



# Paradiski

LES ARCS / PEISEY-VALLANDRY / LA PLAGNE

## AVENTURES DÉPAYSEMENT

LA PLAGNE [PAGE 2]



ÉVÈNEMENTS  
STATIONS  
CHRONIQUES  
MONTAGNE  
TRADITIONS

GUIDE GOURMAND  
PLAN D'EAU  
CONCERTS  
ALPAGE

JAZZ  
VTT  
TRAIL

ENFANTS  
BELLES  
RENCONTRES  
FÊTES DE  
VILLAGE



© Mamm Media



N°150

1<sup>er</sup> AU 31 AOÛT 2022



LIVRAISON NOËL 2023



# RÉSIDENCE MANAKA

LA PLAGNE CENTRE



Devenez propriétaire MGM,  
un investissement judicieux pour profiter aujourd'hui et transmettre demain.

## APPARTEMENTS DE STANDING DU 2 AU 5 PIÈCES.

Cuisines et salle de bains entièrement équipées.  
Skis aux pieds au cœur de la Plagne centre



BUREAU MGM LA PLAGNE - Galerie des Ecrins

TÉL. +33 (0)4 79 09 29 28

www.mgm-constructeur.com

© MGM - 05/2022 - Crédit photos : Ludovic Di Orio - Document non-commerciael.

# SOMMAIRE

## LE MUST TO DO !

2 - Destination Colorado, à Plagne Centre



## NOTRE BEST-OF PARADISKI

- 4 - Portfolio: l'œil de Philippe Royer
- 6 - Paradiski, terre de trail
- 7 - Les temps forts de l'été
- 9 - Livres... Notre sélection autour du trail

## BOURG-SAINT-AURICE ET ALENTOURS

- 11 - Le métier : agricultrice, avec Caroline Frison
- 12 - Be-Cause : la recyclerie Jetzyplu
- 15 - Le métier : productrice de plantes, avec Odile Lazzarotto

## LES ARCS

- 17 - On a testé... une journée sur le domaine skiable
- 19 - Des activités de super Hero !
- 20 - On a testé... le VTT de descente
- 21 - En famille à Arc 1950

## PEISEY-VALLANDRY

- 22 - On a testé... une nuit en yourte au refuge Entre Le Lac
- 24 - VTT : tous les guidons sont dans la nature !
- 27 - Le festival Jazz N'Bouf fête ses 20 ans
- 28 - Le saisonnier : Quentin Marot

## AIME ET ALENTOURS

- 30 - Les animations du mois d'août
- 31 - Rencontre 4 saisons : Cédric Chabellan
- 34 - Du vert au bleu, à la base de Macot
- 58 - Centron, la petite base à la fraîche
- 58 - Le festival baroque de Tarentaise se poursuit !

## LA PLAGNE

- 37 - L'artiste : L'écrivaine Muddy Franck
- 39 - Le champion : Yoann Stuck, trailer
- 42 - Tapis vert pour le stade !
- 45 - Le paradis du deux roues
- 47 - Rencontre 4 saisons : Rémi Bonjean, à Montchavin-Les Coches
- 49 - Be-Cause : à Montchavin, on nettoie !
- 50 - On a testé... le parcours alpin à Montalbert
- 55 - Les activités à ne pas manquer, à Montalbert
- 57 - Be-Cause : la vie en vert, à Champagny

## GUIDE GOURMAND

- 60 - Coup de fourchette : Le Carlina à Belle Plagne
- 63 - Coup de fourchette : Le Dou du Praz à Plagne Village

## PARADISKI INFOSNEWS

73 350 Montagny Chef-Lieu 245 Rue de la Combe de l'Adret  
+33 (0)4 79 410 410 • infosnews.fr • contact@infosnews.fr

ÉDITEUR INFOSNEWS - Siren 818 149 395.

DIRECTEUR DES ÉDITIONS Gaëtan Blanrue

COORDINATION RÉDACTIONNELLE Enimie Reumaux

RÉDACTION Caroline Bernard / Gaëtan Blanrue / Romain Carron / Sabrina Maître  
Sarah Ritter / Enimie Reumaux / Caroline Krebs (indépendante)  
Céline Leclaire (indépendante) / Lise Jovanovic (stagiaire)

TRADUCTION Katrien Servranckx (indépendante)

GRAPHISME Léa Moles / Elisabeth Gayard (indépendante)

PUBLICITÉ Gaëtan Blanrue / Sabrina Maître / Romain Carron / Caroline Bernard

IMPRESSION Lorraine Graphic

Publi-rédactionnel



OUKISON ?

# PAUL & RENÉ

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

(hors 1<sup>er</sup> de couverture et sommaire)



Team Infosnews : Fred - Caro K. - Katrien - Domi - Enimie - Romain  
Caro B. - Elisabeth - Sarah - Sabrina - Gaëtan - Céline - Léa



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



## PARADISKI LE MUST TO DO



## DESTINATION COLORADO

À la recherche de dépaysement ? À Plagne Centre, c'est un voyage rempli d'aventures qui attend les visiteurs... Embarquement immédiat pour le Colorado !

### PREMIÈRE ESCALE : LE BIKE PARK

Avec ses 11 pistes de descente, le bike park de La Plagne est le paradis des amoureux des 2 roues. Débutants comme initiés pourront jouer du guidon sur les pistes de niveau vert à noir. Virages relevés, sauts et autres modules en tout genre permettent de varier les plaisirs et de progresser tout en s'éclatant. Une fois arrivés en bas, on a qu'une envie : remonter pour tester les autres pistes ! Ça tombe bien, car 3 télésièges (Colorado, Colosses, Bergerie) permettent d'accéder au sommet avec son vélo, sans prise de tête. Lorsque sonne la fin de la session, deux stations de lavage sont à disposition pour repartir avec un vélo comme neuf.

Accès via les télésièges Bergerie et Colorado depuis Plagne Centre, ou Colosses depuis Plagne Bellecôte.  
Tous les jours de 9h à 17h40  
Pass 2h bike park : 15€/tarif unique 5 ans et + /  
Pass 1 jour La Plagne : 22€/adulte à partir de 13 ans (18€/enfant de 5 à 12 ans)

### DEUXIÈME ESCALE : UN P'TIT TOUR DE MOUNTAIN CART ?

Certains diront que plus y'a de roues, plus c'est fun: pas de doute avec le mountain cart, cet engin tout-terrain à 3 roues! Tout comme au bike park,

l'aventure commence au sommet du télésiège Colorado. Et ce nom n'a pas été choisi par hasard, puisque c'est une véritable plongée au cœur du Colorado plagnard qui attend les voyageurs. Deux pistes sont au choix : la piste rouge Colorado, un peu plus pentue, ou la piste bleue Buffalo qui permet de prendre en main son bolide en douceur. Les pistes sillonnent les canyons alpins et offrent une vue et une ambiance unique avec de nombreuses surprises sur le parcours. Qu'on soit en famille ou entre amis, en mode compété' ou en mode détente, le mountain cart est l'activité parfaite pour passer un bon moment entre fous rires et sensations dans un cadre exceptionnel.

À partir de 1,30m  
RDV au chalet d'accueil Colorado à Plagne Centre de 10h à 17h30 du mardi au dimanche  
Sans réservation • 20€/1 descente • 80€/5 descentes

### TROISIÈME ESCALE : L'AVENTURE, C'EST AUSSI POUR LES KIDS !

Notre voyage nous emmène cette fois-ci dans la zone kids des Indiens dédiée aux plus jeunes... Les petits indiens se lancent dans une folle chevauchée en plein Far West sur une monture un peu spéciale. Pas de poney ni de cheval, mais un XRaycer : une sorte de petit kart tout-

terrain à 4 roues, pour dévaler la piste à fond! Facile à prendre en main, les enfants pourront le piloter dès 6 ans et les parents aussi peuvent être de la partie. Avec le tapis qui permet de remonter directement au sommet, il ne reste plus qu'à enchaîner les descentes pour devenir un pilote de compétition!

À partir de 6 ans  
RDV au chalet d'accueil Colorado à Plagne Centre de 13h30 à 17h30 du mardi au dimanche  
Sans réservation • 8€/accès 1h

### TERMINUS AU SOMMET

Pour terminer en beauté, quoi de mieux qu'une escapade sur le sommet de la Grande Rochette, la sentinelle de Plagne Centre? Depuis là-haut, la vue panoramique à 360° sur les glaciers de la Vanoise et le massif du Mont-Blanc est exceptionnelle et vaut la chandelle à elle seule. On peut accéder à la Grande Rochette grâce au Funiplagne : parfait pour une pause pique-nique à plus de 2500m d'altitude sans avoir à tout porter dans la montée! Et pour redescendre, le sentier pédestre Découverte, sillonnant les canyons du Colorado, permettra d'en apprendre plus sur la faune, la flore et l'histoire de La Plagne grâce aux panneaux qui ponctuent le chemin. (S.R.)

Accès via Funiplagne  
Tous les jours sauf le samedi de 10h30 à 12h45 et de 14h à 19h10  
La montée : 8€ (tarif unique 5 ans et +)

 **DESTINATION COLORADO**  
www.skipass-laplagne.com



Looking for strong sensations? First of all we present you the Bike Park with its 11 Downhill mountain bike tracks (green to black level) accessible thanks to the chair lifts Colorado, Colosses and Bergerie. Another fun way to hurtle down the red slope Colorado and the blue slope Buffalo is the Mountain Cart, a 3-wheel all-terrain cart. And finally, enjoy the amazing view from the top of La Grande Rochette accessible via Funiplagne, before heading back to the station along the Colorado hiking trail.





## PHILIPPE ROYER IMMORTALISER LE MOUVEMENT

C'est à 19 ans que le virus de la photographie a pris Philippe Royer. Alors mécanicien chez Air France, il part aux îles Galapagos où il prend ses premiers clichés qui attirent l'attention et sont publiés dans la presse. *Géo*, *Grand Reporter*... ses voyages à travers le monde alimentent les magazines avant qu'il ne se jette à corps perdu dans la montagne. S'il a travaillé avec (presque) toutes les stations de Tarentaise et des athlètes de renom comme le skieur Enak Gavaggio, Philippe est toujours resté fidèle à sa philosophie : être précis dans sa prise de vue car « une photo, c'est un message, des couleurs, une netteté et un beau cadrage ». « Je cherche moi-même à m'épater, à faire des choses nouvelles », explique-t-il. Et lorsque qu'on prend quelqu'un en photo, la confiance et l'entente sont primordiales. C'est l'alchimie entre photographe et modèle qui fait opérer la magie des belles photos. (S.R.)

✚ Travelling around the world, Philippe Royer realised beautiful photographs for numerous magazines before settling down in the mountains where he works with athletes like Enak Gavaggio. According to Philippe, the alchemy between photographer and model makes the magic.

+33 (0)6 87 42 06 40



# TERRE DE TRAIL

**Le trail, c'est l'activité montante de l'été. Il faut dire que la Tarentaise est taillée pour la course en pleine nature... Des pentes abruptes aux sentiers vallonnés en passant par les lignes de crêtes, il n'y a que l'embaras du choix !**

Si le trail est souvent associé aux courses mythiques comme l'UTMB ou La 6000D, pas besoin d'être un athlète de haut-niveau pour le pratiquer ! Il faut juste savoir par où commencer... Déjà, il faut le matériel adapté : des baskets avec une bonne accroche, de l'eau et quelques vivres en cas de fringale sont les indispensables d'une sortie réussie. Les bâtons sont aussi conseillés pour soulager ses jambes et avoir un meilleur équilibre. Et comme en montagne, le temps change vite, on pense à regarder la météo avant de partir et à choisir son itinéraire en fonction de son niveau. Ça tombe bien car ici, il y en a pour tous les goûts ! Si des itinéraires sont spécialement conçus pour le trail, rien n'empêche d'aller courir sur son sentier de rando préféré...

### ON COMMENCE TOUT DOUX...

Si la Tarentaise est une terre de montagne, pas de panique ! On n'est pas obligé de monter « dré dans l'pentu » pour s'initier, à l'image de l'itinéraire du Dou du Praz au départ de Belle Plagne (5,8km pour 140m D+) et sa vue imprenable. Pour un peu plus d'endurance, direction l'itinéraire du Petit Balcon Nord aux Arcs (10km, 210m D+).

### ...AVANT DE MONTER EN PUISSANCE

Une fois que l'on est un peu plus à l'aise, le champ des possibilités s'élargit... et le dénivelé a tendance à



©Photos : John Beague - Raj Bhandoo

grimper ! Pour un tracé insolite, direction la montée du funi des Arcs de 5km pour 800m D+ qui suit le funiculaire de Bourg-Saint-Maurice à Arc 1600. Pour en prendre plein la vue, les crêtes du mont Jovet (9,5km, 750km D+) depuis Aime 2000 est une escapade à plus de 2500m d'altitude, avec des crêtes aériennes et une vue à couper le souffle. Enfin, si on cherche le challenge, la montée sèche de la Rossa (3,3km, 690m D+) ou le K2 de Landry (12,7km, 2000m D+) mettront les jambes à rude épreuve... (S.R.)

🚩 No need to be a high level athlete to practice trails. First of all, you need adapted equipment : good running shoes, water, some snacks and poles to keep you in balance and to preserve your energy. Always check the weather forecast and the itinerary before taking off. Choose your itinerary according to your level and physical condition, there is a large choice with something for everyone !

## AOÛT 2022

LES GRANDS RENDEZ-VOUS DE PARADISKI

<p>Jusqu'au 5 août <b>Scènes estivales #11</b> Peisey-Vallandry - Lire p.26</p> <hr/> <p>Jusqu'au 14 août <b>Festival baroque en Tarentaise #31</b> 20 concerts - Lire p.58</p> <hr/> <p>3 août <b>Bon Entendeur (électro)</b> Montchavin-Les Coches - Lire p.46</p> <hr/> <p>Les mercredis du 4 au 31 août <b>Musi'Plagne</b> La Plagne - Lire p.43</p> <hr/> <p>5 août <b>Nocturne des Ruelles (VTT)</b> Bourg-Saint-Maurice - Lire p.10</p> <hr/> <p>5 &gt; 7 août <b>Festival Jazz N'Bouf #20</b> Peisey-Vallandry - Lire p.27</p> <hr/> <p>6 &amp; 7 août <b>Auto moto rétro</b> La Plagne - Lire p.38</p> <hr/> <p>7 août <b>Fête de la Terre</b> Hauteville-Gondon - Lire p.10</p> <hr/> <p><b>Trail du Grand Bec</b> Champagny-en-Vanoise - Lire p.56</p> <hr/> <p>9 août <b>Randonnée La Prajournane #26</b> La Plagne Montalbert - Lire p.53</p> <hr/> <p>14 août <b>Fête de l'alpage</b> La Plagne - Lire p.40</p> <hr/> <p>15 août <b>Fête du costume &amp; de la montagne</b> Peisey-Vallandry - Lire p.26</p>	<p>15 &gt; 18 août <b>Festoches des Mioches</b> Plagne Montalbert - Lire p.52</p> <hr/> <p>19 &gt; 20 août <b>Sacoches et guidolines #15</b> Peisey-Vallandry - Lire p.29</p> <hr/> <p>19 &gt; 21 août <b>Pieds Légers (trail)</b> Champagny-en-Vanoise - Lire p.56</p> <hr/> <p>21 &gt; 22 août <b>Salon de l'agriculture de montagne</b> Bourg-Saint-Maurice - Lire p.10</p> <hr/> <p>23 &amp; 2 août <b>UTMB - ultra-trail</b> Bourg-Saint-Maurice - Lire p.13</p> <hr/> <p><b>CAP SUR L'AUTOMNE</b></p> <hr/> <p>3 septembre <b>Stop Waste Tour</b> Journée de nettoyage - Les Arcs</p> <hr/> <p>03 &gt; 04 septembre <b>Coupe de France VTT Enduro Series</b> Peisey-Vallandry</p> <hr/> <p>09 &gt; 11 septembre <b>L'Étincelle festival</b> Théâtre et danse - Haute Tarentaise</p> <hr/> <p>11 septembre <b>La Croc'Rando estivale</b> Peisey-Vallandry</p> <hr/> <p>21 &gt; 30 octobre <b>Xplore Alpes Festival #2</b> Tarentaise</p> <hr/> <p> (sous réserve de modifications)</p>
---	--

20 > 21  
AOÛT

## MYTHIQUE !

Les samedi 20 et dimanche 21 août prochains, le Cimalp Tignes Trail revient pour la 6<sup>e</sup> fois emmenant ses coureurs sur des sentiers typés haute montagne avec des panoramas à couper le souffle, un trail "Tignes" des plus grands.

Amoureux de la nature et du sport, cet événement est fait pour vous. Et cette année, Cimalp, le fabricant et équipementier outdoor créé en 1964, devient partenaire officiel du Tignes Trail! Et chacun sa route, chacun son chemin, puisque 3 parcours réservés aux juniors et 3 réservés aux plus de 18 ans sont proposés, nous offrant une vue imprenable sur les lacs, sommets et glaciers alentours.

## SATURDAY NIGHT FEVER...

La journée du samedi met les moins de 18 ans à l'honneur et peu importe le niveau, car le trail est accessible à tous grâce à ses 3 formats de course. Les 10-11 ans pourront accéder à un parcours de 700m, les 12-13 ans emprunteront celui de 1,9km tandis que les 14-17 ans tenteront le format de 3,3km.

ON MET LES BOUCHÉES DOUBLES  
LE DIMANCHE

Les plus de 18 ans vont pouvoir tester leurs limites sur un parcours de 13km (890m D+) tandis que les plus de 20 ans le feront sur un format de 27km (1770m D+) ou de 44km (2810m D+). Rendez-vous ensuite

au village-expo, où de nombreuses surprises seront présentes. L'heure sera à l'échange, puisque l'équipe Cimalp ainsi que ses athlètes seront sur place. Alors à vos baskets, prêts, courez! (C.B.)

