- Dès 18h : descente aux flambeaux, concert, show des moniteurs et feu d'artifice
- Cagnotte solidaire en ligne sur Helloasso

MINE DE RIEN, ON S'EST BIEN AMUSÉES

La station des Menuires, familiale par excellence, regorge d'activités que les enfants adorent. Cette semaine, la luge sur rails La Mine a ravi une petite testeuse hors pair, Louisa.

Ce qui est extraordinaire quand on partage des activités avec nos petits, c'est que très rapidement, on retrouve son âme d'enfant. La luge sur rails La Mine donne le sourire et fait éclater de rire les parents comme les enfants.

LES MENUIRES NOUS VOILÀ !

Direction le quartier des Bruyères, où l'on voit se dessiner dans le ciel du front de neige, les rails et le parcours qui nous attendent. Papillons dans le ventre, excitation, sourires... tous les ingrédients sont réunis pour que nous passions un bon moment. Nous arrivons et côtoyons les autres participants qui sont tout autant impatients. Dans la file d'attente, nous plongeons déjà dans l'ambiance des mines d'autrefois.



© Marine Vernaz

UN BRIN D'HISTOIRE...

Si la station a choisi de scénariser sa luge sur rails sur le thème de la mine, ce n'est pas un hasard. L'attraction rend hommage à l'histoire du nom des Menuires. Ce dernier découle du fait que les anciens villageois de la vallée exploitaient des mines de charbon. Ces mineries, ou m'nuires en patois, ont ainsi donné le nom de la station des Menuires. Intéressant, n'est-ce pas ?



© Marine Vernaz



ON PLONGE AU CŒUR DE L'ACTION

Ça y est, c'est à notre tour de monter à bord de la luge ! Nos amis de l'exploitation nous expliquent les règles de bonne conduite pour que la descente se passe en toute sécurité, ceinture attachée, et c'est parti pour une ascension vers le plus haut point de la piste.

À FOND LES WAGONS

Point culminant atteint... « Maman tu vas à fond hein, tu ne freines pas ! » Louisa n'a pas froid aux yeux alors on enclenche les manettes vers l'avant. La luge part doucement et prend de plus en plus de vitesse mais ok, on ne freine pas ! Les virages secs s'enchaînent, tout comme les lignes plus droites et les soubresauts... Louisa rigole à pleins poumons. « Je vais faire une grimace pour la photo ! » C'est vrai, nous arrivons à l'appareil photo et nous grimâçons devant l'objectif.

L'arrivée est proche... nous ralentissons et nous nous arrêtons en gare. Un petit check avant de descendre de la luge, et nous allons récupérer notre magnifique photo... avant de repartir en direction du portail d'entrée, pour revivre l'expérience une nouvelle fois.

Test réalisé par Sabrina et Louisa Maitre



 We tried the La Mine rail toboggan in Les Menuires, and it's a hit for kids and parents alike. From the moment we arrive in the Bruyères area, excitement builds as the mining-themed decor sets the scene. After a safety briefing, we climb to the top... then it's full speed ahead! Tight turns, bumps, and laughter guaranteed—especially when our fearless tester insists: “Don’t brake!” The ride ends with a fun photo souvenir... and the urge to go again. A playful, family-friendly thrill.

LUGE SUR RAILS LA MINE

Quartier des Bruyères

7j/7 de 15h à 19h

Dès 5 ans et 110 cm, accompagné d'un adulte

Dès 10 ans et 140 cm, seul dans la luge

9€ la descente / 39€ les 5 / 69€ les 10 / 119€ les 20

+33 (0)4 79 00 62 75 • skipass-lesmenuires.com

Move & Relax*

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



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



sportwellnesslesbelleville.com

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

ZOOM

SHOWMAN-GICIEN



© Pivabey

Amateurs de magie, d'humour et d'expérience nouvelles, ce spectacle est fait pour vous. Jean-Luc Bertrand pose ses valises ensorcelées à la salle polyculturelle de la station pour un show d'exception « Stand Up Magic ». Ici se mêlent stand up et magie, mentalisme et hypnose. Il n'y a plus qu'à prendre son billet et patienter sagement jusqu'au mercredi 4 mars avant d'embarquer dans un univers parallèle.

Le mercredi 04/03, à 20h30,
salle polyculturelle

Entrée de 12€ à 18€

Billetterie en ligne (billetweb.fr) ou sur place

🇬🇧 Magician Jean-Luc Bertrand brings his "Stand Up Magic" show to the resort's venue, blending comedy, magic, mentalism, and hypnosis. A unique, mind-bending performance awaits audiences on March 4.

FESTIVALTHO

LE PLUS HAUT dancetfloor



Le Festivaltho, c'est l'évènement électro incontournable ! Du 17 au 19 mars, le rendez-vous est fixé aux Chalets du Thorens, au 360 Bar et au Malaysia, avec pour tête d'affiche Emanuel Satie, David Penn et Solto.