On August 20 and 21, Tignes welcomes the 6<sup>th</sup> edition of the mythical event Cimalp Tignes Trail. This year, Cimalp, the outdoor manufacturer and equipment supplier created in 1964, became the official partner. Open to all, the trail proposes 3 itineraries in the junior category (700m/1,9km/3,3km) and 3 itineraries open to adults (13km/27km/44km), offering an amazing view on the surrounding mountaintops, altitude lakes, and glaciers.

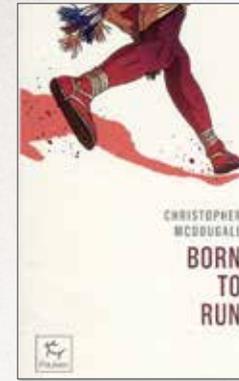


CIMALP TIGNES TRAIL #6  
Tignes Informations : +33 (0)4 79 40 04 40  
www.tignes.net

CHRONIQUES  
TRAIL

## NOS BELLES FEUILLES

Les éditions Paulsen ont lancé ce printemps leur collection de livres de poche, avec deux récits sportifs autour de la fièvre du trail.



Faut-il représenter le best-seller, qui voit Christopher McDougall partir sur les traces de la tribu des Tarahumas du Mexique, dont le mode de vie a révolutionné le monde de la course à pied? Une enquête qui prône, avec réalisme et philosophie, la course en mode minimaliste.

## BORN TO RUN

Christopher McDougall  
Paulsen - 444 pages - 11,90€



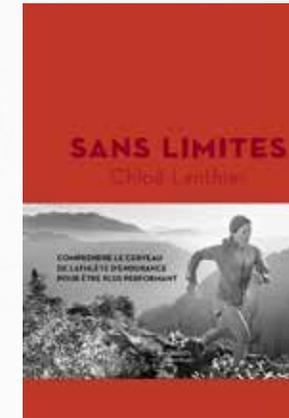
Trailleur averti (triple finisher de l'UTMB) et journaliste, l'auteur relie dans un même récit son expérience des trails et des histoires venues du passé. Mais qui donc était le premier traileur?

## LA FOLLE HISTOIRE DU TRAIL

Jean-Philippe Lefief  
Paulsen - 300 pages - 9,90€

## SANS LIMITES

PAR CHLOË LANTHIER



À celles et ceux qui aiment courir sur les sentiers de montagne, rouler à en perdre haleine... Vous aimeriez que parfois vos jambes suivent mieux votre mental (ou l'inverse) pour aller encore plus loin, plus haut et plus longtemps ? Le dernier ouvrage de Chloë Lanthier s'adresse à vous !

Qu'est-ce qui pousse un athlète à chercher et repousser ses limites? Comment atteindre ses objectifs? Quel rôle joue notre cerveau dans l'accomplissement de nos performances? Sportive accomplie en VTT et en trail, diplômée en science et physiologie de l'exercice et consultante spécialisée dans le sport, Chloë Lanthier, Canadienne installée à Chamonix, propose dans son dernier ouvrage une nouvelle approche de l'endurance. Au fil des pages, elle nous donne des clés de compréhension et des stratégies d'entraînement, basées sur des exercices pratiques, des conseils, des explications physiologiques, des décryptages, des exemples de grands sportifs à suivre et même des dessins humoristiques illustrant les problématiques auxquelles tout pratiquant a été confronté, comme la fatigue mentale, la lutte contre les crampes... « Sans limites » s'adresse particulièrement à ceux qui ont déjà une pratique régulière et qui voudraient aborder la longue distance. « Tout semble impossible à ceux qui ne tentent rien », aime-t-elle à écrire. « Votre seul véritable concurrent, c'est vous-même. » L'objectif? Permettre à chacun d'atteindre de nouveaux potentiels tout en apprenant « l'art de ne pas ralentir ».

An accomplished sportswoman in mountain biking and trail running, a graduate in exercise science and physiology and a consultant to clinics specialised in sports, Chloë Lanthier, a Canadian based in Chamonix, offers in her new book Sans limites a new approach to endurance.

## SANS LIMITES

De Chloë Lanthier  
Guérin - Éditions Paulsen  
288 pages - 29€ - Juin 2022

## EN SELLE À L'ASSAUT DES RUELLES!

Quand on dit VTT, on pense spontanément chemins escarpés, sentiers et forêts... Une fois n'est pas coutume, pourquoi ne pas se laisser embarquer dans cette course urbaine qui arpente les ruelles de Bourg-Saint-Maurice à la nuit tombée? Ce rendez-vous à l'esprit décalé, fait de surprises et de fantaisies, est l'occasion de se challenger en binôme sur un parcours d'un kilomètre à effectuer le plus de fois possible en une heure et en relais. (C.K.)

🇬🇧 The mountain bike event La Nocturne des Ruelles organised on August 5 is a mountain bike relay race in teams of 2 in a festive atmosphere in the streets of Bourg Saint Maurice.



## LA NOCTURNE DES RUELLES

À Bourg-Saint-Maurice

lesarcs.com/la-nocturne-des-ruelles

05  
AOÛT

©Manu Reyboz

## TRADITIONS

## UNE JOURNÉE TERRE-IBLE!

Un petit air de terroir soufflera sur Hauteville-Gondon, le dimanche 7 août. La fête de la Terre propose un programme convivial, une fête de village où il fait bon se replonger dans les traditions, avec visite de l'église baroque, initiation à la fabrication du râteau et du balai, fabrication de bugnettes et de farçons, groupe folklorique... Et pour les curieux qui voudraient en savoir plus, cette journée fera écho à l'exposition « Travaux d'hier... Aujourd'hui pour demain », présentée à la mairie du chef-lieu du 3 au 20 août. (C.K.)

🇬🇧 The convivial event La Fête de la Terre in Hauteville-Gondon on August 7 proposes a guided visit to the baroque church, numerous workshops, and folk music.



## FÊTE DE LA TERRE

À Hauteville-Gondon

Comite.Hauteville.Gondon

07  
AOÛT

©Manu Reyboz

21 & 22  
AOÛT

## SALON DE L'AGRICULTURE

## Un concentré de montagne

Qu'ils soient sauvages ou en alpage, les animaux seront à l'honneur lors de cette nouvelle édition du Salon de l'agriculture en montagne, les dimanche 21 et lundi 22 août. Riche et surprenante, cette faune est le symbole d'un mode de vie local qui perdure et nous charme...

Qui ne s'est jamais attendri devant l'image d'une petite marmotte enfin décidée à mettre le nez dehors après des mois d'hibernation? Notre vallée est caractérisée par cette faune locale riche, pleine de ressources, qui façonne les modes de vie depuis des générations. Cette année, le Salon de l'agriculture nous invite à découvrir cet univers fascinant, et son programme nous réserve bien des surprises.

Des sorties au cœur des alpages nous permettront de plonger dans l'univers des alpages et de la vie pastorale. De nombreuses animations raviront le jeune public : balades en ânes ou en poney, mini-ferme pédagogique ou construction de chalet en bois... Un large panel de découvertes sera à partager pour nous faire vibrer au rythme des sommets! (C.K.)

🇬🇧 The mountain agricultural show takes place on August 21 and August 22 in the streets of Bourg Saint Maurice with more than 100 producers and numerous animations.



## SALON DE L'AGRICULTURE EN MONTAGNE

À Bourg-Saint-Maurice

+33 (0)4 79 07 12 57

lesarcs.com

MÉTIER  
RENCONTRE

## AGRICULTRICE EN MONTAGNE



©Sancy Outdoor Production

## Caroline Frison

## L'ALPAGE, UN PARFUM DE LIBERTÉ!

Au côté de ses vaches et au grand air, Caroline Frison s'épanouit pleinement. Portée par ce métier passion, comme un héritage génétique, c'est avec fierté et ferveur que cette éleveuse pleine de pep's de 30 ans nous livre son quotidien.

Caroline, peux-tu nous présenter ton activité?

Je m'occupe du GAEC de Roselend avec mon père Didier. Nous sommes associés depuis 5 ans. On exploite l'alpage des Moillettes, dans le Beaufortain, situé au-dessus du lac de Roselend en été. L'hiver, nos 80 vaches sont à l'étable au Châtelard, sur les hauteurs de Bourg-Saint-Maurice. Leur lait est livré à la coopérative de Haute Tarentaise et utilisé pour la fabrication du beaufort.

Qu'est-ce qui te plaît le plus dans ton mode de vie?

L'alpage! Les levers de soleil sont toujours différents. On vit au grand air, on gambade dans les montagnes tout en travaillant, ça a un parfum de liberté! On travaille avec du vivant, on ne sait jamais à l'avance comment les choses vont se dérouler, donc il n'y a pas de monotonie.

Qu'en est-il de vos conditions de travail?

On s'occupe des vaches avec mon père et on a un salarié l'été pour les foins. Beaucoup de choses ont évolué, on a plus de confort de travail, grâce à des outils de distribution de fourrage par exemple. Avec cette organisation, on arrive à prendre un dimanche sur deux en congé et une semaine de vacances par an: un bol d'air pour être bien au boulot et bien dans sa vie!

Cette année, tu es l'une des deux égéries de la campagne du Syndicat du beaufort!

C'est important de montrer qui on est et que l'on aime notre métier malgré son intensité. Aujourd'hui, le beaufort est un fromage très bien valorisé, car nos anciens se sont battus pour ça. En plus de l'exploitation, ils avaient un autre travail pour que la société perdure et soit pérenne. Ils nous ont apporté sur un plateau d'argent une exploitation qui nous permet d'avoir une qualité de vie confortable. Je ne les remercierai jamais assez pour ça.

Tu es la cinquième génération de ta famille à reprendre l'exploitation. Qu'est-ce que cela représente à tes yeux?

J'en suis fière! Cela s'est fait naturellement. Pour moi, ma ferme, c'est mon sang. J'y suis attachée de façon bien plus profonde que si cela était une entreprise basique. (C.K.)

🇬🇧 Caroline Frison manages the dairy farm GAEC de Roselend with her father and associate Didier. In winter, their 80 cows stay in Châtelard, above Bourg-Saint-Maurice, and in summer they graze in the mountain pastures of Moillettes, Beaufortain. The milk is gathered by the milk cooperative of Haute Tarentaise and is used to fabricate the local Beaufort cheese. Caroline is the 5<sup>th</sup> generation to manage the dairy farm.



## RECYCLERIE JETZYPLU SECONDE MAIN

**Aller chercher son bonheur dans les matières recyclées ! C'est le beau cri du cœur qu'Arno Pelini, trésorier de Jetzyplu, nous livre. Découverte de cette association qui œuvre pour que cette valeur soit en passe de devenir essentielle aux yeux de tous.**

Parmi le tissu associatif borain, il est une toute nouvelle structure dont la cause nous concerne tous : la gestion des déchets et la réduction de nos consommations massives. Cette vocation, aussi ambitieuse que nécessaire, est portée par un changement profond de mentalité qui demande un travail de fond mais peut néanmoins s'illustrer par des gestes simples, à la portée de tous. Réparer plutôt que d'acheter du nouveau, voici en quelques mots ce qui définit la clé de voûte de cette association.

Créée en 2021, Jetzyplu est aujourd'hui composée d'une équipe de six personnes. Pour l'heure, elle participe à des événements locaux, tous portés par la volonté d'aller de l'avant dans la responsabilité que chacun a face à l'état de la planète. Il est alors question de construction et de prêt de mobilier fait de matériaux de récup', d'ateliers de réparation, de promotion d'économie circulaire ou de sensibilisation à la réduction des déchets.

La deuxième grande étape de l'association est l'ouverture, prévue à l'automne prochain, d'une recyclerie dans le Quartier Alpin à Bourg-Saint-Maurice. Arno, son trésorier, nous explique qu'il y a beaucoup à faire. « Il est tellement plus facile et parfois moins coûteux d'acheter du neuf aujourd'hui. Recycler, c'est un challenge car il s'agit de modifier profondément nos habitudes de consommation. » Le

lieu proposera des « repair » cafés et reposera sur un système de dons d'objets destinés à être recyclés puis revendus. Car c'est bien beau d'avoir la volonté de ne pas jeter, encore faut-il trouver une porte à laquelle frapper pour faire réparer son petit électroménager par exemple.

Arno rêve déjà d'une approche plus vaste au niveau territorial, où chaque pièce détachée de chaque appareil serait entreposée pour bénéficier d'une démarche mutualisée et optimisée. En attendant, il s'investit dans la perspective de ce nouvel espace de vie et les multiples façons de le faire vivre, comme sa pierre qu'il apporte à l'édifice. (C.K.)

🇬🇧 **A whole new association working around waste management and the reduction of consumption saw the light in 2021. Repairing rather than buying new, is what defines this association. The association Jetzyplu counts 6 members of which treasurer Arno Pelini, and participates in local events to raise awareness. Their next project is a recycling centre in Bourg-Saint-Maurice with repair facilities and the sale of recycled donated objects.**

**ASSOCIATION JETZYPLU**

Contact et soutien

jetzyplu

+ 33 (0)6 62 94 36 12 • jetzyplu@gmail.com



23 & 26  
AOÛT

## UTMB LES COURSES DES GRANDS

**Si l'Ultra Trail du Mont-Blanc est l'une des courses de trail les plus prestigieuses au monde, la course-reine a fait des petits, avec notamment le tracé de la TDS qui passera à Séez et Bourg-Saint-Maurice.**

L'UTMB, c'est 170km et 10 000m de D+ à travers la France, la Suisse et l'Italie au départ de Chamonix : un challenge hors-normes qui n'a pas son égal ailleurs dans le monde et représente un objectif pour beaucoup de traileurs. Créé en 2003, le parcours originel a été depuis décliné en 7 tracés différents, dont la TDS. TDS, c'est un acronyme pour « Sur les Traces des Ducs de Savoie », et ce n'est pas choisi au hasard puisque, de l'Italie à la Haute-Savoie, le parcours traverse ce qui fut le duché de Savoie. Les coureurs traverseront la frontière le 23 août au petit matin par le grandiose col du Petit-Saint-Bernard avant de redescendre à Séez et Bourg-Saint-Maurice. Un peu moins long que l'UTMB, la TDS affiche tout de même 145km pour 9100m de D+, autant dire qu'il va y avoir du spectacle ! Pour voir les coureurs de l'UTMB, en revanche, il faudra veiller jusqu'à tard le 26 août aux Chapieux... (S.R.)

🇬🇧 **On August 26, the Ultra Trail Mont Blanc (UTMB) crosses Les Chapieux, a competition of 170km with an altitude difference of 10 000m departing Chamonix. The TDS of 145km and an altitude difference of 9100m passes through Séez and Bourg-Saint-Maurice on August 23.**



TDS : le 23/08, passage à Séez entre 4h et 10h30  
et à Bourg-Saint-Maurice entre 4h30 et 11h

UTMB : le 26/08, passage des coureurs aux Chapieux entre 23h et 5h

©Scalp



Les initiatives pour rendre la montagne plus accessible se multiplient sur le territoire. La communauté de communes de Haute Tarentaise vient de se doter d'une joëlette, qui sera prêtée gratuitement (prioritairement) aux habitants de la vallée. Grâce à ce fauteuil mono-roue et à l'aide de deux accompagnants pour le diriger, les sentiers de montagne seront à portée de davantage de personnes en situation de handicap. La mise à disposition est gratuite, au magasin Intersport en bas du funiculaire de Bourg-Saint-Maurice, jusqu'en septembre. Et tout le reste de l'année à l'Intersport de la Route des Arcs. (E.R.)

🇬🇧 **The community of communes of Haute Tarentaise acquired a joëlette, a single-wheel wheelchair, which will be loaned free of charge to the inhabitants.**



### PRÊT DE JOËLETTE

Gratuit - Prêt de deux jours max  
Local cycles d'Intersport  
(en bas du funiculaire)  
Réservations : +33 (0)4 79 04 12 45

## EN+

### DIMANCHE 07/08 Vide-greniers aux Arcs

Organisé par  
les commerçants des Villards.  
Dès 10h - Arc 1800  
+33 (0)4 79 07 12 57

### TOUS LES JEUDIS Soirées concert

**Les Jeudis de Séez**  
04/08 : Rock Cab (rock).  
11/08 : KTR6 (rock, acoustique).  
18/08 : Andy & Richie (pop anglaise).  
25/08 : C.Favre et J.Anxionnaz  
(accordéon).  
De 19h à 21h - gratuit  
Parking du Foyer Rural de Séez  
+33 (0)4 79 41 00 54



## LES ARCS

### MAISON DE BAINS

## Nama Springs

Une expérience sensorielle diverse attend en libre accès les adeptes du bien-être dans un cocon décoré aux couleurs de l'Inde. Un véritable voyage relaxant au cœur d'un nuage de douceur.

#### ET AU CŒUR, LES BAINS...

Le parcours proposé a de quoi séduire. Entre le hammam indien au décor somptueux et les quatre saunas parmi lesquels l'Aufgusstheater à la chaleur enveloppante, le sauna forêt aux senteurs de bois, le sauna aux cristaux de sel d'Himalaya à l'ambiance iodée et le sauna infrarouge aux pouvoirs détoxifiants, vos moments de relâchement deviennent un art de vivre. Aux ambiances de chaleur à intensité variable se substituent les bienfaits du froid de la fontaine de glace et du bassin d'eau... froide, bien sûr. Place ensuite au délassement parfumé à la tisanderie et aux rêves étoilés dans la salle Nirvana et ses lits d'eau chauffée. On se réveillera au rythme des douches à expériences aux bruits, parfums et températures saisissantes. Pour parfaire ce moment, entrez dans l'une des piscines extérieures ou dans le sauna outdoor avec une vue imprenable sur les sommets des Arcs.



#### RITUELS UNIQUES ET CÉRÉMONIES ANCESTRALES

Cette saison, des maîtres de sauna vous transporteront à travers des cérémonies chorégraphiées, inspirées de rituels de bains du monde entier. Découvrez une nouvelle façon de vivre les expériences de la Maison de Bains...