Avec une 17^e édition au compteur, le Festivaltho ne fait que repousser ses limites musicales. Le concept est simple : électro le jour en terrasse, et bass la nuit. Aux Chalets du Thorens, de 11h à 15h, c'est deep house au soleil sur la terrasse panoramique, puis de 15h à 18h, c'est à 2 pas, au 360 Bar, que ça se passe : l'after-ski le plus fou des Alpes ! Et pour ceux qui en veulent encore plus, direction le Malaysia Club, de 23h à 5h. On vous dévoile les trois têtes d'affiche... Solto le 17 mars, David Penn le 18 et Emanuel Satie le 19. (M.P.)

🇬🇧 Festivaltho returns March 17-19 in Val Thorens with top DJs Emanuel Satie, David Penn and Solto. From sunny terrace sets to après-ski at 360 Bar and late-night parties at Malaysia Club, the Alps become a nonstop electro playground.



FESTIVALTHO

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



TO DO LIST

MARDI 03.03

Concert d'hiver Gaël Berlinger Trio
Gaël Berlinger Trio concert
À 18h30 • Gratuit
Salle polyculturelle

JEUDI 05.03

Spectacle enfants:
Le Bar à Histoires
Children's show: The Story Bar
À 18h • Gratuit
Salle polyculturelle

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



LES TIPS DE LA SEMAINE

MAIS OÙ ALLER SKIER ?

Le domaine skiable de Val Thorens offre un terrain de jeu incroyable. Rien que pour vous, quelques acteurs de la station nous ont livré leurs coins préférés...



© L.Brochot - OT Val Thorens



© DR

SÉBASTIEN HUDRY
DIRECTEUR DU SERVICE DES PISTES

« Je conseille le nouveau secteur Face Nord. Il est exposé Nord, la neige reste bonne, et il y a deux belles pistes, Asters (rouge) et Face Nord (bleue), peu fréquentées. J'aime beaucoup la bleue, dans un vallon assez sauvage, où on a l'impression d'être coupé du monde et de la station. On a aussi une superbe vue sur les Saints-Pères... Pour les gens qui font un circuit entre Val Thorens et Orelle, et qui généralement depuis le sommet basculent directement sur Lory, c'est une petite rotation assez courte et très dépayssante, et on remonte rapidement avec la nouvelle télécabine Face Nord. »



© C. Villette / OT Val Thorens

JÉRÔME GRELLET
DIRECTEUR DE LA SETAM
(REMONTÉES MÉCANIQUES)

« En bordure du domaine skiable, dans le secteur un peu excentré de Boismint, se trouve une des plus belles pistes de Val Thorens. On part du sommet du télésiège Boismint, pour prendre la rouge du même nom, qui se prolonge par celle du Plan de l'Eau. On a presque 1000m de dénivelé négatif, sur une piste plutôt à l'ombre, ce qui permet de conserver de la bonne neige. Ça fait une sacrée descente ! J'aime beaucoup la skier le matin, quand elle vient juste d'être damée et est toute lisse. »



© S.Berthon OT Val Thorens

CHLOÉ TRESPÉUCH
MEMBRE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE
DE SNOWBOARD CROSS, VICE-CHAMPIONNE
OLYMPIQUE (2022)

« Je ne peux que conseiller de tester la piste de ski cross et snowboard cross qui est ouverte au grand public et qui est super ludique (accès TC Les 2 Lacs ou TSD Moutière). Elle permet de s'amuser, de se faire une petite compétition en famille ou entre amis pour ressentir les prémices de cette discipline. Après, j'adore la Cime Caron pour la vue et y monter en ski de randonnée pour profiter du lever de soleil sur les sommets, c'est ressourçant. Et j'ai aussi un gros coup de cœur pour la piste bleue Moraine (accès TC Moraine). Elle n'est ni trop raide ni trop plate, parfaitement vallonnée, et toujours super bien damée : c'est le spot pour faire du carving sur de la bonne neige. » (S.M. et E.R.)

 **Insiders' tips from Val Thorens**, with Sébastien Hudry, Jérôme Grellet and Chloé Trespeuch: discover the north-facing Face Nord sector for reliable snow and uncrowded runs like Asters, set in a wild, peaceful valley. For a long, scenic descent, ski Boismint early while freshly groomed. Enjoy the playful ski and snowboard cross track open to all, then head to Moraine for smooth carving, or hike up to Cime Caron at sunrise for breathtaking Alpine views.


DOMAINE SKIABLE DE VAL THORENS
+33 (0)4 79 00 08 08 • valthorens.com



© L.Brochot - OT Val Thorens

**Cœur de
TARENDAISE**
COMMUNAUTÉ

Ensemble au cœur
de votre futur durable !



7 COMPÉTENCES À VOTRE SERVICE



FAMILLE



ENVIRONNEMENT



TOURISME



CULTURE



SPORTS ET LOISIRS



MOBILITÉ ET TRANSPORT



HABITAT

Crédit photo @ Laurie Jacquin

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

UN SAUT dans le passé



Le Musée des traditions populaires de Moûtiers offre aux visiteurs l'occasion d'une riche parenthèse culturelle. Le temps d'une visite libre ou guidée, découvrez le quotidien d'autrefois, des gens ordinaires.

Il n'y a pas que les rois qui ont leur place au musée. Nos grands-parents aussi... Le Musée des traditions populaires à Moûtiers propose des visites guidées tout au long de l'année. Sous les voûtes séculaires de l'ancien évêché, les salles se succèdent comme des tableaux de la vie d'autrefois. Travail du bois, agriculture, textile... « Les Savoyards savaient tout faire », confie Ariane, assistante de conservation. Le musée se visite en autonomie, ou bien accompagné par un Guide du Patrimoine Savoie Mont Blanc (sur réservation). De quoi découvrir la grande histoire à travers la petite. Un héritage pas si lointain... (F.N.)

The Musée des Traditions Populaires in Moûtiers offers guided and self-guided tours revealing everyday life of past generations. Exhibits on agriculture, textiles, and woodwork immerse visitors in Savoyard heritage and traditions.



MUSÉE DES TRADITIONS POPULAIRES

Centre culturel place Saint-Pierre
Du lundi au samedi, de 9h à 12h et 14h à 18h
Tarif 5€ / 2,5€ réduit / gratuit - 8 ans
Visites guidées (1h) sur inscription
+33 (0)4 79 24 04 23 • museemoutiers.fr
 Moûtiers Culture et Patrimoine

OH BONNE MÈRE, Y'A REDOUANE QUI DÉBOULE !



© Photos DR

Un humoriste solaire, une ambiance décontractée, et une scène pour tout dire... Le 1^{er} mars, Redouane Bougheraba débarque à Albertville pour un one-man show où il mêle autodérision, récits de vie et improvisations savoureuses.

Dans « Mon premier spectacle », Redouane revient après le succès de « On m'appelle Marseille » pour livrer ses anecdotes drôles et sincères. Il partage son parcours, ses rencontres improbables et ses réflexions du quotidien — mariage, voyages, relations... le tout avec son style unique : direct, débrouillard, généreux et souvent imprévisible. Le ton est juste, les rires assurés, et le public convié à participer, pour un moment d'humour qui ressemble à une vraie conversation. (F.N.)

On March 1, Redouane Bougheraba brings his lively one-man show to Albertville, mixing humor, personal anecdotes, and improvisation. Expect a warm, interactive performance full of laughs, stories, and witty reflections on everyday life.



ONE MAN SHOW • REDOUANE BOUGHERABA

À 18h • Halle Olympique
Places dès 39€ • Réservation en ligne
+33 (0)4 79 39 02 10 • halleolympique.com

ZOOM

LE MONDE DU TRAVAIL



© Pixabay

D'une grande école de commerce à un stage au service des ressources humaines d'une usine, le changement est quelque peu brutal pour ce fils d'ouvrier qui découvre les dessous du monde du travail. « Ressources Humaines » est une adaptation théâtrale du film de Laurent Cantet du même nom. La Compagnie 28 présente ce spectacle le jeudi 5 mars, au Dôme Théâtre d'Albertville.

Le 05/03, à 20h, au Dôme Théâtre
Tarifs de 12€ à 28€ • Dès 12 ans
+33 (0)4 79 10 44 80 • dometheatre.com

Theater Company 28 presents "Ressources Humaines", exploring a young business student's eye-opening internship in an industrial HR department, Thursday, March 5, 8 PM at Dôme Théâtre.



TO DO LIST

DIMANCHE 01.03

Pièce de théâtre
« Allez ! on danse ! »
Play: "Allez ! on danse !"
À 17h • 10€ (gratuit -10 ans)
Salle des fêtes de Pomblière

DIMANCHE 01.03

Théâtre "Confiture et pâté de blaireau"
Play: "Confiture et pâté de blaireau"
À 15h • Participation libre
Salle des fêtes de Marthod

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



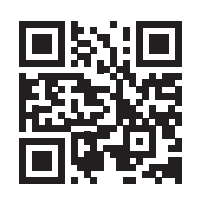
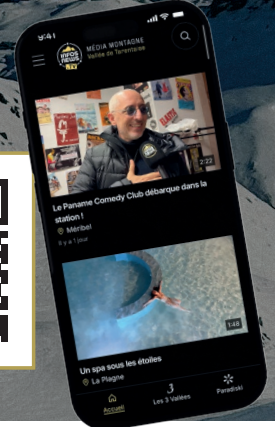
NOUVEAU

RETROUVEZ-NOUS

DÈS MAINTENANT

EN VIDÉO

WEB APP

COMMENT ÇA MARCHE ?

- Ouvrez votre navigateur :  www.infosnews.tv
- Sur Apple  Sur l'écran d'accueil 
Sur Android  Ajouter à l'écran d'accueil
- Cliquez sur :  Menu 

► Être averti des nouvelles vidéos :

- ☐ Pour les 3 Vallées
- ☐ Pour Paradiski

Libre course à la folie

On vous donne ce scoop de fin de saison. La Mega Bell Course débarque le dimanche 5 avril à La Plagne pour faire de la fin de saison un moment d'euphorie et de folie. 1 course festive, 2 formats pour une BELL journée de printemps.