#### ARC 1800, RÉSIDENCE LES MONARQUES, EDENARC

+33 (0)4 79 41 57 43 • contact@namasprings.com • namasprings.com

Accès aux bains le matin : 29€ • Accès aux bains l'après-midi : 39€ • Soins (de 30mn à 1h30) : de 59€ à 149€

## MÉTIER RENCONTRE

## PRODUCTRICE DE PLANTES *Santé ! au naturel...*

Véritable havre de paix caché en pleine nature, à Vulmix, le Jardin de Mahély's est le petit paradis d'Odile Lazzarotto. C'est dans ce lieu baigné de végétation qu'elle nous accueille pour nous faire découvrir son métier peu commun : productrice et distillatrice de plantes aromatiques et médicinales.

#### Peux-tu nous présenter ton parcours ?

Je suis ingénieure de formation. En ce qui concerne le milieu végétal, comme bon nombre de passionnés, je suis autodidacte en partie, même si j'ai suivi des formations en phytothérapie ainsi qu'en aromathérapie. Je pratique également l'osthéopathie viscérale.

#### Comment définirais-tu cet endroit ?

Ce jardin permet de trouver des remèdes pour rester en bonne santé. Il est composé de plantes que j'ai semées ou qui poussent spontanément. C'est un lieu qui accueille la vie : les mellifères, les chenilles et papillons, les reptiles... Tout le monde a sa place. Avec ces plantes, je produis des hydrolats et des huiles essentielles que j'obtiens par distillation.

#### Comment partages-tu tes connaissances ?

Je propose à mes visiteurs des ateliers sur un ou plusieurs jours pour les initier à ces procédés, pour les aider à gagner en bien-être. On procède à des séances de cueillette dans le jardin ou lors de promenades, puis je transmets des techniques d'autonomie de santé.

#### Pourquoi avoir choisi cette activité ?

Autour de nous, la nature regorge de plantes aux multiples bienfaits. Pour moi, la botanique est un pilier pour permettre à l'humain d'être et de se maintenir en bonne santé. Mes ateliers ont pour vocation d'initier les gens à accueillir les plantes et à se faire du bien via leurs principes actifs. Ce sont des séances d'éducation à la santé naturelle !

#### Qu'est-ce qui t'anime dans cette activité ?

Le partage, le fait de guider les gens vers le bien-être et la sensibilisation à nos modes de vie. Nous vivons dans un monde fait d'aberrations, il est nécessaire que l'on change nos habitudes. Le meilleur exemple ? Le fait qu'on utilise de l'eau potable pour les WC, alors que c'est une ressource limitée et indispensable pour la vie... (C.K.)



PRENDS SOIN DE TON  
CORPS POUR QUE TON ESPRIT  
AIT ENVIE D'Y RESTER

A haven of peace, the garden called Jardin de Mahély's in Vulmix is paradise on earth for Odile Lazzarotto, producer and distiller of aromatic and medicinal plants. With these plants, Odile produces hydrosols and essential oils obtained by distillation offering remedies to stay healthy. Odile organises workshops to learn more about the available plants and their benefits.



#### LES JARDINS DE MAHÉLY'S

+ 33 (0)7 81 89 85 62

contact@les-jardins-de-mahelys.fr

# Nouveau Kia Niro.

Le seul crossover disponible en hybride\*\*, hybride rechargeable et 100% électrique.

Kia France 3838915295 RCS Nanterre



Niro Hybride Rechargeable

**A 21 gCO<sub>2</sub>/km**



Niro 100% électrique

**A 0 gCO<sub>2</sub>/km**



Niro Hybride

**B 105 gCO<sub>2</sub>/km**



**KIA CHAMBERY LA BUISSIERE**  
22 Rue Pierre et Marie Curie,  
73490 La Buisserie  
Tél. : 04 79 72 94 08 | www.deltaservice.fr/ki

**KIA ALBERTVILLE**  
63 rue Aristide Berges,  
73200 Albertville  
Tél. : 04 79 70 03 31 | www.deltaservice.fr/ki

Consommations mixtes du Nouveau Kia Niro Hybride Rechargeable : de 0,8 à 1,0 L/100 km ; du Nouveau Kia Niro EV 100% électrique : en cours d'homologation ; du Nouveau Kia Niro Hybride : de 4,4 à 4,7 L/100 km.

\*Garantie 7 ans ou 150 000 km (1<sup>er</sup> des deux termes échu) valable pour tous les modèles Kia en France métropolitaine et Corse (hors DOM-TOM) et dans tous les Etats membres de l'UE ainsi qu'en Norvège, Suisse, Islande et Gibraltar sous réserve du respect du plan d'entretien défini par le constructeur et présenté dans le manuel utilisateur.(1) Movement that inspires = Du mouvement vient l'inspiration. \*\* hors MHEV (hybridation légère). Modèles présentés: versions spécifiques. Voir kia.fr



Pensez à covoiturer #SeDéplacerMoinsPolluer



## DOMAINE DE MONTAGNE LES ARCS / PEISEY-VALLANDRY

### ON PREND DE LA HAUTEUR !

Voici un domaine qui a plus d'une corde à son (ses) Arc(s) ! On a testé la Tyrolienne la plus raide du monde du côté d'Arc 2000 puis visité le nouveau Muséum des animaux de montagne à Peisey-Vallandry... Un véritable moment suspendu.

#### TYRO, TOUJOURS PLUS HAUT !

Ce matin, on a décidé de profiter de la fraîcheur et des panoramas époustouffants, direction la Tyrolienne d'Arc 2000, ouverte depuis l'hiver dernier. L'aventure commence en prenant la télécabine de Varet qui mène également à l'Aiguille Rouge perchée à 3 226m d'altitude. Peu à peu, le mont Blanc s'élève de façon majestueuse devant nos yeux. Une fois arrivées là-haut, nous nous équipons pour vivre un périple de 1,8km. Le panorama est époustouffant et l'expérience s'annonce remplie d'émotions. Léa s'élance allongée la tête la première, tandis que moi, j'opte pour la position assise. 3,2,1 c'est parti, on a l'impression de voler dans les airs tel Superman, et la vitesse atteint les 130km/h. L'expérience est magique et l'envie de recommencer immédiate.

#### UN MUSÉUM PÉDAGOGIQUE ET LUDIQUE EN ALTITUDE

Après ce grand frisson d'adrénaline, direction le Muséum des animaux de montagne situé en haut de la télécabine de Vallandry. Ouvert depuis l'hiver dernier, il fait office d'encyclopédie interactive nous livrant tous les secrets des animaux de nos montagnes. À l'étage, on se croirait en pleine forêt ; les sons des oiseaux nous cueillent tandis que nous découvrons un lagopède ou un tétras lyre ayant l'air plus vrai que nature. Cet espace muséographique unique invite à découvrir la faune et flore de montagne avec plus de 30 espèces emblématiques à découvrir. La nature environnante peut réserver de belles surprises au détour d'une piste ou d'un chemin de randonnée.



Alors gardez les yeux grands ouverts, vous pourriez bien croiser l'une des 200 espèces animales protégées sur le domaine.

Sur le domaine Les Arcs / Peisey-Vallandry, qu'on soit branché culture ou adrénaline, on est sûr de passer une journée intense en émotions. Nous en tout cas, on a déjà hâte d'y retourner ! (C.B.)



🇬🇧 We took the cable car Varet to the departure of the new zipline offering a descent of 1,800 metres. In a seated position or head forward, the average speed is 130km/h offering amazing sensations with a breathtaking view! After this fun experience, we visited the Museum of mountain animals situated at the top of the cable car Vallandry, open since last winter.

#### LA TYROLIENNE • AIGUILLE ROUGE

+33 (0)4 79 07 12 57

Accès via la télécabine de Varet

42€ / à partir de 25 kg

Réservation seulement sur :

<https://www.lesarcs-peiseyvallandry.com/fr>

#### MUSÉUM DES ANIMAUX DE MONTAGNE • VALLANDRY

+33 (0)4 79 07 94 28

En accès libre • Accès via la télécabine de Vallandry



# LE CENTRE NAUTIQUE

BOURG SAINT MAURICE

UN ESPACE DE DÉTENTE  
POUR TOUTE LA FAMILLE !

### Pour se ressourcer

- Une grande pataugeoire, un espace bassin de relaxation, des plages et espaces verts.

### Pour se challenger

- 2 bassins intérieurs, 2 couloirs de nage en extérieur.
- Des activités aquagym, aquabike, gymbike, circuit training...

Enfant - 3 ans  
**OFFERT**

RENDEZ-VOUS TOUS LES JOURS  
JUSQU'AU 4 SEPTEMBRE !

+ d'infos sur [lesarcs.com](http://lesarcs.com)



### NOUVEAU CET ÉTÉ

- Un **Big Air Bag** ouvert à tous (> 6 ans)
- Une **structure gonflable** accessible aux enfants de 4 à 11 ans
- Activités gratuites.

Photo : Raj Bundhoo, ABT



✚ The HERO camp of Arc 1800 reunites more than 30 outdoor activities of which mini-golf, trampolines, circus techniques, archery, a treetop adventure park, and so much more. New this summer is a zipline circuit composed of 11 ziplines for children and teenagers between 6 and 17 years old!

plutôt, les dévaler! Si trois parcours accrobranche adaptés à toutes les tranches d'âge existent déjà dans le jardin d'aventures, le petit dernier de la famille a décidé de se démarquer... Exit les ateliers classiques, ce nouveau parcours est 100% tyro. Les mini-héros pourront se frotter aux 11 tyroliennes aux longueurs et dénivelés variés, on croirait presque s'envoler... y'a pas d'âge pour les sensations! Le parcours peut s'effectuer seul ou parmi les autres activités : mini-golf, trampo, cirque ou encore tir à l'arc. Il ne reste plus qu'à faire son choix. (S.R.)



### PARCOURS TYROLIENNE HERO ARC 1800

Sur réservation, tous les jours 10h-13h et 15h-20h  
+33 (0)4 79 07 86 56 • [www.lesarcs.com/hero.html](http://www.lesarcs.com/hero.html)



## LE HERO, TOUT EN HAUT

Devant les HERO camps d'Arc 1600 et Arc 1800, Arc 2000 était un peu jaloux... Injustice réparée, on pourra aussi profiter des multi-activités au sommet cet été !

HERO Les Arcs, c'est un camp multi-activités qui permet de profiter à fond l'outdoor, qu'on soit petit ou grand! Si le camp d'Arc 2000 est un peu plus petit que les autres, il y a quand même de quoi faire. Après une randonnée à la demi-journée en famille, direction le Kids Park où les plus jeunes pourront s'éclater dans

les structures gonflables et les trampolines. Pendant ce temps, les plus grands pourront suivre les cours de fitness, zumba, yoga... sans oublier les sorties trail. On peut aussi bien prendre un pass journée pour profiter de toutes les activités, ou simplement choisir celle qui nous plaît : c'est à la carte. (S.R.)

✚ HERO Les Arcs is a multi-activities camp for young and old to take maximum advantage of your stay in the mountains. The camp Arc 2000 proposes hikes for the entire family, the Kids Park with inflatable structures and trampolines, trail outings, and fitness, zumba and yoga classes.



### HERO ARC 2000

+33 (0)4 79 07 86 56  
[www.lesarcs.com/hero.html](http://www.lesarcs.com/hero.html)

*Soyez poulies !*

Le HERO camp d'Arc 1800 regroupe déjà plus de 30 activités outdoor diverses et variées... et c'est pas fini ! Cet été, un nouveau parcours de tyroliennes débarque sur le jardin d'aventures.

Les 6-17 ans vont pouvoir



## LE VTT DE DESCENTE ESPRIT RIDER, ES-TU LÀ ?!

Pour une sortie mêlant découverte des paysages et sensations, le VTT de descente est LA discipline à laquelle s'essayer. Et on l'a testée ! Retour sur expérience de notre immersion au bike park des Arcs/Peisey-Vallandry avec un groupe d'ados mordus d'adrénaline... Mais qu'entends-je ? Freiner, c'est tricher ?! On se détend, ça va bien se passer...

À l'instar de la randonnée, le VTT s'inscrit parmi les disciplines phares de l'été en montagne. Ses différentes approches, de la plus soft à la plus extrême, permettent à chacun de trouver une monture qui lui convient pour se faire plaisir. Côté engagement, le VTT de descente ou down hill (DH) pour les amateurs se place en haut du panier au niveau des sensations de glisse et de la technicité. Mais inutile de se crispier, il s'agit au contraire d'être souple et de porter le regard loin pour appréhender au mieux les mouvements de terrain. Pour la théorie, on est calé, alors c'est parti, bien équipés avec casque intégral, dorsale complète, genouillères + tibias et gants !

Accessible facilement grâce aux remontées mécaniques (forfait à prendre), le bike park des Arcs / Peisey-Vallandry nous offre un terrain de jeu exceptionnel : 149 km de pistes dont 35 km de tracés exclusivement descendants. Pour notre itinéraire du jour, cap sur Peisey-Vallandry via les pistes bleues Marsupilami et Woodstock. Des flancs de montagne tantôt dégagés aux paysages à couper le souffle, tantôt en forêt, la diversité du parcours ponctue nos descentes et on se laisse rapidement embarquer dans le rythme que ces singles nous procurent, des woop's aux virages relevés. Tel un cheminement qui n'en finit pas de serpenter, notre progression est ultra-ludique.

Sur le retour, on place d'ores et déjà l'activité dans la catégorie « à refaire ». Et pourquoi pas tenter le sentier des 4 sites reliant Arc 2000 à 1800 en passant par 1950 et 1600? Le choix est vaste, les sensations garanties et le plaisir contagieux! (C.K.)

*Test réalisé par Caroline Krebs & Romain Carron*

🇬🇧 The Infosnews team and a group of teenagers tried out the bike park of Les Arcs/Peisey-Vallandry, strong sensations guaranteed! The bike park offers an exceptional playground : 149km of Downhill mountain bike trails. We tried out the blue tracks Marsupilami and Woodstock characterised by its diversity (open landscapes, forests, woods and short turns).



### BIKE PARK

#### LES ARCS / PEISEY-VALLANDRY

[www.lesarcs.com/bikepark.html](http://www.lesarcs.com/bikepark.html)

+33 (0)4 79 07 12 57

Arc Mountain Bike (location, encadrement, école) : [arcmtb.com](http://arcmtb.com) • +33 (0)4 79 07 21 70



### ARC 1950



© Photos: Andy Parant

## JOURNÉE DE RÊVE EN FAMILLE À ARC 1950 LE VILLAGE !

En vacances, il est compliqué de trouver des activités qui contentent toute votre petite famille. Heureusement, à Arc 1950 le Village, tout a été pensé pour faire plaisir aux enfants comme aux parents. Entre les animations, les commerces, le Deep Nature Spa, découvrez comment passer une journée parfaite au Village !

### 1 LES ANIMATIONS GRATUITES, C'EST TOUS LES JOURS

Tous les jours, la station vous offre un large choix d'animations gratuites et ouvertes à tous. Entre les ateliers cirque, les tournois de pétanque et de tennis de table en double, le défi biathlon, la Course des garçons de café, les courses en trottinette, vous pourrez vous dépenser ou vous divertir dans une ambiance endiablée. Et que serait une semaine à 1950 sans ses célèbres et incontournables mercredis thématiques? Des spectacles grandioses, des animations et des ateliers de folie, sans oublier le traditionnel bal des enfants : c'est le paradis des familles...

### 2 LE TEMPLE DU SHOPPING ET DES BONNES AFFAIRES

Pendant que vos enfants se font de nouveaux amis, vous pouvez flâner dans les jolies boutiques du Village: matériel de sport, habillement, jouets, souvenirs et produits locaux et régionaux! Côté gastronomie, les épicuriens ne sont pas en reste : une multitude de restaurants de qualité, du snack à l'adresse raffinée, et les terrasses ensoleillées combleront vos envies. Avec l'école d'aventures Évolution 2, profitez d'activités inédites et des sorties en VTT et randonnée pour admirer les plus beaux panoramas.

### 3 LE DEEP NATURE SPA, UNE BULLE DE DÉTENTE ABSOLUE

Dans un univers minéral exceptionnel, profitez d'un instant de détente inégalable avec le Deep Nature Spa de la station. Grottes thématiques, parcours aquatique « chaud/froid », soins personnalisables à effectuer avec votre conjoint ou vos enfants, et avec vue sur le Mont-Blanc, gamme de soins Skincare... tout est prévu pour créer des souvenirs inoubliables avec votre famille.

À pied, à vélo, en navette ou encore en voiture, tous les chemins mènent à Arc 1950 le Village!

🇬🇧 At Arc 1950 Le Village, there is something for everyone : numerous activities and events for young and old (trampolines, inflatable structures, table tennis, wooden games, giant chess board, climbing block, beach volleyball, tennis, petanque...), a wide range of restaurants and shops proposing prestigious brands, and the Deep Natura Spa for a relaxing moment with view on Mont Blanc.



### ARC 1950

[www.arc1950.com](http://www.arc1950.com)



## PEISEY-VALLANDRY

### Nuit en yourte

#### UN P'TIT "YOURTE" NATURE ?

Niché au creux des sommets, le refuge d'Entre Le Lac est un havre de paix pas comme les autres. Depuis l'été dernier, une yourte a été élu domicile à côté du refuge pour passer une nuit insolite. Prêts pour une expérience extraordinaire ?

L'aventure commence dans le vallon de Rosuel, point de départ de notre ascension d'environ 2 heures vers le refuge. Alpagnes verdoyants, fleurs éclatantes, cascades vertigineuses, marmottes... La montagne nous offre un tableau parfait qui nous fait oublier la montée. Soudain, un lac à l'eau turquoise apparaît devant nous, et nous voici arrivés au lac de la Plagne. Un dernier effort et nous entendons les éclats de rire qui proviennent du refuge, caché jusqu'au dernier moment. Le cadre est magique : l'ancienne bergerie transformée en refuge est au bord du lac, encerclé par les hauts sommets alentours, sentinelles de ces lieux.