La Plagne a décidé de célébrer les vacances de Pâques comme il se doit. Imaginez une course ambiance « grande récré » à destination des skieurs et snowboarders, qui nous emmène aux 4 coins du domaine skiable. En solo ou en équipe, choisissez l'un des deux formats au choix. Le format Small propose 3 épreuves alors que le format XL nous emmène sur 5 épreuves pour se challenger en famille ou entre amis. Rendez-vous sur les espaces ludiques incontournables de la station pour cette journée unique. Prêt à célébrer Pâques et à vivre ce moment d'œuf-orie ? (C.B.)

On April 5, La Plagne hosts the first Mega Bell Course, a festive end-of-season ski and snowboard race. Solo or in teams, participants choose between two playful formats across the ski area, combining challenges, fun zones and a joyful Easter atmosphere.

 **LA MEGA BELL COURSE #1 • LA PLAGNE**
30€ l'inscription
(dossard, déjeuner, pack finisher)
+33 (0)4 79 09 02 01
lamegabellcourse.com



La rose altitude



Mercredi 4 mars, La Plagne voit la vie en rose en accueillant la course solidaire Odyssée, seule étape du circuit organisée sur neige. Chaque année, l'événement rassemble un public toujours plus nombreux autour d'une même cause : la lutte contre le cancer du sein.

OBJECTIF 1000 PARTICIPANTS

La course solidaire Odyssée revient cet hiver pour la 5^e fois en vingt ans à La Plagne. Particularité de cette étape : elle est l'unique course du circuit national à se dérouler sur neige. « La première édition a eu lieu en 2019, à Plagne Centre. Et cette année, nous célébrons déjà la cinquième à Belle Plagne, explique Capucine Blanchoz, co-gérante de Belle Plagne Sports et à l'initiative de l'événement. À chaque édition, nous battons des records ! Nous sommes passés de 200 participants en 2019 à 750 en 2024, avec 24 000 € récoltés. Pour 2026, l'objectif est d'atteindre les 1 000 participants. »

4 FORMATS POUR TOUS

Le rendez-vous est donné mercredi 4 mars à Belle Plagne, dès 10h, pour participer à l'un des quatre formats proposés : 1 km enfant (5-12 ans) ; marche non chronométrée de 5km ; course non chronométrée de 5km ; et la course chronométrée de 9km. Petits et grands, marcheurs ou coureurs confirmés, chacun peut s'engager à son rythme. Envie d'apporter votre pierre à l'édifice ? Choisissez votre format et inscrivez-vous ! (F.N.)

On Wednesday, March 4, La Plagne hosts the Odyssée charity race, the only national circuit event on snow, supporting breast cancer awareness. Now in its fifth edition, participation has grown from 200 in 2019 to 750 in 2024, raising €24,000, with a goal of 1,000 runners in 2026. Four formats are offered: 1 km for children, 5 km walk, 5 km run, and 9 km timed race, welcoming all ages and abilities to join for this meaningful cause.



- PROGRAMME**
- 10h : Ouverture du village
 - 15h15 et 15h45 : Échauffement collectif
 - 15h30 : Départ 1km enfants
 - 15h 40 : Podium enfants
 - 15h45 : Échauffement collectif
 - 16h15 : Départ 9km course chronométrée
 - 16h30 : Départ 5km course et marche libre
 - 17h30 : Podiums
 - 18h : Fermeture du village



 **ODYSSÉE 2026 • LA PLAGNE**
Front de neige de Belle-Plagne, de 10h à 18h
Inscription en ligne jusqu'à 15h le jour même
De 5 à 19 €/pers. selon le format de la course
+33 (0)4 79 09 02 01 • la-plagne.com



Joséphine, la 1^{ère} eau pétillante aux extraits botaniques

Les ingrédients ? Une eau pétillante, des fruits et des extraits botaniques. Rien de moins, rien de plus. 0 calorie, 0 sucre, sans colorant, ni édulcorant, ni conservateur et 100% naturelle. Plus besoin de choisir entre goût et santé. **Déclinée en cinq saveurs : citron & rose, myrtille & tilleul, mirabelle & cannelle, pomme & menthe poivrée et framboise & romarin.** Emballages en aluminium, 100% recyclable.



sparklingjosephine.com

Suivez-nous



Guide Gourmand

LES BONNES TABLES DES 3 VALLÉES



Le M, hôtel Marielle
Tartelette de légumes
VAL THORENS



VENTE AU DÉTAIL BEAUFORT & PRODUITS DE SAVOIE

LE BEAUFORT UN GOÛT UNIQUE & INIMITABLE

MOÛTIERS

Av. des 16^e Jeux Olympiques
+33 (0)4 79 24 03 65

Visite gratuite de la fabrication du Beaufort et des caves d'affinage, tous les matins du lundi au vendredi, et les samedis pendant les saisons touristiques hiver & été.

Sur réservation : +33 (0)4 79 24 03 65

DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES DE BEAUFORT

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

COURCHEVEL

Le Praz - 81 rue de la chapelle +33 (0)9 66 83 03 61
Courchevel Moriond - 387 Rue Ste Blandine +33 (0)9 67 75 66 49

MÉRIBEL

Mussillon +33 (0)9 67 01 37 78
Centre +33 (0)4 58 83 02 20

LES MENUIRES

Rond-Point de la Croisette +33 (0)9 67 54 52 39
Les Bruyères (Place Commerciale) +33 (0)9 67 81 25 31

VAL THORENS

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

BOZEL - CHAMPAGNY PRALOGNAN - VALMOREL



VENTE EN LIGNE
beaufortdesmontagnes.com

COURCHEVEL LE PRAZ

L'Épicerie du Praz

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



♥ La Mousse du chef, bière créée par Jean-Rémi Caillon
Ouvert du mardi au dimanche
De 8h30 à 13h et 15h à 19h • 147, Rue du Lac
+33 (0)4 79 08 42 90 • lespeupliers.com

L'Étable des Lys



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

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

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

La Table de Mon Grand Père

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

♥ Le grand menu de partage

Ouvert 7j/7 midi et soir
Restaurant de L'Hôtel Les Peupliers
119 Rue du Lac
+33 (0)4 79 08 41 47 • lespeupliers.com



© Antoine Guillon

COURCHEVEL 1850

Alpage*



© Antoine Guillon

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

♥ Une véritable expérience immersive

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

La Fèrma

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



© Paul Brechu

♥ Fondue au Grand Brut Alpin

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

La Table de l'Annapurna



© Paul Brechu

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

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

COURCHEVEL MORIOND

Bistrot Manali



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

♥ Musique live et DJ, programmation sur Instagram

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

COURCHEVEL MORIOND

Carné



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

♥ Les pièces d'exception de la cave à viandes

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

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

COURCHEVEL MORIOND

La Bokka



© Photos Dalideo

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

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

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

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

COURCHEVEL MORIOND

Gaïa



© Philippe Gal

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

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

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

COURCHEVEL LE PRAZ

La Petite Bergerie

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



♥ Côte de bœuf affinée et Montbéliarde

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

COURCHEVEL VILLAGE

La Chapelle 1550



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

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

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

COURCHEVEL MORIOND

La Cheminée

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



© Melvin Delamont

♥ La vue dégagée sur la vallée

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

COURCHEVEL 1850

Cabane des skieurs

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

♥ Le croque montagnard

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



Accès piétons et skieurs
Au sommet de la TC des Verdon • +33 (0)4 79 08 98 87
📍 Snack La Cabane des Skieurs

COURCHEVEL 1850

Il Rifugio

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

♥ L'ambiance Dolce Vita



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

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

Marius

COUP DE FOURCHETTE
MÉRIBEL

Au cœur de Méribel, le restaurant Marius propose une carte raffinée pleine de saveurs et de surprises gourmandes. Des produits frais, du fait maison, des associations originales... la bistronomie prend ici tout son sens.

Entre couleurs douces, sièges confortables, cave ouverte et vue directe sur la cuisine, on se sent immédiatement bien dès la porte poussée. Porté par le chef Steven Subinlou, issu d'une famille de restaurateurs, et son équipe passionnée, l'établissement mise sur une cuisine bistronomique audacieuse pour surprendre et ravir ses convives.

La philosophie du chef ? « Se faire plaisir et faire plaisir aux clients. » Résultat : une carte raffinée, 100% maison, où chaque plat raconte une histoire. Le midi, la cuisine est de type snack, mais soignée et gourmande. Coup de cœur pour le burger maison avec cheddar à la bière à déguster en terrasse ou au chaud !



Lentilles caviar, œuf parfait



Filet de bœuf mûré grillé



Cabillaud fondant



Foie gras, pain d'épices

Le soir, la carte passe en mode créatif. Nous avons commencé par un surprenant foie gras sur sa réduction de vin chaud et pain d'épices, avant un filet de bœuf mûré à la cuisson parfaite, son roulé de butternut et chou en spirale. Le cabillaud basse température est lui sublimé par un crumble anisé. Pour la touche sucrée, on recommande la pavlova aux agrumes ou le chocolat, glace faisselle et ricotta. Explosion de saveurs garantie ! Côté vins, la sélection met à l'honneur le vignoble Domaine Terres Destel, du Côte de Provence rouge, rosé et blanc, issu de la cave du propriétaire. (C.L.)

 In the heart of Méribel, Marius offers refined bistronomy led by chef Steven Subinlou. Fresh, homemade dishes blend creativity and pleasure in a warm, stylish setting. Casual yet gourmet lunches give way to inventive evening cuisine, from bold starters to perfectly cooked mains and indulgent desserts, paired with a carefully curated wine selection.