Franck, Célia, Diane et Anaïs nous accueillent chaleureusement et nous présentent les autres colocataires : Mandarin et Islande, les deux vaches tarines, Carbone la jument, Khan la chatte et les 14 poules passent elles aussi l'été au refuge. Car Franck, le gardien, met un point d'honneur à travailler des produits locaux et artisanaux, en privilégiant le fait-maison. Les vaches sont traitées matin et soir, et les faisselles servies en dessert sont moulées le matin même, à quelques mètres seulement du réfectoire ! D'ailleurs, nous arrivons pile à temps pour la fournée de pain que Franck a préparée avec son ingrédient secret : un levain élevé depuis 26 ans, qui donne au pain un goût et une texture inimitables. Après la visite des lieux, nous passons à table pour un copieux repas, avec le mont Pourri en toile de fond.

Tandis que les autres randonneurs se dirigent vers le dortoir, nous allons découvrir notre cocon pour la

nuit. La yourte est spacieuse, pouvant accueillir une dizaine de personnes. Il y fait étonnamment bon, et chacun se glisse sous sa couverture en admirant la structure décorée de motifs multicolores. Le petit lit est tout confort, avec matelas et oreiller. Nous plongeons dans un sommeil réparateur, interrompu par le sifflement des marmottes le lendemain matin qui décroche haut la main le prix du meilleur réveil. Après un délicieux petit-déjeuner à base de céréales, pain et confitures maison, nous voici prêts à repartir à l'aventure, le ventre plein et la joie dans l'âme. Seul un pincement vient au cœur lorsqu'il faut quitter ce petit coin de paradis et ses hôtes d'exception... Mais ce n'est qu'un au revoir ! (S.R.)

*Test réalisé par Sarah Ritter & Gaëtan Blanrue*

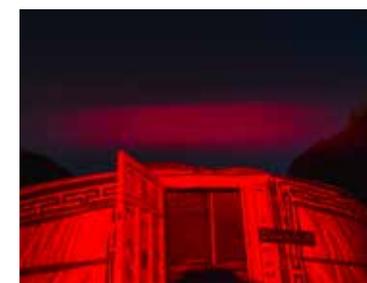
🇬🇧 The mountain refuge Entre Le Lac is a haven of peace like no other. Since last summer, a yurt has been installed next to the mountain refuge to spend an unusual night. The adventure begins in the Rosuel valley, the starting point of a 2-hour ascent before reaching the mountain refuge where Franck, Célia, Diane and Anaïs give you a warm welcome! A convivial dinner, an unforgettable night in the yurt and delicious breakfast, one thing is sure : see you back soon!

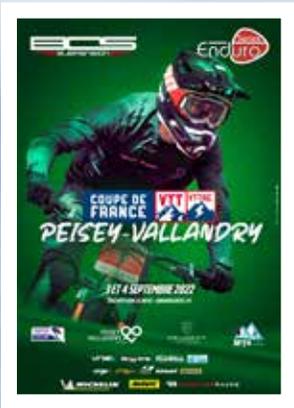


#### REFUGE D'ENTRE LE LAC

Nuitée simple : 25€/pers., demi-pension : 47€/adulte, 37€/ - de 13 ans

Réservation au +33 (0)9 72 63 87 49  
ou au +33 (0)6 14 11 54 65





## PEISEY-VALLANDRY

# TOUS LES GUIDONS SONT DANS LA NATURE

Écologique, sportif, accessible, le vélo a le vent en poupe ! Bénéficiant d'un terrain de jeu sans pareil pour se faire plaisir, Peisey-Vallandry développe de nombreux services et sites pour nous simplifier sa pratique et la rendre accessible au plus grand nombre. Alors, en selle !

### UNE OFFRE VARIÉE POUR UNE EXPÉRIENCE FACILITÉE

149 km de pistes balisées, 11 remontées mécaniques, down hill, enduro, cross-country ou VTT électrique... La destination propose un domaine répondant aux attentes de tous et en adéquation avec son positionnement durable, en développant et encourageant son apprentissage. Ainsi, il permet à tout un chacun de pédaler en profitant d'un grand bol d'air et d'un décor spectaculaire. Grisant !

### DES PISTES POUR LES GRANDS ET LES PETITS

Nouveauté de cet été 2022, la piste Country Kid's est le site idéal pour une première approche avec des baby-riders ou un public novice. Ce parcours présente un dénivelé positif très faible, particulièrement adapté pour débuter. Avec deux points de départ possibles, à la porte du Parc national de la Vanoise, ce nouvel itinéraire permet de se laisser porter par un paysage enchanteur, entre hameaux de fond de vallée et cirque glaciaire.

### PLACE AU SHOW !

Pour la première année, Peisey-Vallandry accueille une étape de la Coupe de France VTT enduro series. Les concurrents s'affronteront sur un terrain de jeu alpin et rocailleux. Engagement, technicité et brin de folie seront donc de mise pour aller décrocher le podium, le tout dans un cadre idyllique. Rendez-vous les 3 et 4 septembre !

### BONS PLANS

Le vélo électrique ? On est bien d'accord : l'essayer, c'est l'adopter. Encore faut-il s'organiser pour pouvoir recharger sa batterie. Désormais, plus besoin de s'en soucier : de nouvelles bornes de recharge gratuites sont à disposition dans les magasins Sherpa de la destination (Peisey-Vallandry station et Peisey Village).

Chaque samedi, le nouveau Pass Samedi Altitude permet un accès durant toute la journée à l'ensemble du bike park: down hill, enduro, cross-country ou itinéraires vélos électriques, il ne reste qu'à choisir vers quel côté son guidon penche! (C.K.)

Offering an amazing playground for cycling enthusiasts with 149km of marked tracks, Peisey-Vallandry is developing numerous services and sites to make this discipline accessible to as many people as possible : a whole new trail called Country Kid's for children, the passage of the Enduro Series MTB French Cup on September 3 and 4, free charging stations for your e-bike at the Sherpa shops of the station, and the new Pass Samedi Altitude allowing access to the entire bike park on Saturday.



Pass SAMEDI ALTITUDE

15€/pers. la journée du samedi au lieu de 26€  
www.peisey-vallandry.com  
+ 33 (0)4 79 07 94 28



EN+

### VENDREDI 12/08

#### Concert

Organisé par l'association des Amis des Vernettes, en l'église Sainte-Trinité.  
À 20h30 – participation libre  
Peisey-Village

### DU 13 AU 16/08

#### Braderie des commerçants

De 10h à 19h dans les rues de la station.  
Peisey-Vallandry

### LES JEUDIS 04/08, 11/08 ET 18/08

#### Spectacle folklorique

Avec une troupe bulgare, sur la place de Roscanvel.  
À 18h – Gratuit  
Peisey-Vallandry

#### Office de tourisme

Peisey-Vallandry  
+33 (0)4 79 07 94 28

©Rah Bundhoo

*Mon métier :  
vous simplifier la vie !*

# V3A

## AIDES & ASSISTANCE ADMINISTRATIVE

### FREELANCE

**PROFESSIONNELS INDÉPENDANTS  
MONITEURS, ARTISANS...  
PARTICULIERS  
LOUEURS EN MEUBLÉS**

- ✓ FACTURES CLIENTS / FOURNISSEURS
- ✓ RELANCES PAIEMENTS
- ✓ CLASSEMENT

- ✓ COURRIERS ADMINISTRATIFS
- ✓ DÉCLARATION DE TVA
- ✓ ACCOMPAGNEMENT FISCAL...

**DOMINIQUE VIALY**  
06 12 37 22 32  
65 rue du Cerisier 73350 MONTAGNY  
vanoise3a@gmail.com  
www.v3a.fr

## Musique et arts vivants GAMME À TOI!

Du dimanche 31 juillet au vendredi 5 août, la 11<sup>e</sup> édition du festival culturel et festif Les Scènes estivales nous donne rendez-vous pour une semaine de partage musical et artistique. Au programme : théâtre, chant, musique, cirque, contes, patrimoine, joie et découverte !

De retour de randonnée, la journée est loin d'être terminée, une envie de se divertir nous gagne peu à peu. Cela tombe bien ! Les Scènes estivales de Peisey-Vallandry proposent un programme dynamique et surprenant, véritable cocktail d'arts vivants des plus classiques aux plus excentriques.

En effet, chants traditionnels et découverte du patrimoine local viendront côtoyer des reprises musicales inattendues et des pièces théâtrales classiques revisitées - pour ne pas dire bousculées - pour le plus grand bonheur du public. Avec un tel éventail de merveilles, chacun trouvera forcément musique à son oreille! (C.K.)

  
**LES SCÈNES ESTIVALES #11**  
Du 31 juillet au 5 août  
+ 33 (0)4 79 07 94 28  
www.peisey-vallandry.com

Peisey-Vallandry welcomes the cultural and festive event Les Scènes Estivales from July 31 until August 5 combining theatre, patrimony, tales, circus acts, music and singing,... there is something for everyone!

## ENTRE COSTUMES & COUTUMES

  
15  
AOÛT

Rendez-vous incontournable des Peiserots et des visiteurs curieux, la Fête du costume et de la montagne s'inscrit depuis plus de 50 ans parmi les traditions estivales du village de Peisey. Rendez-vous lundi 15 août pour célébrer ce précieux patrimoine.

Qui a dit que patrimoine rimait avec troisième âge? La Fête du costume et de la montagne, c'est avant tout une journée intergénérationnelle emplie de bonne humeur, qui a pour essence la mise en avant du folklore, comme un hommage des nouvelles générations fait à leurs ancêtres. « Ces costumes, ces chars, toutes les démonstrations de savoir-faire ancestraux, c'est ce qui constitue l'identité même du village, tel qu'il vivait avant que l'industrie du ski n'arrive. C'est pour nous une véritable richesse locale, que nous avons à cœur de valoriser », témoigne Juliette, trésorière du comité des fêtes de Peisey-Nancroix.

Le matin, la fête débute au village de Peisey : messe, procession en costumes, défilé de chars, fanfare et danses traditionnelles. L'après-midi se poursuit à Rosuel : marché des artisans, groupes folkloriques savoyards, métiers d'antan et bal en soirée. Alors sautons gaiement dans le passé! (C.K.)

Every year, Peisey-Nancroix honours its traditions, traditional know-how and costumes by organising numerous animations and a convivial meal on Monday, August 15<sup>th</sup>. The day starts at 9.30am with the church service at the church.



  
**FÊTE DU COSTUME ET DE LA MONTAGNE**  
+33 (0)4 79 07 94 28 • www.peisey-vallandry.com



PEISEY-VALLANDRY

06 > 07  
AOÛT

## LE FESTIVAL MUSICAL qui met l'eau à la bouche

Sur les hauteurs de Vallandry, nous avons rencontré Raphaël Bonne, le créateur du festival Jazz N'Bouf qui aura lieu du 5 au 7 août. Ce passionné prouve qu'avec l'envie, le travail et la curiosité tout est possible. Ainsi, il y a 20 ans, la cuisine et le jazz se rencontrèrent et eurent beaucoup de bons moments...

Avant de parler du festival, il faut dire quelques mots sur son créateur...

Je suis arrivé des Vosges il y a 45 ans pour rejoindre l'équipe de France de saut à ski. J'ai été entraîneur en emmenant notamment les fils Arpin en équipe de France. Mais comme j'étais né dans une cuisine, mon amour pour cette autre discipline m'a rattrapé, alors j'ai créé la première pizzeria de Savoie à Peisey, en 1982. J'ai ensuite tenu une discothèque puis créé la Bergerie de Raphaël à Vallandry.

Comment est né ce festival inédit ?

Comme je suis aussi un passionné de musique, je recevais souvent des groupes dans mon restaurant et j'ai remarqué que les musiciens adorent manger. Alors je me suis dit : « Pourquoi ne pas proposer un festival mixant jazz festif et restauration maison ? ». Lorsque la première édition a été lancée il y a 20 ans à Landry, Peisey et Vallandry, on m'avait dit que ça ne tiendrait même pas deux ans... Voilà où nous en sommes aujourd'hui!

Quel en est le principe ?

Depuis des années, on se déplace dans les communes de Tarentaise en proposant des prestations d'artistes internationaux sur des thèmes différents de jazz (New Orleans, swing, manouche...). Et quoi de mieux que de déguster un bon repas maison réalisé sur place ?

Peut-on en savoir plus sur la programmation de cette 20<sup>e</sup> édition ?

On propose cette année de découvrir 4 groupes durant 3 jours dans une ambiance manouche/balkanique. On retrouve notamment la formation d'Arnaud Van Lancker, le groupe brésilien composé par Rita Macedo et Femmouzes T, la guitare flamenco de la formation de Serge Lopez (compositeur pour Bigflo et Oli) et le groupe Samarabalouf.

Comment explique-t-on la longévité de cette belle aventure ?

C'est le seul festival en Europe qui allie jazz et cuisine. C'est aussi l'accès à une ouverture culturelle rare. (C.B.)

The festival Jazz N'Bouf will make you swing in the streets of Peisey-Vallandry on August 5 at La Bergerie de Raphaël, on August 6 at Rosuel for lunch and at Landry for dinner, and on August 7 at La Bergerie de Raphaël for lunch : four live jazz concerts (Arnaud Van Lancker, Rita Macedo and Femmouzes T, Serge Lopez, and Samarabalouf) accompanied by delicious dishes prepared by the chef Raphaël, the perfect combination for an unforgettable day!

  
**FESTIVAL JAZZ N'BOUF**  
• Vendredi 5 à la Bergerie de Raphaël à Vallandry  
• Samedi 6 le midi à Rosuel  
• Samedi 6 le soir à Landry  
• Dimanche 7 le midi à la Bergerie de Raphaël  
Repas à réserver au +33 (0)6 20 96 52 81  
 Jazz N Bouf

## Quentin Marot

### LE BRETON DE BERGER!

Depuis quatre étés, Quentin délaisse sa Bretagne natale pour les alpages de Tarentaise. De début juin à fin septembre, il est berger à l'alpage des Rossets, dans la vallée de Peisey. Soit près de 100 jours là-haut, au milieu des vaches et des paysages... Rencontre.

#### Un Breton en alpage, c'est original...

Mes grands-parents avaient des vaches et des cochons, j'ai toujours baigné dans ce milieu. Après un Bac et un BTS agricoles, j'ai été chauffeur dans une CUMA, près de chez moi. Mais les animaux me manquaient. Un jour, j'ai vu une annonce Facebook : le Gaec Alpin de Peisey cherchait quelqu'un pour l'été.

#### Depuis 2019, tu fais donc les saisons...

En 2019, j'aidais au foin, à Peisey. En 2020, j'ai trouvé une place à l'alpage du Plan Pichu (Granier). Et depuis 2021, je suis berger aux Rossets. On est une petite équipe, comme une grande famille.

#### Raconte-nous ta journée de berger ?

On se lève à 3h le matin pour la traite, qui dure jusque vers 6h, moment où débute la fabrication du fromage par une autre équipe. On petit-déjeune ensemble avant de repartir : il faut déplacer la machine à traire, refaire les parcs, passer la herse, débroussailler, histoire de garder l'alpage propre... Et à 14h, après la pause, on recommence (traite, fromage...) jusqu'au soir.

#### Les journées sont longues !

Le métier est dur physiquement, on est toujours actif, c'est ce que j'aime. Et dès que je suis dehors, je suis bien. Il y a les paysages, les levers du jour, les vaches. On a de la chance de vivre ça.

#### As-tu un moment préféré ?

Le calme du soir en terrasse face au paysage, après une bonne journée de travail. Ou quand les vaches partent en champ avec toutes les cloches qui sonnent...

#### Quels sont tes loisirs ?

En Bretagne, je vais dans les festivals et à la plage. J'aime aussi la course à pied et le VTT. Mais l'été, je vis 100% sur l'alpage, et rien de tout ça ne me manque... Ça arrive de boire un coup ou partager un repas avec les gens de passage. Et le 15 août, on sera à la Fête de Peisey, avec un char du Gaec Alpin.

#### Un coin de montagne préféré ?

Les crêtes des Lanchettes, les Aiguilles Grive et Rousses, ou les lacs de la Plagne et des Etroits.

#### Tu te vois continuer les saisons ?

Oui, j'aime vraiment l'été en alpage. Après, j'aimerais travailler à l'année avec les vaches, et trouver un endroit où me poser. Bretagne ou Savoie, il va falloir choisir ! (E.R.)

- **Nom :** Marot
- **Prénom :** Quentin
- **Surnom :** Marot!
- **Âge :** 27 ans
- **Origine :** Plouguesnast (Côtes d'Armor)
- **Job :** Berger
- **Lieu :** Alpage des Rossets (Peisey-Vallandry)

For the 4th following year, Quentin, 27 years old, spends the summer season in the mountain pastures of Les Rossets, in the valley of Peisey, as a shepherd. Every morning, he gets up at 3am to start the milking of the cows until 6am. The shepherds move the cows and the milking machine and clean the pastures using a harrow while another team fabricates the cheese. At 2pm, they start the same tasks again (milking, cheese fabrication,...).

## Les petits trappeurs

Cet été, faites découvrir la montagne autrement à vos enfants grâce aux stages « Les Petits Trappeurs » organisés par l'ESF de Peisey-Vallandry. Au programme : découverte des animaux de montagne, astuces pour survivre en forêt, construction de sa propre cabane, balades au bord des ruisseaux légendaires et même... des aventures dignes de Koh Lanta aux thèmes enchanteurs comme le Totem Maudit ou la Tribu des Aventuriers ! Ouverts aux enfants de 4 à 12 ans suivant les activités, ces stages sont encadrés par des accompagnateurs en moyenne montagne pour s'amuser en toute sécurité ! (R.C.)