 Restaurant de l'hôtel Le Tremplin
En face du Parc olympique
Ouvert tous les jours, midi et soir
+33 (0)4 79 40 06 16 • restaurant-marius.com

MÉRIBEL

Marius



Le midi, Marius invite à une pause snacking gourmande, entre burgers, fish and chips et salades. Le soir, le chef Steven Subinlou présente une cuisine élégante au cœur d'une salle aussi spacieuse que chaleureuse.

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

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

MÉRIBEL

La Grange

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

♥ Escalope milanaise & sole meunière (découpe en salle)

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

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



MÉRIBEL-MOTTARET

Tipi



© Sylvain Aymoz

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

♥ L'os à moelle

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



© La Grange

MÉRIBEL

Le Refuge

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

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

✓ Les 9 fondues différentes

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

Méribel Centre
Ouvert tous les jours, midi et soir
+33 (0)4 79 08 61 97

MÉRIBEL-MOTTARET

Le Plan des Mains

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

♥ La terrasse ensoleillée



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

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

📍 Restaurant Le Plan des Mains

MÉRIBEL-MOTTARET

La Buvette de Tueda

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

♥ La vue à couper le souffle



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

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

SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

Le Corbeleys

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

♥ Terrasse panoramique ensoleillée

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

📍 lecorbeleys



LES MENUIRES

La Chouette

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

♥ Le soir, menu bistro-bonomique

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



LES MENUIRES

Le Lou-Bar

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

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

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



**8h
20h**

**VENDREDI
JUSQU'À 20H30**

**DIMANCHE
8H30 - 12H30**

**LA
RECETTE
CARREFOUR**

**BRIOCHE PERDUE
AU CARAMEL & NOIX
DE PÉCAN**

INGRÉDIENTS

- × 8 disques de brioche
- × 1 œuf
- × 30 cl crème liquide
- × 15 sucres en morceaux
- × 30 g beurre demi-sel
- × 20 g noix de pécan
- × 4 cs crème fraîche épaisse
- × 150 g glace vanille

PRÉPARATION

- Mettez le sucre et l'eau dans une casserole à feu fort. Attendez la caramélisation et retirez la casserole du feu.
- Ajoutez 30g de beurre demi-sel et mélangez bien.
- Remettez la préparation sur feu doux. Ajoutez 4 cuillères à soupe de crème fraîche. Mélangez bien la préparation pour qu'elle devienne lisse.
- Dans un saladier, mélangez l'œuf, la crème liquide, le sucre en poudre et 2 cuillères à soupe de caramel.
- Déposez les tranches dans un petit plat à gratin, recouvrez du mélange précédent et laissez tremper 30 mn. Ajoutez par-dessus les noix de pécan concassées.
- Préchauffez votre four à 180°C et enfournez pour 20 mn.
- Laissez tiédir, versez le caramel et servez avec 1 boule de glace vanille.



NOUVEAU

+800 m²
Rayon marché

Cave à vin
Galerie commerciale

LES MENUIRES

Le Comptoir

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

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

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

Bâtiment L'Oisans, La Croisette
+33 (0)9 53 76 85 86 • lecomptoirmenuires.com
@ lecomptoir73440
f Le Comptoir



LES MENUIRES

L'Alpin Steak House

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

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

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

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



LES MENUIRES

La Marmite

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

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

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

Quartier des Bruyères • +33 (0)4 79 00 74 75
lamarmite-lesmenuires.fr
@ lamarmite73440 f La Marmite

LES MENUIRES

La Ferme de Reberty



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

♥ Belle cave à vin & viandes d'exception

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

LES MENUIRES

Là-Haut



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

♥ La côte de bœuf dans la cheminée

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

LES MENUIRES

L'Ours Blanc

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



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

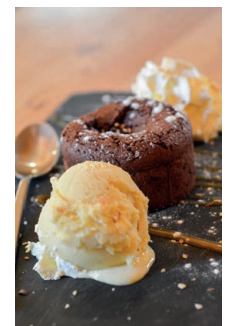
Restaurant de l'hôtel Ours Blanc
Ouvert 7j/7 midi (carte) & soir (buffet) • Quartier Reberty
+33 (0)4 79 00 61 66 • hoteloursblanc.com
@ hoteloursblanc_lesmenuires