✳ This summer, children between 4 and 12 years old discover the mountains in a different way thanks to the training courses Les Petits Trappeurs organised by ESF of Peisey-Vallandry : mountain animals, survival skills, construction of a hut, hikes,... and much more !

#### LES PETITS TRAPPEURS

Montagne Expériences by ESF  
Du 10 juillet au 9 septembre  
Tous les après-midis de 14h30 à 17h

- 1 sortie = 20€
- 5 sorties = 89€
- 6 sorties = 99€

+33 (0)4 79 07 93 77 / +33 (0)4 79 07 95 84  
montagneexperiences@esf-peiseyvallandry.com

**MONTAGNE**  
expériences  
BY ESF



19 > 20  
AOÛT

## À VÉLO, TOUT EST PLUS BEAU !

Vendredi 19 et samedi 20 août, le festival Sacoches et Guidoline nous emmène à la rencontre de « globe-cyclers » et de leurs aventures les plus folles, bien agrippés à leurs guidons ou même parfois couchés, mais toujours à deux roues! Mais attention, partager leurs souvenirs les plus extraordinaires peut donner des idées à certains... Alors, pourquoi à son tour ne pas envisager de prendre la route et de se souvenir du vieil adage « T'occupe pas de la monture... Pédale! ». (C.K.)

✳ On August 19 and 20, the film festival Sacoches et Guidolines pays tribute to amazing cycling trips around the world : Siberia, Alaska, Patagonia, Mexico...

#### FESTIVAL SACOCHES ET GUIDOLINES

Projections, rencontres, échanges  
Peisey-Vallandry  
www.sacochesetguidolines.fr

## PARC ACCRORANCHE GLI'AIR

Aux portes du Parc de la Vanoise, profitez de cinq parcours évolutifs exceptionnels (de vert à noir +) et des 23 tyroliennes dont la plus longue atteint 200m ! Le tout dans une sécurité maximale grâce à la ligne de vie continue présente sur l'intégralité du parc et ses 105 ateliers. (R.C.)

✳ Gli'Air, the tree climbing and rope park of Peisey-Nancroix, counts 5 green to black levels and 23 ziplines of which a zipline of 200 metres long!

#### PARC ACCRORANCHE GLI'AIR

Vallée de Rosuel à Peisey-Nancroix, Lieu-dit Pont Baudin  
+33 (0)6 26 07 52 62 • www.gliair.com  
Ouvert toute la journée à partir de 9h30  
Autorisation parentale obligatoire pour les mineurs



©Ambroise Abondance - DR

## PAS DE D'AOÛT *on va s'éclater !*

Cet été, la ville d'Aime continue de nous séduire avec son patrimoine historique et ses édifices uniques, mais pas que. La cité antique nous propose une programmation empreinte d'originalité et de dynamisme : Insolites du mercredi, Ciné plein air, Pump Party Tour... on valide et on aime !

### UN BON SCÉNARIO TOUS LES MARDIS

Le théâtre de verdure nous accueille tous les mardis, du 2 au 23 août, non pas pour une tragédie romaine mais pour des séances cinéma plein air en soirée. Le 2 août à 21h30, on s'évade sur les routes du monde avec le documentaire *Alaska Patagonie* en présence de la réalisatrice Sophie Planque. Le 9 août, le rire s'invite à la même heure avec *Opération Portugal*. Le 16 août à 21h, l'aventure flirte avec la comédie avec *Free Guy*, alors que le 23, toujours à 21h, on se réunit en famille autour de *L'Appel de la forêt* qui met Harrison Ford et Omar Sy en scène.

### LE MERCREDI TOUT EST PERMIS

Quand spiritualité rime avec originalité, ça donne les Insolites du mercredi. De 20h à 21h, on se donne rendez-vous dans l'église du Prieuré de Saint-Martin pour vivre des activités variées sous l'œil amusé des saints ! Le 3 août, c'est donc *Strech'N Relax*, une gymnastique sereine pour le corps et l'esprit. Le 10 août, place à la danse de salon. Le 17, on garde le rythme avec le piloxing qui mélange pilate, boxe et danse. Et le 24, on fait monter la température avec le cross training.



### UN ÉVÉNEMENT EN GRANDE PUMP...

Puisque les deux précédentes éditions ont fait l'unanimité auprès des vacanciers et locaux en demande de sensations, le Pump Party Tour revient le 12 août du côté du pump track d'Aime. En trottinette, vélo, longboard, le terrain de jeu de 1200m<sup>2</sup> pourra satisfaire tous les amateurs de glisse. Entre initiations, démonstrations de professionnels et concours de figures devant un jury qualifié, l'excitation sera de la « Party ». On l'a bien compris, toutes les routes et roues mènent à Aime ! (C.B.)

✚ *Aime is worth a visit, not only for its historical patrimony, but also for its numerous events and animations : Les Insolites on Wednesdays from 8pm to 9pm in the church Prieuré de Saint Martin, Open air cinema sessions on Tuesdays, and the Pump Party Tour. The 3<sup>rd</sup> edition of the Pump Party Tour makes a stop at Aime-la-Plagne at the Pumptrack on August 12 with initiations, professional demonstrations and contests.*

◆ LA PLAGNE-VALLÉE OFFICE DE TOURISME

+33 (0)4 79 55 67 00  
www.la-plagne.com

## 4 SAISONS

RENCONTRE

# CÉDRIC CHAMBELLAN

*La montagne, c'est une philosophie !*

Escalade, canyoning, ski... Peu importe l'activité, Cédric est heureux tant qu'il est dehors. Rencontre avec ce passionné pour qui chaque saison est une nouvelle façon d'explorer son terrain de jeu.

### Comment es-tu arrivé en Tarentaise ?

Je suis de région parisienne, où j'ai passé un brevet d'État pour être moniteur d'escalade et de canyoning. Il y a 10 ans, j'ai voulu changer d'air, et comme petit j'allais en vacances aux Chapioux avec mes parents, j'avais des contacts dans le coin. Un poste d'entraîneur s'est libéré au club d'escalade de Bourg-Saint-Maurice, alors j'ai foncé.

### Depuis, tu n'es jamais reparti...

J'ai fait 4 ans en club avant de faire les saisons en escalade et en canyoning. Depuis cet été, je suis à mon compte en tant que moniteur pour ces deux activités. À côté, j'équipe aussi des falaises du coin et j'ouvre les blocs de la salle Block'Alpes à Aime. L'hiver, c'est plus tranquille, donc je peux en profiter pour skier.

### Peu importe la saison, la montagne est ton terrain de jeu...

Ce que j'adore ici, c'est que les activités changent au fil des saisons : pas de place pour la monotonie ! Dans les mêmes secteurs, on peut faire du canyoning, puis de la cascade de glace par exemple... Il m'arrive souvent de repérer des spots pour grimper lorsque je sors en ski de rando. Toutes ces activités se complètent !



### Qu'est-ce qui te plaît autant dans les sports de montagne ?

Au-delà de l'activité en elle-même, il y a un aspect mental que je trouve très intéressant. On peut se dépasser et se faire plaisir sans être un pro, il suffit juste d'avoir envie. Lorsque j'encadre des sorties, des novices vont faire des choses dont ils ne se seraient jamais crus capables. Certes, je donne les conseils, mais au final c'est eux qui font l'action. On prend confiance en soi, et cela peut débloquer des choses pas uniquement dans le sport.

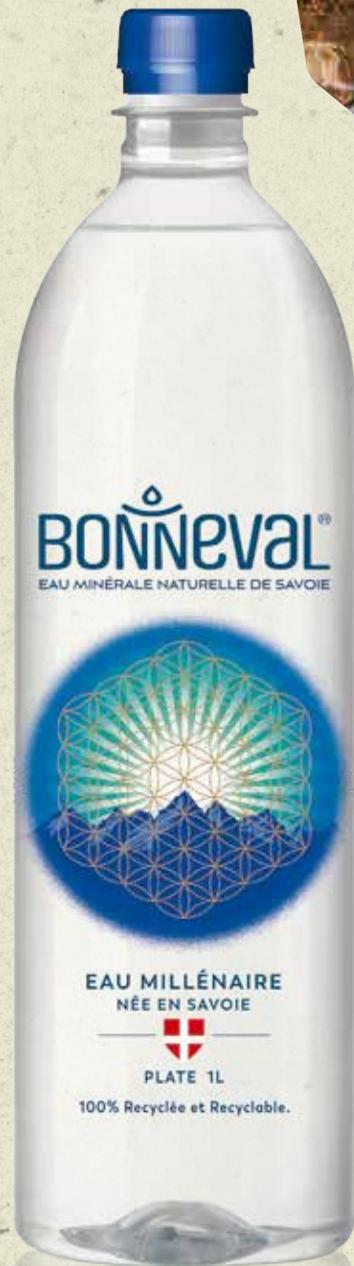
### Tu as un spot de prédilection ?

Pas vraiment, j'adore découvrir de nouveaux endroits ! Parfois, je mets les skis dans la voiture, je démarre et je vois où cela me mène... Selon les conditions, je vais aussi changer de plan. En montagne, l'adaptation, c'est la clé. (S.R.)

✚ *Cédric grew up in the Paris region, where he obtained a instructor's certificate in wall climbing and canyoning. As a child, he often went on vacation in Les Chapioux with his parents, so he didn't hesitate when a coaching position became available at the climbing club of Bourg-Saint-Maurice. Today, Cédric is a self-employed climbing and canyoning instructor, he also equips local cliffs and opens routes in the indoor climbing hall Block'Alpes in Aime.*

“ IL SUFFIT JUSTE D'AVOIR ENVIE ! ”

www.escalcanyon.fr  
+33 (0)6 45 45 74 81



La générosité  
de la Savoie  
dans une eau  
millénaire



Eaux minérales naturelles de Savoie

[bonnevalwaters.com](http://bonnevalwaters.com)





AIME

## BASE DE LOISIRS DU VERT AU BLEU



La base de loisirs des Versants d'Aime est le lieu idéal pour une journée en famille ou entre amis, où chacun trouvera son bonheur, entre sports et détente. Alors, partons à la découverte du « plan d'eau », comme disent les locaux !

### UN CADRE REPOSANT, AU PLUS PROCHE DES ÉLÉMENTS

Dans la vallée, au pied des stations de La Plagne, il est un écrin de verdure bordé par l'Isère. Son cadre verdoyant agrémenté de son plan d'eau et de ses nombreuses activités répond à toutes les envies, qu'elles soient ludiques, sportives ou relaxantes. Bienvenue à la base de loisirs des Versants d'Aime! Tandis que les enfants découvrent et profitent du grand espace de jeux aquatiques, les adultes se détendent sur les bains de soleil en profitant du cadre. Plage de sable, baignade surveillée en juillet et en août, analyses d'eau régulières, douches et sanitaires, dispositif de mise à l'eau pour les personnes à mobilité réduite, tout est pensé pour optimiser le confort des visiteurs venus se rafraîchir durant les chaudes journées d'été.

### DES ACTIVITÉS VARIÉES POUR SATISFAIRE TOUTES LES ENVIES

Et pour varier les plaisirs, le choix est ici donné pour s'occuper et se divertir. De nombreux équipements sont disponibles comme le city stade, l'aire de jeux

pour enfants, les barbecues (et même planchas!) ou encore la station de recharge pour vélos électriques. Un large panel d'activités est par ailleurs accessible sur place: parcours aventure, pédalokids, acro bungee, location de kayaks et de paddles, et point restauration pour ne pas oublier le réconfort après l'effort. Et même quand il s'agit du trajet, de vastes parkings gratuits sont disponibles, facilitant ainsi l'accès au site. Mais le « must » reste le trajet via la Voie Verte le long de l'Isère reliant Aime ou Macôt en quelques minutes, et permettant de bénéficier d'un trajet à l'image de la journée passée: proche de la nature et énergisante! (C.K.)

🇬🇧 This summer, the place to be is the leisure base situated between Aime and Bourg Saint Maurice, there is something for everyone! The leisure base proposes a supervised lake to swim, a playground, acro bungee, an adventure course, volleyball and basketball fields, canoë-kayak, aquabulles, pedalokid, petanque courts, a restaurant and barbecue areas. The leisure base is accessible by car (RN90 Gothard), or via the bicycle path along the Isère river departing Aime or Bourg-Saint-Maurice.



### ◆ BASE DE LOISIRS DES VERSANTS D'AIME

Accès par la RN 90 au niveau du Gothard (entre Aime et Bourg-Saint-Maurice) ou par la Voie Verte  
+33 (4) 79 55 40 27 • [www.versantsdaime.fr](http://www.versantsdaime.fr)  
[www.facebook.com/versantsdaime](http://www.facebook.com/versantsdaime)



© Photos: Communauté de communes des Versants d'Aime - Adobe stock / Svetlana / Lazarenka



## Jeudi Aime... comme un emblème

Cet été, pas question de rester assis bien sagement sur les marches du théâtre de verdure à Aime. On se rejoint tous les jeudis soir à partir de 21h30 pour des concerts qui nous font voyager, parfois à l'autre bout du monde.

Et si le bonheur était une mélodie? Ça tombe bien puisque des groupes aussi variés que talentueux ont décidé de flirter avec la scène du théâtre de Verdure tout l'été. Les guitares s'en donnent à cœur joie le 4 août, avec Negrita qui nous envoûte sur des airs gitans. Faisons ensuite un bond dans les années 1960, le 11 août, grâce au groupe Creatles qui reprend des standards comme les morceaux des Beatles par exemple. Le 18 août, les frères Brassens font revivre l'un des plus grands poètes français au travers de reprises swing et enjouées. Si on vous dit Hook, ne pensez pas à Peter Pan cette fois-ci, mais cela ne nous empêche pas de nous envoler vers un univers pop/rock lors de la soirée du 25 août. En avant la musique! (C.B.)



© DR

✎ Every Thursday as from 9.30pm we reunite in Aime for an open-air concert : gypsy music with Negrita on August 4, international pop music with Creatles on August 11, French songs with Les Frères Brassens on August 18, and pop rock music with Hook on August 25.



### LES JEUDIS D'AIME

À 21h30, les jeudis du 4 au 25 août  
Théâtre de Verdure - Aime  
+33 (0)4 79 55 67 00

## EN+

### MARDI 02/08

**Projection Alaska-Patagonie**  
Retour sur un périple de près de 30 000 km à vélo. Au théâtre de verdure d'Aime, en présence de la réalisatrice. Repli salle des fêtes si mauvais temps  
À 21h20 - Gratuit - Aime

### VENDREDI 05/08

**Marché de producteurs à La Côte d'Aime**  
Thème « spécial enfant » et musique avec Elesen  
De 17h30 à 19h30  
+33 (0)4 79 55 69 25

### LES MERCREDIS

**Les insolites du mercredi**  
Une activité insolite (stretch'n relax, danse salon, piloxing, cross training...) dans un cadre insolite.  
Jusqu'au 24/08 - de 20h à 21h  
Inscription obligatoire à l'OT Aime

**Office de tourisme**  
La Plagne Vallée  
+33 (0)4 79 55 67 00



## ACTIVITÉ EN FAMILLE OUVRONS L'ŒIL !

La ville d'Aime regorge de trésors patrimoniaux dont certains ont très envie de percer le secret. Oui mais voilà, comment motiver sa tribu à se lancer quand les enfants pensent plutôt à s'amuser? En leur proposant de devenir guide d'un jour! Pour se faire, inutile de partir tous azimuts. Ils devront s'armer de perspicacité et suivre de près les indications sur la carte d'orientation pour localiser les 10 balises permanentes, qui ne sont autres que les points remarquables du charmant village. (C.K.)

✎ Orienteering is a fun way to discover not less than 10 heritage treasures of Aime. The map is available for free at the tourist office.



### PARCOURS D'ORIENTATION

Carte papier gratuite à retirer à l'office de tourisme La Plagne Vallée  
+ 33 (0)4 79 55 67 00 • www.la-plagne.com

## ARTISTE RENCONTRE



## LIVRES POUR ENFANTS

## MUDDY FRANK

## Sur les chemins de l'écriture

**En France depuis huit ans, l'Australienne Muddy Frank déborde de créativité. Vivant à La Plagne, elle nous explique à quel point ce cadre de vie l'inspire et comment elle entreprend l'écriture de ses ouvrages. Rencontre.**

### Que t'apporte l'écriture?

C'est une grande fierté, car j'ai fait ce livre toute seule. J'éprouve beaucoup de plaisir à réaliser ce rêve, car cela me fait avancer. Je me nourris également du retour des lecteurs. J'aime voir la réaction d'un enfant à qui on met le livre entre les mains, voir comme la couverture peut interpeler. Et je m'étonne de constater que mon livre est acheté partout. Je suis fière de faire connaître cet endroit. Quand j'étais enfant, j'ai lu « Heidi » et je suis sûre que cela a façonné le regard que je portais aux montagnes que je ne connaissais pas, et que ça a éveillé ma curiosité... (C.K.)

✎ In France for 8 years, Muddy grew up in Australia where she studied journalism. Her father is from England, so Muddy worked several times in London and in winter in Bourg-Saint-Maurice. She fell in love with the snowcovered mountains and decided to settle down in La Plagne. She explains how much this environment inspires her. During the lockdown, she wrote her first book for children featuring a marmot.



Son dernier livre : « Help ! Suis accro au snow » (version française, 149p. - 9,99€ broché / 15,99€ relié)  
www.muddyfrankbooks.wordpress.com

### Muddy, tu es Australienne et tu vis à la Plagne, ce n'est pas la porte à côté!

Mon père est Anglais, je suis venue à plusieurs reprises pour travailler à Londres et en hiver en France, à Bourg-Saint-Maurice. J'ai eu un coup de cœur quand je me suis aperçue que l'on pouvait vivre toute l'année en station. Cela me correspond totalement car l'espace est très ouvert ici.