LES MENUIRES / VAL THORENS

Refuge du Lac du Lou

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

♥ La cuisine locale et/ou bio



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

LES MENUIRES

Les Roches Blanches

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

♥ La souris d'agneau

✓ Grande terrasse ensoleillée



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

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

VAL THORENS

Les Saints-Pères

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

♥ La vue sur les Aiguilles de Pécle



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

VAL THORENS

The Crêperie & Breakfast

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



♥ Les planches à partager

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

VAL THORENS

La Timbale

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

♥ Les soirées festives et concerts



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

VAL THORENS

Il Gusto



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

♥ Salon cosy avec cheminée et tapas

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

VAL THORENS

La Table

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



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

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

VAL THORENS

Le M, hôtel Marielle



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

♥ Accessible skis aux pieds

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

VAL THORENS

La Maison

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

♥ Les viandes de race Aubrac

✓ Terrasse ensoleillée avec vue sur les sommets

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

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



VAL THORENS

Club 72 Steakhouse

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

♥ Noix d'entrecôte Angus

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

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



VAL THORENS

La Cabane

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

♥ La boîte chaude truffée

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

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



Base Camp

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

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

♥ La formule brunch et spa

✓ La terrasse ensoleillée



© L. Brochet



© Photos Hôtel Pashmina

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

Ouvert 7j/7

Restaurant de l'hôtel Pashmina*****

Service du midi : 12h-14h

Service du soir : 19h-21h

+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.com

Les Explorateurs*

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

♥ Fera du Léman, beurre blanc Chignin yuzu fera fumé

✓ Les accords mets vins d'exception



© Photos Hôtel Pashmina

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

Restaurant de l'hôtel Pashmina*****

Du lundi au samedi, de 19h30-20h45

+33 (0)4 79 00 09 99 • hotelpashmina.com

Chalet de la Marine

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



© DK

♥ La yourte mongole pour des soirées d'exception

🚡 Piste des Dalles • Ouvert 7j/7 • 9h-16h30

+33 (0)4 79 00 11 90 • chaletmarine.com

Chalet des 2 Lacs



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

♥ L'incontournable Black Burger

🚡 Accès télécabine des 2 Lacs

Ouvert 7j/7 • 9h-17h

+33 (0)4 79 00 28 54 • chalet2lacs.com

Le Confidentiel



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

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

Ouvert 6j/7 (fermé le mercredi) • 19h-21h

Restaurant de l'hôtel des 3 Vallées

+33 (0)4 79 00 01 86 • hotel3vallees.com

Enjoy It

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

♥ La raclette au lait cru et sa charcuterie artisanale

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



© Digital Art Stasia

Service continu 7j/7 • Rue du Soleil

De 7h30 à 1h

+33 (0)4 79 00 08 79 • +33 (0)7 61 95 71 00

restaurantlechamoisdor.com • 📍

Le Caribou

Toute l'équipe vous accueillent dans ce joli restaurant d'altitude (2750m) aux allures scandinaves. Les bons petits plats se dégustent à l'intérieur, sur la terrasse panoramique ou dans les petits chalets privatisables.

♥ Coin snack pour les plus pressés

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



Ouvert 7j/7 de 11h30 à 16h30

À l'intersection pistes Généri et Moraine

Accessible TC Moraine et Funitel de Thorens

+33 (0)6 80 11 26 91 • chaletcaribou.com

Le M, restaurant de l'hôtel Marielle

COUP DE FOURCHETTE
VAL THORENS

Dans l'écrin du Marielle****, Le M s'impose comme une adresse incontournable, distinguée par la sélection régionale du Gault & Millau. Entrez dans l'univers du chef Pierre Patin et de sa brigade, où chaque assiette est habitée par un grand respect du produit.

DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE

L'été, Pierre Patin parcourt marchés et fermes pour sélectionner lui-même les bêtes sur pied. Sa philosophie : travailler les produits de A à Z, du pré à l'assiette. Formé en boulangerie, pâtisserie et cuisine, il a enrichi son parcours par une formation en boucherie. « Il faut savoir tout faire », confie-t-il, convaincu que la maîtrise complète du produit est la clé de l'excellence. Viandes et poissons arrivent en pièces entières. Le client peut même choisir son morceau et assister à sa découpe, comme chez un artisan boucher. Labellisée Or Rouge et issue d'élevages à Haute Valeur Environnementale (HVE), la viande fait l'objet d'une sélection rigoureuse.

À la carte, la Sélection du Chef réunit trois pièces d'exception (400g au total). À l'honneur actuellement : de l'agneau d'Aiton, du veau de Montmélian et du bœuf limousin — un plat qui exprime à lui seul toute la richesse de l'élevage français.

AU FIL DES SAISONS

En cuisine, on frôle le 100% local et l'on travaille exclusivement des produits de saison. La tartelette de légumes évolue ainsi au rythme du calendrier : betterave en février, artichaut dès le mois de mars... Le mot d'ordre ? Zéro gaspillage. Les légumes sont cuisinés dans leur intégralité et dressés comme fraîchement cueillis. L'établissement dispose d'ailleurs de deux composteurs, inscrivant sa démarche dans une logique durable et cohérente.



Tataki de bœuf



Mangue et ganache pop-corn



Risotto aux morilles

DES DESSERTS SOMPTUEUX

Le chef pâtissier Mickaël Soulet rivalise de créativité avec des desserts qui tiennent de l'œuvre d'art. Textures et saveurs s'y entremêlent dans un jeu subtil de contrastes et de fraîcheur. Au menu de la semaine, le Botanical freshness séduit par son alliance audacieuse du citron et de la roquette, aussi surprenante qu'irrésistible. Quant à la mangue accompagnée de sa ganache au pop-corn, elle offre une parenthèse aérienne, délicate et résolument gourmande. (F.N.)