### C'est un environnement qui t'inspire?

Oui énormément. Je n'avais jamais vu la neige avant et cela me fascine. C'est un paradis visuel, c'est d'une beauté extrême. Je me promène beaucoup, je regarde, j'imagine, j'écris mes histoires dans ma tête... Je trouve cet endroit nourrissant pour mon âme, je prends la magie de la montagne. Je ramasse des petites graines pour mes histoires et ici, il y a des petites graines partout!

### Depuis quand écris-tu?

J'ai étudié le journalisme, j'aime les langues, jouer avec les mots. Je suis fascinée par les livres pour enfants, les contes de fées. Et cette histoire de Magali la marmotte, je l'avais en tête depuis un moment. Je me suis lancée pendant le confinement du Covid. Quand j'écris, je laisse faire les choses instinctivement : les personnages, l'histoire se précisent au fil de l'écriture. J'ai découvert ce processus petit à petit, et j'adore.



06 & 07  
AOUT

LA PLAGNE

## AUTO MOTO RÉTRO

Le week-end du 6 et 7 août, Aime et La Plagne accueillent un rassemblement de véhicules anciens d'exception. Un événement majeur qui fera pétiller les yeux des amateurs de voitures d'époque devenues légendes.

Les passionnés de vieux chromes vont être aux anges les samedi 6 et dimanche 7 août. Une soixantaine de véhicules prestigieux (voitures, motos, vespas) des années 1920 aux années 1970, viendront en effet dévoiler leurs merveilleuses courbes lors d'un rassemblement d'envergure à Aime - La Plagne, où la présence de l'Amicale des tricyclecaristes de France (ATF) et ses fameux cabriolets sportifs à trois roues d'avant-guerre viendra magnifier un plateau déjà exceptionnel.

L'événement débutera par un défilé dans les rues d'Aime le samedi de 14h à 15h, pour allier le plaisir auditif au plaisir visuel. Après s'être pavanées, ces belles dames iront s'exposer à la vue de tous place Albert-Perrière, à Plagne Centre, de 18h à 21h, accompagnées par les notes du groupe Les Frères Misters, en représentation pour l'occasion.

Dimanche, l'exposition se déplace à Plagne Bellecôte de 11h à 12h, l'occasion de profiter d'un pot offert par

l'association de commerçants du village, puis à Belle Plagne de 13h à 16h. Pour conclure le week-end en beauté, un concours d'élégance se tiendra sur la place Albert-Perrière de Plagne Centre à 16h, suivi d'une remise des prix à 17h30 pour récompenser les plus séduisantes d'entre elles. (R.C.)

On Saturday, August 6 and Sunday, August 7, Aime-La Plagne welcomes a gathering of exceptional vintage cars and motorcycles from the 1920s to 1970s: between 2pm and 3pm in the streets of Aime and between 6pm and 9pm in Plagne Centre on Saturday, and from 11am to 12pm in Plagne Bellecôte and from 1pm to 4pm in Belle Plagne on Sunday.



### AUTO MOTO RÉTRO

À Aime et La Plagne • Accès libre  
+33 (0)4 79 09 02 01 • www.la-plagne.com

Location  
Réparation  
Vente

8 place Joux  
73210 AIME  
www.bike-surgery.fr  
+33 (0)4 57 37 69 95  
bikesurgery.shop@gmail.com

TOUTS TYPES DE VÉLOS  
(VTT, FAT bike, vélo de route, vélo enfant...)  
SPÉCIALISTE DU VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

## CHAMPION RENCONTRE

### YOANN STUCK *Une détermination à déplacer les montagnes*

Originaire du Sud de la France, rien ne destinait Yoann à attraper le virus de la montagne. Et pourtant, sa détermination à changer son mode de vie l'a amené, grâce au trail, à devenir ambassadeur de La Plagne et professionnel du sport.

#### Tu as un parcours atypique pour un traileur de haut niveau...

J'ai commencé à courir lorsque j'ai décidé d'arrêter de fumer en 2010, à 28 ans. J'étais à plus de 30 cigarettes par jour, je pesais presque 100kg et j'avais une hygiène de vie médiocre. Mon premier footing de 20 minutes m'a plié en deux. Mais à force de persévérance, j'ai continué et je suis sorti sur les sentiers et en compétition. Aujourd'hui, je peux vivre du sport. Il n'est jamais trop tard pour changer son mode de vie, et je fais des choses que j'aurais pensées impossibles.

#### Pourquoi être devenu ambassadeur de La Plagne ?

Lorsque j'ai fait la 6000D pour la première fois, ça a été une révélation pour moi. C'était la première fois que je courais plus de 50km, et j'ai tout adoré, le tracé, l'ambiance, la station... À partir de là, je suis revenu tous les étés : ça a été le coup de foudre ! Une année, j'ai fait la 6D Bob, le KV et la 6D Lacs et j'ai gagné les 3 courses. Cela a attiré l'attention de La Plagne, et de fil en aiguille, le partenariat est né.

#### Un spot de prédilection à La Plagne ?

Le mont Saint-Jacques, depuis Belle Plagne. C'est un parcours accessible, il ne doit faire que 7km et environ 400m de D+, mais j'adore y aller. On commence à monter raide dans les paravalanches, et petit à petit la vue s'ouvre sur un panorama à 360° sur le massif du Mont-Blanc. C'est grandiose.

#### Si le trail est ta discipline de prédilection, tu n'as pas voulu t'arrêter là...

Tout à fait, La Plagne a été un déclic pour me lancer dans plein d'activités que je ne connaissais pas : le vélo, l'alpinisme, le ski de rando, l'escalade... Même si je ne suis pas montagnard à l'origine, je m'épanouis dans ce milieu et j'ai envie d'apprendre plus chaque année. Je fais des compét' en vélo, et pourquoi pas cet hiver en ski de rando, même si j'ai appris à skier il y a deux ans seulement ! (S.R.)

Originally from the South of France, Yoann came every year to La Plagne on the occasion of the mythical trail 6000D. One year, he participated in the 6D Bob, KV and 6D Lacs and won all three competitions : the beginning of the partnership with La Plagne! Yoann fell in love with the mountains, an amazing playground, where he practices numerous activities : cycling, mountaineering, ski touring, climbing...

IL N'EST JAMAIS  
TROP TARD POUR  
CHANGER SON MODE  
DE VIE.

www.anotherlife.fr



LA PLAGNE



## RÊVE D'EAU

## RAFTING/HYDROSPEED

Faites le plein de sensations fortes avec l'équipe Rêve d'Eau menée par Pyf et ses acolytes : un programme gonflé à bloc pour des moments forts en émotion. Prêt, embarquez!

Sur un bateau gonflable et inébranlable, avec une équipe de 6 à 8 potes, profitez d'une descente sur les rapides de l'Isère qui vous laissera un souvenir impérissable. Entre drôles de coups de pagaie, remous-ménages et sauts perchés, l'expérience devient une aventure fun et fantastique! Pour ceux qui se sentent comme des poissons dans l'eau, vivez cette descente au plus proche des flots en combi rembourrée, flotteur dans les mains et nagez à la force des mollets dans cette rivière déchaînée. Super sympathiques, ludiques et parfaitement encadrées, les descentes avec Rêve d'Eau sont l'assurance de vivre une expérience unique sur l'Isère en toute sécurité. Et le rêve devient réalité...

🚣 Sensations guaranteed with the team Rêve d'Eau! Situated at the leisure base of Gothard between Aime and Bourg Saint Maurice, Rêve d'Eau proposes the white water activities rafting, hydrospeed on the Isère river.



## AVEC RÊVE D'EAU

Plan d'eau, base de loisirs du Gothard  
entre Aime et Bourg Saint Maurice  
revedeau-rafting.com / +33 (0)6 74 76 42 34



## Sous les spatules, l'alpage...

Ce dimanche 14 août, rendez-vous au plateau du Dou du Praz pour célébrer la Fête de l'alpage ! Traditions, fabrication de beaufort, animations seront au rendez-vous de cette tranche de vie montagnarde.

Après les étendues blanches l'hiver, place aux champs de vert et de fleurs en été... La fête du 14 août est là pour rappeler l'importance de l'alpage, fondement de la vie montagnarde bien avant la création des premières stations. Depuis 1990, cette fête a pour but de faire (re)découvrir aux touristes comme aux locaux le fonctionnement de la vie en alpage. Depuis quelques années, elle a été reprise par l'association AOM, et après avoir été longtemps basée sur la traite, elle s'est élargie au pastoralisme dans son ensemble et à l'artisanat.

Rendez-vous donc le dimanche 14 août au Dou du Praz, de 9h à 21h, pour assister à la préparation et la dégustation du beaufort, pour visiter le marché de producteurs locaux, découvrir le folklore savoyard, ou encore profiter d'animations gratuites diverses, comme des balades en jeep Willys et en calèche. (L.J.)

🚩 Discover the agricultural traditions of the valley at an altitude of 2 000m during the annual celebration of the mountain pastures on Sunday, August 14 from 9am to 9pm with free animations and a convivial meal (16€).



## FÊTE DE L'ALPAGE

Au Dou du Praz • De 9h à 21h  
Animations gratuites  
Repas midi 16€ (12€ moins de 12 ans)  
Infos : +33 (0)4 79 09 02 01



## « FÊTE » VOS JEUX!

Et si on se mettait au fait, ou plutôt à la fête, du côté de la Plagne ! Les 4, 7, 11 et 15 août, les sites de Plagne Altitude nous attendent pour vivre des journées festives où le partage s'invite pour le plaisir des petits et des grands.

Si on devait attribuer deux adjectifs à La Plagne, ce serait partage et émotion. En effet, « le but est de proposer une fête thématique pour chaque site, afin de satisfaire chaque type de vacancier et d'impliquer tous les acteurs professionnels à chaque niveau », nous explique Amandine Gros, l'une des cheffes de projet événementiel de la station.

## ON TOUCHE DU BOIS À PLAGNE AIME 2000

Le 4 août c'est la fête du bois à Plagne Aime 2000. Et la matinée oscille entre la course de l'Astragale (inscription à 9h sur front de neige) et les jeux en bois, le molkky et le lancer de hache (à retrouver aussi à 13h30). On s'initie aussi au bûcheronnage sportif (12h, 13h et 15h) et on admire le show bûcheronnage individuel (11h) et par équipe (14h et 16h).

## ÇA ROULE À BELLE PLAGNE

Rendez-vous le 7 août au plus haut point de La Plagne pour une journée qui s'annonce pleine de surprises. Entre structures gonflables et ateliers créatifs, ne manquons pas l'exposition de voitures anciennes en matinée. Les commerçants nous attendent aussi avec leur braderie et marché artisanal. Alors que le soleil décline, les notes s'envoleront lors du Live musique à 19h. Gardons la tête haute à 22h pour admirer le feu d'artifice, cerise sur le gâteau.

## AMBIANCE FAR WEST À PLAGNE VILLAGE

Le 11 août, Lucky Luke n'a qu'à bien se tenir ! Rendez-vous à 10h sur le front de neige pour le lancer de fers à cheval et de bottes de paille. On rebondit entre-temps sur les structures gonflables, le rodéo dingo et mécanique. Admirez les pas de nos jeunes cow-boys à la mini-disco spéciale Far West (11h, 14h et 17h), et rejoignons-nous l'après-midi pour tester les jeux en bois, molkky, montagne challenge et lancer de hache.

## ET ON ALLUME LE FEU À PLAGNE CENTRE

Enfin, le 15 août, on se retrouve du côté de Plagne Centre pour profiter des structures gonflables, activités ludiques diverses et le soir pour le feu d'artifice. Alors, ça Plagne pour vous ?! (C.B.)

🚩 On August 4, 7, 11 and 15 the different sites of Plagne Altitude organise a festive day to the delight of young and old. On the programme : wooden games and logging on August 4, inflatable structures and creative workshops as well as a craft market on August 7, rodeo and Far West animations on August 11, and inflatable structures, fun activities and fireworks on August 15.



## LA PLAGNE EN FÊTES..

- Le 04/08 à Plagne Aime 2000
- Le 07/08 à Belle Plagne
- Le 11/08 à Plagne Village
- Le 15/08 à Plagne Centre

Office de tourisme de La Plagne Altitude  
+33 (0)4 79 09 02 01

## EN +

## MARDI 02/08

Les jeep Willys miniatures  
Les enfants (3 à 10 ans) pourront conduire une réplique miniature de cette emblématique voiture.  
10h-12h et 13h30-18h • Plagne Village

## LUNDI 08/08

Les Crétins des Alpes  
Spectacle en plein air déjanté et ode à la Savoie  
Place du Perrière • Plagne Centre  
18h (repli salle Belle Plagne à 20h30 si mauvais temps)

LES MARDIS  
JUSQU'AU 24/08

Marché des artisans  
De 9h à 18h • Belle-Plagne

## LES JEUDIS

Visite de la piste de bobsleigh  
Un équipement unique en France !  
Jusqu'au 25/08, de 14h à 16h • Gratuit

Office de tourisme  
La Plagne Altitude  
+33 (0)4 79 09 02 01



## LA PLAGNE TAPIS VERT POUR GLOBULES ROUGES

Capable d'accueillir les plus grandes équipes, avec ses normes internationales, le nouveau stade de foot et de rugby de La Plagne s'adresse aussi au grand public. Des stages multiactivités sont organisés tout l'été pour les 6-12 ans.

Savez-vous que le gazon de la pelouse de Ligue 1 doit être haute de 2,5 à 2,7 cm, pour que le ballon roule plus rapidement? Et que les jardiniers du stade de foot et de rugby de La Plagne sont aux petits soins chaque semaine pour son bon entretien? «La volonté, c'est de se diversifier et d'associer cette image de sport de haut niveau à la saison estivale», explique Rémi Counil, directeur de la station. Le stade a été livré l'été dernier, et tout un réseau d'équipements a été mis en place en parallèle (salle de musculation, salle de fitness...) pour accueillir des stages d'oxygénation ou de cohésion. À l'image de l'AS Saint-Etienne, venue début juillet.

### LA PLAGNE SPORT ACADEMIE POUR LES PETITS

Pour faire vivre cet équipement durant l'été en dehors de la venue des pros, des stages multi-sports sont proposés aux 6-12 ans en demi-journée les mardis, mercredis, jeudis et vendredis, jusqu'au 26 août. Découverte du foot, du rugby, du base-ball ou hockey-sur-gazon (pour les sports co), ainsi que course d'orientation, badminton, soft archery, sont entre autres au programme. Avis aux graines de champion! (E.R. & C.B.)

✚ The rugby and football stadium of La Plagne welcomes professional players and young athletes for their annual altitude acclimatisation course. Until August 26, several multi-sport courses are proposed open to children between 6 and 12 years old.

Stages La Plagne Sport Academie pour les 6-12 ans :  
50€ les 4 séances du mardi au vendredi.  
Encadrement par un moniteur diplômé.  
Inscriptions à l'office de tourisme :  
+33 (0)4 79 09 02 01.

## LA PLAGNE MUSI'PLAGNE DES VOIX À LA MONTAGNE



BON ENTEDEUR



LA BRINGUE

© Photos : Romain Rigal / DK

Tous les mercredis cet été, venez vibrer aux concerts de Musi'Plagne, qui propose différents genres musicaux (musique populaire, intemporelle, classique, jazz) avec tout type d'artistes connus, en vogue ou d'un soir. Cinq dates sont encore programmées en août : rendez-vous à 16h le 3 (Bon Entendeur DJ Set) et le 17 août (La Bringue-Fanfara électro), et à 18h30 les 10 (Jazz 5), 24 (Francis Tropini) et 31 août (La Quintette de Mozart) pour découvrir ces artistes, à chaque fois dans un lieu différent. À vos tympanes, prêts? Envoyez la musique! (L.J.)

✚ The festival Musi'Plagne is back for the second following year with a different concert every Wednesday. Not less than 5 live concerts are proposed in August.

### MUSI'PLAGNE

Les 3, 10, 17, 24 et 31 août  
Gratuit • www.la-plagne.com



## ATELIERS DE SENSIBILISATION

*Ca coule de source!*

Parce qu'elle est notre principale source de vie et que notre rôle de protection à son égard est essentiel, La Plagne a décidé de mettre l'eau à l'honneur. Tous les mardis, les différents sites de la station reçoivent des ateliers de sensibilisation aux micropolluants dans l'eau. Comment utiliser des produits non nocifs dans notre quotidien afin de préserver cette ressource si précieuse? Lors des différents ateliers, on nous proposera même de fabriquer notre propre produit naturel. (C.B.)

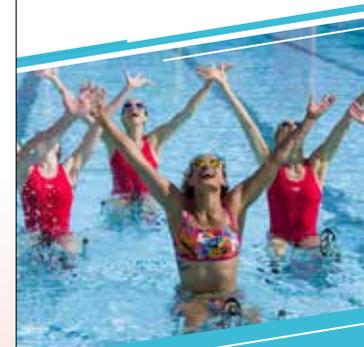
✚ Every Tuesday, during one month, the different sites of La Plagne propose awareness workshops on micropollutants in water. On August 2 you can even visit the wastewater treatment plant.

Les mardis de 17h à 19h - Gratuit  
• 02/08 - Plagne Centre à 17h + visite station d'épuration 14h  
• 09/08 - La Côte d'Aime • 16/08 Montchavin-les Coches  
Infos et inscriptions auprès de chaque office de tourisme  
www.la-plagne.com

À 2000 MÈTRES D'ALTITUDE  
VENEZ PROFITER D'UNE EAU À  
30°C ET D'UN JACUZZI À 34°C



LIGNE D'EAU  
2 SAUNAS  
AQUABIKE  
AQUAFORME



DU 02/07/2022  
AU 28/08/2022

Renseignements :  
[www.moncentraquatique.com](http://www.moncentraquatique.com)  
ou sur la page Facebook

Évacuation des bassins  
1/2h avant fermeture

PISCINE DE PLAGNE  
BELLECOTE  
+33 (0)4 79 09 05 89



GRATUIT

## TOUS À L'EAU!

ATELIERS DE SENSIBILISATION  
AUX MICROPOLLUANTS DANS L'EAU

À DÉCOUVRIR  
EN FAMILLE

### ATELIER LUDIQUE ET CONVIVAL POUR

Tout comprendre sur  
le cycle de l'eau

Prendre conscience de notre rôle  
et de notre influence

Mettre en œuvre des  
gestes simples pour protéger la ressource



### AU PROGRAMME

Découverte du cycle de  
l'eau à La Plagne  
Test de recettes de  
produits naturels

INFOS & INSCRIPTIONS DANS  
VOTRE OFFICE DE TOURISME

TOUS LES  
MARDIS  
17H-19H

[www.la-plagne.com](http://www.la-plagne.com)

12/07 - Champagny-en-Vanoise  
19/07 - Plagne Bellecôte • 17h  
+ visite station d'épuration • 14h  
26/07 - Plagne Montalbert  
02/08 - Plagne Centre • 17h  
+ visite station d'épuration • 14h  
09/08 - La Côte d'Aime  
16/08 - Montchavin - les Coches

En partenariat avec



# ICI, EN MONTAGNE



## AVEC VOUS.

Banque de proximité, le Crédit Agricole des Savoie se mobilise et vous accompagne avec ses 47 agences en montagne et son pôle d'expertise Tourisme.

Cet été, profitez des activités de montagne avec nous.

AGIR CHAQUE JOUR DANS VOTRE INTÉRÊT  
ET CELUI DE LA SOCIÉTÉ



DES SAVOIE

Caisse Régionale de Crédit Agricole Mutuel des Savoie, société coopérative à capital variable, agréée en tant qu'établissement de crédit, dont le siège social est situé à Annecy - PAE Les Glaisins - 4 avenue du Pré Félin - Annecy le Vieux - 74985 Annecy cedex 9 - 302 958 491 RCS Annecy - code APE 6419 Z. Garantie financière et assurance de responsabilité civile professionnelle conformes aux articles L 512-6 et L 512-7 du Code des Assurances. Société de courtage d'assurance immatriculée au Registre des Intermédiaires en Assurance sous le n° 07 022 417.10/2020. Titulaire de la carte professionnelle transactions, gestion Immobilière et syndic n° CPI 74012021 00 000 077 délivrée par la CCI de Haute-Savoie bénéficiant de garantie financière et assurance responsabilité civile professionnelle délivrées par CAMCA 53 rue de la Boétie 75008 PARIS.

Conception et réalisation : Crédit Agricole des Savoie. Crédit Photo : AdobeStock. 06/2022.

## LA PLAGNE

# Le paradis du 2 roues

La Plagne a une place de choix dans le cœur des vététistes, où néophytes et aguerris peuvent s'offrir un moment de bonheur et d'adrénaline à leur portée. Présentation du bike park et... du nouveau challenge de l'été !

Chaque été, les amoureux de VTT se donnent rendez-vous sur les pistes du bike park de La Plagne, situé entre forêts et sommets rocaillieux, pour s'offrir une descente faite de virages relevés, de modules et de sauts. Les pistes vertes (3) ou bleues (5) moins techniques attendent les apprentis riders, tandis que les deux pistes rouges et la piste noire procureront des sensations fortes aux plus téméraires.

Côté pratiques dites alternatives, 9 itinéraires dédiés au VTT enduro sont proposés sur le domaine, dont la Dré Val qui cumule 1100m de dénivelé négatif ! Le VTTAE, star montante du 2 roues, n'a pas été oublié avec ses 10 itinéraires et même des E-spots, des zones ludiques pensées spécialement pour le VTT électrique à la montée comme à la descente.

### NOUVEAU : LE TROPHÉE BIKE PARK LA PLAGNE !

Challenge virtuel et gratuit (une fois muni de son forfait pour accéder au domaine), il permet de défier le chrono sur la mythique piste Redskins à Plagne Centre. Après avoir connecté son smartphone ou sa montre GPS à Strava, il suffit de descendre la piste le plus vite possible et l'application se charge d'enregistrer le temps et le classement en temps réel. En fin de saison, des cadeaux récompenseront les mieux classés. Alors à vos vélos, et recommencez autant de fois que vous le souhaitez ! (R.C.)

✦ We present you the bike park of La Plagne, open 7 days a week, with its 11 Downhill mountain bike tracks (3 green, 5 blue, 2 red and 1 black) accessible thanks to the chair lifts Colorado, Colosses and Bergerie, but also 9 Enduro mountain bike tracks, and 10 itineraries for electrically assisted bicycles. New is the free and virtual challenge on the mythical piste Redskins in Plagne Centre.



### TARIFS

- 1 remontée = 8€
- 2h de bike park = 15€
- 1 jour La Plagne = 22€  
(18€ pour les 5-12 ans)
- 1 semaine La Plagne = 47€  
(38€ pour les 5-12 ans)
- Saison = 105€



© Photos : Mann Mollé - Vojty/Paull Humbert



### BIKE PARK DE LA PLAGNE

Ouvert 7j/7 jusqu'au 28 août

Accessible depuis Plagne Centre ou Plagne Bellecôte  
(via les Colosses, la Bergerie ou Colorado - de 9h à 17h40)

+33 (0)4 79 09 02 01 / [www.la-plagne.com](http://www.la-plagne.com)

<https://tropheebikeparks.com/laplagne2022>

KORALP

SPACE  
FITTERS

SOLUTIONS DE STOCKAGE  
SÈCHAGE SUR-MESURE

K-STOKDRY-A -  
SÈCHE-CHAUSSURES MURAL



#### ESPACE OPTIMISÉ

Un maximum de technologies dans un minimum d'espace pour une robustesse à toute épreuve.

#### FACILE À UTILISER ET À ENTREtenir

- Ventilation en partie haute
- Système de fixation murale intégré.
- Système de ventilation à air chaud pour un séchage rapide.
- Agencement modulable à loisir : chaussures, gants...

Vente en ligne :

[www.koralp.com](http://www.koralp.com)

Produits français  
Production 100%  
régionale



© Photos : DR

### MONTCHAVIN-LES COCHES

## LES TEMPS FORTS D'AOÛT

L'heure est à la déconnexion et au bon temps. Et pour occuper ses journées, se faire plaisir et partager des moments fédérateurs de souvenirs, il n'y a qu'à piocher parmi le panel de possibilités dont regorge la station de Montchavin-Les Coches. Parmi celles-ci, trois événements ont retenu notre attention.

#### UN CONCERT ?

Oui, mais en pleine nature! Mercredi 3 août, le trio électro français Bon Entendeur DJ Set ravira nos oreilles de sa musique entraînante et un soupçon nonchalante. Cette prestation sera sublimée par son cadre : le départ du téléphérique du Vanoise Express et sa vue vertigineuse sur la vallée de Rosuel. Laissons alors notre esprit s'évader, guidé par les mélodies du groupe, à l'instar de ses tubes « Le temps est bon » ou « L'amour »... Le ton est donné!

RDV à 16h, accès gratuit.

#### UNE ENVIE DE SE RAFRAÎCHIR ?

Le mercure grimpe? Tous à ses maillots et place au Splash day : une journée délirante autour de l'eau, marquée par une bonne humeur insubmersible. Ventrigriss, bateau Mississippi, Skimboard, bataille d'eau et pêche aux canards pour les plus petits, tout est prévu pour s'éclater. Le mardi 9 août, le soleil sera notre allié pour des vacances hautes en couleur.

RDV aux Coches, accès libre de 11h à 18h.

#### BESOIN DE SE DÉPASSER ?

Attention, avalanche de têtes brûlées! Le mardi 16 août, le Street bike by Evolution 2 est la course pour les bikers qui découvriront les joies de rider du gazon au béton! En relais, les binômes déferleront dans les ruelles de Montchavin pour faire le plus de boucles possibles, lors de cette course aux allures des 24 heures du Mans. (C.K.)

Courses enfants, ado, adultes. Epreuve par équipe de 2.  
(Tarif 2 x 5€). Inscriptions : Evolution 2 Montchavin  
+ 33 (0)4 79 07 81 85

✚ Three unmissable events are programmed in August : a live open air concert by the French trio Bon Entendeur on August 3, the refreshing Splash Day with ventrigriss and skimboard on August 9, and the Street Bike relay race in the streets of Montchavin organised by Evolution 2 on August 16.



Concert de Bon Entendeur le 03/08  
Splash Day le 09/08 • Street bike le 16/08  
Infos + 33 (0)4 79 07 82 82

## 4 SAISONS

RENCONTRE



## RÉMI BONJEAN

### Des tropiques aux glaciers

Montpelliérain d'origine, Rémi a écumé les océans avant de troquer ses palmes pour les skis il y a un peu plus d'un an. Rencontre avec ce moniteur de plongée et maître-nageur à la bonne humeur communicative.

#### Comment es-tu arrivé à Montchavin-les Coches ?

J'ai vécu pendant 15 ans en Martinique, où j'étais moniteur et gérant de ma société de plongée. En 2010, j'ai voulu retourner en métropole près de ma famille et de ma fille aînée qui était partie étudier là-bas. Je suis revenu d'abord à Nantes, puis j'ai sauté le pas pour venir travailler à l'Espace Paradisio à Montchavin-les Coches.

#### Pourquoi ce choix ? La Martinique et La Plagne, ce n'est pas le même climat...

Habiter à la montagne, c'était pour moi un rêve d'enfant que je ne pensais plus vraiment réaliser quand l'occasion s'est présentée. Mes filles volaient de leurs propres ailes, et le poste de coordinateur aquatique me plaisait, avec une équipe à taille humaine qui correspond à la façon dont j'aime travailler : j'ai foncé ! Je ne regrette pas un instant, je suis au paradis depuis que je suis arrivé.

#### Qu'est-ce qui t'a fait rester à l'année ?

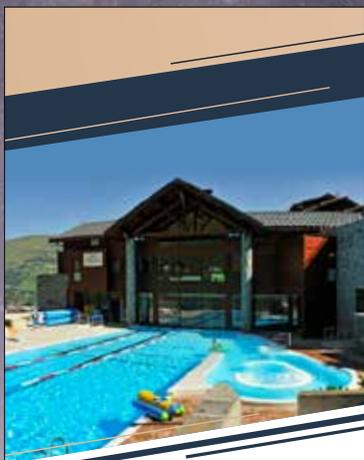
J'aime vivre en pleine nature, avec des saisons bien marquées. Le paysage se métamorphose complètement. Je peux partir de chez moi pour faire du vélo, du trail... et mon cadre de travail est extra

aussi. En hiver, l'Espace Paradisio est sur les pistes... Je peux aller skier pendant ma pause, et revenir au boulot skis aux pieds, je trouve ça incroyable!

#### Qu'est-ce que tu aimes ici ?

Je suis à fond dans le sport, donc entre le vélo, le ski, le trail, les raquettes, il y a de quoi faire! La nature offre aussi un vrai spectacle : la végétation qui renaît et les sommets où la neige fond petit à petit au printemps, les versants qui deviennent multicolores à l'automne... L'été, l'ambiance est festive avec les jours qui rallongent, et la chaleur bien plus supportable qu'en Martinique! La vie ici correspond à une approche que j'avais décidé d'adopter : on prend le temps de vivre au rythme de la nature. (S.R.)

✚ Originally from Montpellier, Rémi, lifeguard and diving instructor, swapped the oceans for the mountains. For 15 years, he worked in Martinique managing his diving school. In 2010, he came back to France to be closer to his family. He realises his childhood dream by working for Espace Paradisio in Montchavin-Les Coches. The mountains are his new playground. His new life in this amazing setting corresponds completely with what he was looking for!



**ESPACE  
PARADISIO**  
Le Paradis Aquatique de Montchavin La Plagne



© Photos : P. Royer

DU 18/06/2022  
AU 11/09/2022

Renseignements :  
[aquaplagne.fr](http://aquaplagne.fr)

**PISCINE DE LA PLAGNE  
MONTCHAVIN  
LES COCHES**  
+33 (0)4 79 09 33 20

## MONTCHAVIN-LES COCHES

11 & 18  
AOÛT

### Des étoiles plein les yeux

Le nez en l'air! Un essaim de météores s'abat sur la Terre, pour notre plus grand émerveillement ! Rendez-vous les jeudis 11 et 18 août pour deux soirées d'observation, entre étoiles filantes et constellations.

Si mars est réputé pour ses giboulées, août n'est pas en reste. Chaque année, ses nuits sont animées de ces pluies d'étoiles filantes, les Perséides, véritable spectacle céleste aussi enchanteur qu'éphémère. Et pour les admirer, optons pour des places de choix : au cœur de la montagne, sur le plateau de Plan Bois. Ce décor est parfait pour se couper de toute pollution lumineuse et se plonger ainsi dans l'ambiance d'une soirée à l'ambiance trappéur. Feu de bois, contes du ciel, décryptage des étoiles au télescope avec l'astronome : pas de doute, ces soirées promettent d'être magiques... (C.K.)

✠ We meet on Thursday, August 11 at 8pm and on Thursday, August 18 at 8pm on the plateau Plan Bois for two observation evenings, between shooting stars and constellations. For free, subscriptions at the tourist office.

**PLUIE D'ÉTOILES**  
À 20h - Plateau de Plan Bois - Gratuit - Nombre de places limité  
Prévoir une tenue chaude - Inscriptions à l'office de tourisme  
+ 33 (0)4 79 07 82 82

© Chara Fromania

## MONTCHAVIN-LES COCHES

25  
AOÛT



© Yann Lamaison

### RAMASSAGE DES DÉCHETS *C'est du propre !*

Profiter des vastes espaces naturels est un des purs plaisirs que la montagne nous réserve. À condition qu'il ne soit pas gâché par des déchets échoués çà et là. Pour y remédier, Montchavin-Les Coches organise une action de ramassage le samedi 25 août. Une virée en montagne combinée à une bonne action, ou comment mêler l'utile à l'agréable en une leçon !

À l'occasion de nos virées sur les sommets, il n'est pas rare de tomber sur des bouteilles plastiques, emballages ou autres déchets qui viennent noircir le paysage et refroidir l'ambiance. Cela dit, il semblerait que l'heure soit à la prise de conscience, au vu des multiples actions de sensibilisation menées par divers acteurs de montagne, à l'instar de l'office de tourisme de Montchavin-Les Coches. Le 25 août, il nous donne rendez-vous pour un nettoyage station en matinée, parrainé par l'association Mountain Riders, suivi d'un repas champêtre et d'un après-midi festif.

Initiatrice d'opérations ayant pour vocation de prendre soin de nos montagnes, Mountain Riders soutient ainsi les entités locales à démultiplier ces journées en les guidant quant à leur organisation. Yann Lamaison, du service communication de l'association, nous explique qu'il s'agit de faire évoluer nos pratiques, de prendre conscience des comportements en montagne tout en continuant à la pratiquer et à en profiter. Elle va même plus loin en agrégeant à ces actions d'autres outils de sensibilisation, permettant ainsi de prendre le problème à sa source, en limitant la production de

déchets à leur base. En effet, pour réduire la quantité de débris abandonnés, limiter leur consommation et identifier leur origine facilite la chose.

Ainsi, sur une année et sur l'ensemble du territoire national, ce ne sont pas moins de 7,5 tonnes de déchets qui ont été récupérées lors de 55 journées et par 3000 volontaires, et dont 40% sont d'origine plastique, ce qui encourage toujours à en limiter son recours. Alors, si toutefois la fièvre du nettoyage ne nous quittait plus, il est à noter que la station des Arcs organise elle aussi une journée de ramassage d'ampleur le samedi 3 septembre. (C.K.)

✠ Montchavin-Les Coches organise the annual waste collection on Saturday, August 25. Sponsored by the association Mountain Riders, the day continues with a convivial meal and a festive afternoon for all volunteers! Over a year and throughout the national territory, no less than 7.5 tons of waste were collected during 55 days and by 3,000 volunteers, and of which 40% is of plastic origin. Les Arcs organise its waste collection day on Saturday, September 3.

### JOURNÉE DE RAMASSAGE

Ramassage de 10h à 12h. Repas offert aux participants.  
Suivi d'un après-midi festif  
Infos et inscriptions : +33 (0)4 79 07 82 82  
[www.la-plagne.com/montchavin-lescoches](http://www.la-plagne.com/montchavin-lescoches)  
[www.mountain-riders.org](http://www.mountain-riders.org)





## LA PLAGNE MONTALBERT

### PARCOURS ALPIN EN FAMILLE

# Esprit de cordée

Voilà une activité tout indiquée pour faire ses premiers pas en alpinisme : le parcours alpin proposé par les guides de Montalbert. Le rendez-vous est donné à Notre-Dame-du-Pré pour une approche en douceur et en famille du monde vertical.

Pour certains, la montagne s'apparente à un milieu hostile, pour d'autres, il s'agit d'un espace d'aventure où les rêves prennent forme... Pour nous aujourd'hui, c'est l'occasion de découvrir cette notion si chère aux alpinistes : l'esprit de cordée!

C'est Olivier Etienne qui a plus d'une corde à son arc (guide de haute montagne, moniteur de ski et directeur du Bureau des guides de Montalbert) qui nous attend avec tout l'équipement adéquat pour cette découverte. « L'idée est de renouer avec les débuts de l'alpinisme, explique-t-il. Ici, sur ce parcours, on apprend les techniques de base en cordée et les valeurs essentielles d'entraide et d'attention à l'autre. » Joignant le geste à la parole, il nous encorde en deux temps trois mouvements et nous commençons doucement le parcours.

Marcher en cordée impose une attention de tout instant à ses compagnons derrière et devant, mais rassurez-vous, vous aurez le temps d'admirer la vue splendide sur la vallée. On progresse petit à petit sur une large arête, Olivier dégainé ses degaines, l'assurage se fait en mouvement avec des points de protection

sur toute la cordée. Malgré la hauteur, on se sent en sécurité... même quand on doit enjamber une belle faille entre deux rochers ou se glisser dans un trou en mode « spéléo »!