Bon plan :

Tous les midis, entrée + plat + dessert à 59€

 **G**ourmet tips from Le M, the signature restaurant of Hôtel Marielle: chef Pierre Patin celebrates a true farm-to-fork philosophy, sourcing whole animals and seasonal produce with total respect for the ingredient. Guests can even choose their cut, butcher-style. Expect exceptional meats, local vegetables crafted with zero waste, and refined plates that follow the seasons. Pastry chef Mickaël Soulet completes the experience with inventive desserts, where bold flavors and delicate textures create an elegant, indulgent finale.

 327 rue du Soleil, à Val Thorens
Ouvert 7j/7, service midi et soir
+33 (0)4 58 24 00 80 • hotelmarielle.com



VAL THORENS

Les Chalets du Thorens

UN VILLAGE MINIATURE

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

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

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

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



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

LE RESTAURANT

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

♥ Les sushis de Maître Dao

✓ La verrière, pour manger au chaud avec la vue



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

BOZEL

Le Branzin

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



♥ Le Hot Diot

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

LA PERRIÈRE

Les Mousses du Dahu

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

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

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

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

AMERICAN PALE ALE

BLANCHE

BIÈRE D'HIVER

BLACK IPA

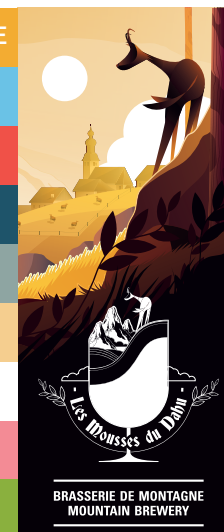
TRIPLE

PILSNER

BLONDE

SOUR FRAMBOISE

SESSION IPA



BOZEL

Au Caprice



La boulangerie/pâtisserie Au Caprice, c'est the place to eat. Depuis plus de 10 ans, Mickaël et son équipe nous servent plus de 20 sandwiches gourmands : magret de canard et figues, beaufort, kebab... Et des desserts à tomber comme le Biscuit de Bozel, spécialité de la maison.

♥ Le framboisier

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

BRIDES-LES-BAINS

Relief

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



♥ Le choix de bières pression

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

GRAND AIGUEBLANCHE

Le Manoir de Bellecombe



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

♥ La souris d'agneau confite sept heures

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

MOÛTIERS Les 3 Vallées Café



Idéalement placée sur le parvis de la gare, cette brasserie gourmande et créative accueille les amateurs de cuisine savoureuse de passage à Moûtiers. Entre le menu du jour en semaine (entrée, plat et dessert) à 22€ et une dizaine de plats à découvrir à la carte, tous les gourmets sont comblés. Ici, la côte de bœuf individuelle de 450g côtoie le maxi-crispy de poulet cœur coulant de reblochon, le burger se nappe d'une fabuleuse sauce fromagère. Le fait maison est roi, et de belles surprises vous attendent au détour des plats. Bagagerie offerte aux clients, wifi gratuit, Tickets Restau acceptés...

♥ La croziflette aux morceaux de cèpes

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



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

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



MOÛTIERS Le Spot



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

♥ Du 100% maison pour les p'tites faims

Du vendredi au lundi jusqu'en avril

À l'intérieur de la gare

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



INFOSNEWS = PAPIER INTELLIGENT

✓ FORÊT PRÉSERVÉE

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

✓ ENCRES ÉCOLOGIQUES

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

✓ MAGAZINE RECYCLÉ

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

✓ IMPRIMÉ EN FRANCE

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

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

Bonne lecture papier à tous ;-)



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



mon super marché
sherpa

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

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

MÉRIBEL 1600

04 79 06 68 40

MÉRIBEL LES ALLUES

04 79 08 62 81

MÉRIBEL PLATEAU

04 79 08 51 20

MÉRIBEL MOTTARET

04 79 00 40 91

MENUIRES BRELINS

04 79 08 38 23

MENUIRES BRUYÈRES

04 79 00 69 59

MENUIRES CROISSETTE

04 79 04 19 34

MENUIRES PREYERAND

04 79 00 73 37

MENUIRES REBERTY 1850

04 79 00 05 62

MENUIRES REBERTY 2000

04 79 01 05 65

COURCHEVEL 1850

04 79 08 40 39

LA TANIA

04 79 08 80 69

VAL THORENS BALCONS

04 79 00 91 90

VAL THORENS PÉCLET

04 79 00 01 67



www.sherpa.net



sherpa.supermarche



sherpa_supermarche

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



MÉRIBEL
CŒUR DES 3 VALLÉES

les 3 vallées

MOINTE
MONTAIN
EXPERIENCES

Avec le

PASS EXPLORATEUR

Du 4 juillet au 29 août,
faites le **plein d'activités !**



PASS
3 JOURS | 69€



99€ | **PASS**
6 JOURS

SALOMON

| WWW.MERIBEL.NET

INFOSNEWS, EN VIDÉO