Pour finir cette balade grimpante ludique en apothéose, une belle surprise nous attend : une jolie tyrolienne avec atterrissage au milieu de la verdure. Très accessible techniquement (dès 6 ans), cette première approche est idéale pour tous ceux qui veulent avoir leurs premières sensations d'alpinisme.

Test réalisé par Céline Leclaire.

🇬🇧 The alpine itinerary proposed by the mountain guides of Montalbert is ideal to get started in the mountaineering discipline. On this course in Notre-Dame-du-Pré, the participants learn the basic rope techniques and the essential values of mutual aid, with a nice surprise at the end : a zipline! Technically accessible as from 6 years old, this first approach is ideal for all those who want to have their first mountaineering sensations.



« J'ai appris ce qu'était l'esprit de cordée : le principe c'est que tout le monde assure tout le monde. Ce que j'ai préféré, c'est la tyrolienne et le passage spéléo dans la grotte ! »

Capucine (11 ans)



### PARCOURS ALPIN À NOTRE-DAME-DU-PRÉ

Avec le bureau des guides de Montalbert  
 Accessible aux enfants dès 6 ans  
 (accompagné d'un parent)  
 Durée 2h30 - Tarif 41€/pers.  
 (dégressif si Duo ou Tribu)  
<https://guidesmontalbert.com>  
 +33 (0)4 79 09 63 94 ou +33 (0)6 16 61 74 38

## LA LÉCHÈRE

### SPA Ô DES LAUZES

# On le dit Ô et fort !

Il est un endroit préservé du côté de La Léchère qui nous promet évasion et détente.

Bienvenue au Spa Ô des lauzes, plus grand Spa d'eau thermale de Savoie avec ses bassins à thème, ses jacuzzis intérieur et extérieur, ses cabines privées de massage, de soins spécifiques et variés comme les enveloppements à l'argile par exemple. Fermons les yeux du côté des 2 saunas, 2 hammams et solarium et la sérénité devient totale. Et entre deux passages dans les bassins, l'espace Fitness nous ouvre ses portes : tapis marche/course, plateformes oscillante Sismo fitness, rameurs, vélo elliptique... Après l'effort, le réconfort, direction le bar à cocktails, boissons chaudes et mocktails qui nous accueille pour une pause bien méritée. Rien n'est laissé au hasard pour se sentir bien. (C.B.)

🇬🇧 Welcome to the Spa Ô des lauzes, the biggest thermal water spa in Savoie with its themed pools, indoor and outdoor jacuzzis, private massage cabins, specific and varied treatments, but also 2 saunas, 2 hammams and solarium, and a fitness area. A real haven of peace!

### Ô DES LAUZES

À La Léchère-les-Bains  
 +33 (0)4 79 22 44 16  
[www.lalechereslesbains.com](http://www.lalechereslesbains.com)





## FESTIVAL

15 ▶ 18  
AOÛT

# Les enfants sont à l'honneur !

**Du 15 au 18 août, les enfants sont rois à La Plagne Montalbert et ne savent plus où donner de la tête entre les différents ateliers proposés. Le Festoche des Mioches revient pour la 6<sup>e</sup> fois avec son lot de surprises... On a qu'une seule envie, c'est de retomber en enfance.**

Voici venu le temps des rires et des chants, disait un célèbre personnage coloré. On aurait en effet pu nommer ce festival, l'Ile aux enfants ! D'autant plus que la station vient d'obtenir le label Famille Plus, montrant un peu plus son investissement permanent pour les familles. « Ainsi, ce Festoche des Mioches prend tout son sens ici, devenant l'évènement phare de l'été » nous dit Christopher Diericx, directeur de l'office de tourisme.

### MAGIE, MAGIE ET VOS IDÉES ONT DU GÉNIE

Parce que le rêve cueille facilement les enfants, autant leur mettre des étoiles plein les yeux. Du mardi au jeudi, des ateliers gratuits de magie sont organisés (10h30-11h30) devant l'office de tourisme (sur inscription 6-12 ans). Et le mercredi à 21h, en salle Little Zénith, nous assistons à un spectacle de magie/mentalisme.

### QUEL CIRQUE !

À tous les funambules ou clowns en herbe, on se donne rendez-vous tous les jours (9h-12h) en salle Little Zénith, pour tout apprendre sur les coulisses de ces métiers d'artistes (jonglerie, équilibre, acrobaties...). Et mardi à 20h30, le spectacle de cirque du Kastelane Show fait jongler nos émotions en salle Little Zénith. Enfin le jeudi à 18h, nos acrobates en stage toute la semaine mettent la théorie en pratique et font leur spectacle sous le regard ébahi des parents.

### ET D'AUTRES SURPRISES PEUPLENT LES RUES...

Pour une fois, il fera bon être un peu dans la lune. Du lundi au mercredi, de 14h à 17h, au départ du télécabine, l'atelier Fusées à poudre nous offre la possibilité de fabriquer notre propre fusée. Et tous les jours, la rue piétonne accueille le Chantier des Mioches et des jeux en bois. Devant l'office de tourisme, tous les jours de 15h à 18h, l'atelier Bois pour tous nous apprend à fabriquer des créations en bois, de quoi faire un cadeau original à ses proches ou tout simplement décorer son intérieur. Enfin, la semaine se termine en beauté le jeudi à 19h, avec la Barbecue Party et le concert de Sugar Lady devant la télécabine, où les enfants pourront donner de la voix. La semaine promet de belles surprises, tout est bien qui commence bien ! (C.B.)

For the 6<sup>th</sup> following year, La Plagne Montalbert organises the event Le Festoche des Mioches from August 15 to August 18 with numerous activities: free magic workshops from Tuesday to Thursday from 10.30am to 11.30am in front of the tourist office, a circus course at the town hall Little Zénith every day from 9am to 12am, a magic/mentalism show on Wednesday, a magic show on Tuesday, space rocket workshops from Monday to Wednesday from 2pm to 5pm, wooden games, and a barbecue party and concert by Sugar Lady to end the week in beauty!

## LA PLAGNE MONTALBERT



**LE FESTOCHE DES MIOCHES #6**  
Office de tourisme La Plagne Montalbert  
+33 (0)4 79 09 77 33



## COURSE

# LA PRAJOURDANE

NOUS DONNE LA MARCHÉ À SUIVRE !

Il est temps de ressortir ses chaussures de training ! Rendez-vous le 9 août à la Plagne Montalbert, pour vivre la 26<sup>e</sup> édition de la Prajourdane, course à pied mythique et emblématique de la station.

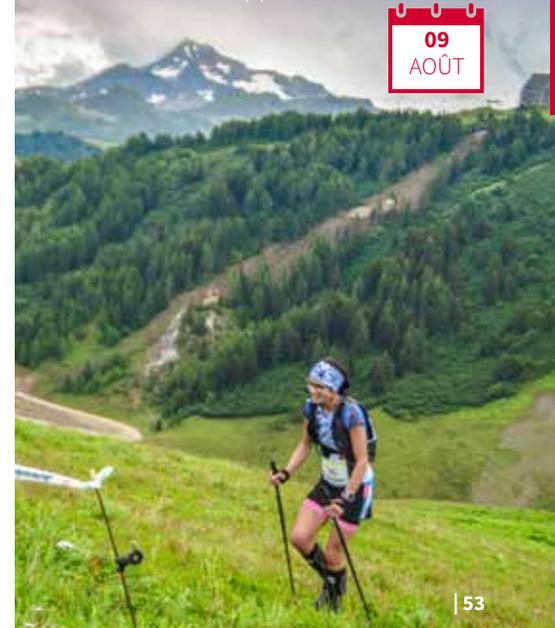
Aucun besoin d'être un traileur quotidien pour participer à cette course conviviale qui traverse des sites à couper le souffle. À pied ou en courant, l'important c'est de participer et de parcourir les 9,5km de tracé pour 600m de dénivelé. Départ à 1350m d'altitude, à 9h15, devant l'office de tourisme pour marcher (ou courir) ensuite au milieu des forêts ombragées sur le sentier du Bief Bovet. L'arrivée se fait sur le plateau du Fornelet qui nous offre une vue imprenable sur le Mont-Blanc. À midi, la récompense est de mise avec la remise des prix et l'apéritif en alpage, et enfin la « polenta party ». Le retour se fera ensuite en télécabine pour laisser nos muscles se remettre d'aplomb. Retenons la date et pas question de laisser courir l'évènement ! (C.B.)

La Plagne Montalbert welcomes the 26<sup>th</sup> edition of the mythical running event La Prajourdane on August 9 as from 9.15am : 9.5km with an altitude difference of 600 metres.

**LA PRAJOURDANE**  
Départ 9h15

Inscription + T-shirt + Repas : 19€ / Enfant -10 ans: 13€  
Repas seul : 16€ / Adhérent APM : 10€  
(limité au propriétaire et son conjoint).  
Office de tourisme La Plagne Montalbert  
+33 (0)4 79 09 77 33

09  
AOÛT





ROULETTE ANGLAISE  
BLACK JACK  
ROULETTE ÉLECTRONIQUE  
MACHINES À SOUS

ROULETTE ÉLECTRONIQUE  
MACHINES À SOUS  
11H - 3H  
BLACK JACK  
20H30 - 3H



Casino  
des 3 Vallées

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

L'Héliantis  
Restaurant du Casino  
Midi et soir sauf le lundi



+33 (0)4 79 72 86 14  
www.casinodechallesleaux.com  
Le New Castel Casino @ le\_new\_castel\_casino  
229, Avenue Louis Domenget, CHALLES-LES-EAUX

Jouer comporte des risques : endettements, dépendance... Appelez le 09 75 74 13 13 (appel non surtaxé)  
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération  
Licence 1 : 1-1092061 / Licence 2 : 2-1092062 / Licence 3 : 3-1092063

## LA PLAGNE MONTALBERT

# Y'A DE QUOI FAIRE !

Sous ses airs de petit village tranquille, La Plagne Montalbert a plus d'un tour dans son sac et regorge d'activités en tout genre. Du culturel au familial en passant par le sportif, voici un petit aperçu...

### À L'AVENTURE !

Et si on testait de nouvelles activités ? Sur le nouveau E-Spot de Montalbert, accessible par la télécabine ou par un sentier balisé, les pilotes pourront prendre en main leur VTTAE sur les virages relevés et autres bosses avant de se frotter aux nombreux itinéraires balisés. Si on est plutôt 4 roues, le déval'kart est à tester : ce drôle de petit engin permet de dévaler les pistes et de s'essayer au slalom en été... Fous rires garantis !

### KID'IT MIEUX ?

On pourrait appeler La Plagne Montalbert le paradis des familles tant il y a d'activités à faire en tribu ! On peut commencer par le sentier pédagogique de la biodiversité pour se balader et découvrir les alentours. Grâce aux jeux et aux panneaux explicatifs, petits et grands pourront en apprendre plus sur la biodiversité, la faune et la flore de façon ludique. Deux circuits sont au départ du parking de Chaillet, adaptés aux niveaux maternelle et primaire. Après cette balade d'1,5km, si on se faisait un petit plongeon ? Direction le Montal'Splash ! Ce toboggan géant de 125m est un éclat de fraîcheur près de la télécabine de Montalbert, à consommer sans modération. En fin de journée, direction le Club des Champions et ses nombreuses animations.

### ACTIVITÉS D'ART

La culture aussi a sa place à Montalbert ! Inauguré l'été dernier, le sentier land'art de la Superga est un incontournable au départ de Longefoy. Au fil du sentier, nature et art ne font qu'un pour former des œuvres d'art singulières. Reste plus qu'à ouvrir l'œil pour ne rien rater ! Parfois, pour mieux saisir l'essence d'un art, mieux vaut être bien accompagné... Les visites sensorielles de la chapelle de Montgésin plongeront les curieux en immersion dans le monde du baroque en faisant appel à tous leurs sens. (S.R.)

La Plagne Montalbert propose nombreuses animations and activities for the entire family : electrically assisted mountain bikes to be used on numerous marked MTB trails, the déval'kart to hurtle down the slopes, a botanical pathway of 1,5km departing the parking Chaillet, the giant waterslide Montal'Splash for a refreshing break, the land'art pathway departing Longefoy, a sensory visit to the baroque chapel of Montgésin,... and so much more !



LA PLAGNE MONTALBERT  
+33 (0)4 79 09 77 33 • www.la-plagne.com



© Photos : Ambroise Abondance

PARADISI

LES ARCS / BOURG-SAINT-MAURICE

PEISEY-VALLANDRY

LA PLAGNE / ANNE

ALENTOURS

GUIDE GOURMAND



07  
AOÛT

© OTGP

## UNE JOURNÉE "TRAIL" SPORTIVE

**Amateurs de grandes envolées, préparez votre cardio : les Trails Alpains du Grand Bec sont de retour le 7 août, avec trois formats au choix.**

Entre alpages verdoyants, glaciers millénaires et lignes de crête acérées, Champagny-en-Vanoise est un trésor de Tarentaise et une terre taillée pour le trail, berceau des Trails Alpains du Grand Bec depuis plus de 30 ans. Les 28km pour 1860m de D+ de l'épreuve reine de la Vélière challengeront les plus expérimentés, tandis que le trail du Mont de la Guerre, avec 14,5km pour 1060m de D+, offre un tracé plus accessible au pied d'un sommet mythique. Enfin, ceux qui préfèrent contempler et déguster des produits régionaux plutôt qu'accélérer trouveront leur bonheur sur la randonnée du Grand Bec. Chacun son rythme! (S.R.)

🚩 The Grand Bec Alpine Trails are back on August 7 in Champagny-en-Vanoise with the choice between 28km with an altitude difference of 1860m for experienced trailers, 14,5km with an altitude difference of 1060m at the foot of a mythical summit, or a hike with a tasting of regional products.



### TRAILS ALPINS DU GRAND BEC

Détails et inscriptions sur  
[www.la-plagne.com/rendez-vous/rendez-vous/trails-alpins-du-grand-bec](http://www.la-plagne.com/rendez-vous/rendez-vous/trails-alpins-du-grand-bec)  
+33 (0)4 79 55 06 55

19 > 21  
AOÛT.

## Des sandales qui courent!

**Courir en sandales, ça vous parle ? Inspiré des Indiens Tarahuma, le Trail Pieds Légers de Champagny-en-Vanoise questionne la course à pied telle qu'on la connaît.**

Ici, pas de compétition mais plutôt des sensations. « Le but est de s'amuser et lorsqu'on ne s'amuse plus, on ralentit ou on arrête », souligne Patrick, co-créateur du TPL. Initié à la course naturelle par le livre « Born to Run » de Christopher McDougall, il explique que courir avec des chaussures très légères ou pieds nus limite les impacts sur les articulations et sur les sentiers. En plus des deux trails (5km et 500mD+ ou 12km et 1100mD+, en sandales bien sûr!) la projection du film-documentaire « Genshen » consacré aux Taharuma, un atelier de fabrication de huaraches, sandales mexicaines, et une conférence-débat sur la course naturelle permettront d'échanger et d'apprendre. (S.R.)

🚩 Inspired by the Tarahuma indians, Champagny-en-Vanoise organises a trail on very light shoes or barefoot called Trail Pieds Légers (5km with 500m AD+, or 12km with 1100m AD+) and a film-documentary, workshops and a conference-debate from August 19 to August 21.



### TRAIL PIEDS LÉGERS

Gratuit

Programme et inscription sur  
[www.barefootpat.org/tarahumara/tpl.html](http://www.barefootpat.org/tarahumara/tpl.html)



© Ambroise Abondance

MATTHIEU  
RONDOUIN

## La vie en vert

**Accompagnateur en moyenne montagne (AMM), ambassadeur Be Part of the Mountain du Parc national de la Vanoise et conseiller en transition énergétique... Toutes les activités de Matthieu se complètent avec pour fil conducteur la sensibilisation et la préservation de l'environnement.**

### Quel est ton parcours ?

Après 10 ans en tant que chef de projet dans l'industrie à Nantes, j'ai décidé de changer de vie pour faire quelque chose de plus proche avec la nature et je suis arrivé ici. J'ai passé le diplôme d'AMM, et je suis devenu ambassadeur de la campagne Be Part of the Mountain du Parc national de la Vanoise qui sensibilise au dérangement de la faune sauvage par les activités en pleine nature. Je fais aussi du conseil en transition écologique, en réalisant par exemple le bilan carbone d'entreprises et collectivités pour les aider à transformer leur activité afin de réduire leur impact environnemental.

### Ton entreprise Phene est membre du réseau 1% for the planet. Comment ça marche ?

Le principe consiste à reverser 1% de son chiffre d'affaires à des associations de protection de l'environnement également membres du réseau. Chaque entreprise peut choisir de donner le montant à une ou plusieurs associations. Pour ma part, je soutiens Protect our Winters (POW), Le Tétrás Libre, Odysseus 3.1 et Mountain Riders.

### Pourquoi avoir entrepris cette démarche ?

Déjà, c'est une façon supplémentaire de mettre mon activité au service de mes convictions et de l'environnement. Comme c'est un don, le 1% reversé est défiscalisé. Je vois ça comme une façon de choisir où vont les taxes que je dois payer en tant qu'entreprise. Je sais où l'argent va et pour quoi il est utilisé.

### Un conseil à donner si on veut réduire son impact sur l'environnement ?

L'Ademe (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) a créé un simulateur, « nos gestes climat », qui permet de mesurer son empreinte carbone et de trouver des pistes pour la réduire : ça peut déjà donner une petite idée de sur quoi il faut s'améliorer. Le lien social est aussi primordial. Lorsqu'on se rencontre, qu'on échange, on peut plus facilement mettre en place des actions collectives comme le covoiturage par exemple. (S.R.)

🚩 Matthieu is a mountain guide, Be Part of the Mountain ambassador and energy transition advisor : the common thread is raising awareness and preserving the environment. His company Phene is a member of the 1% for the planet network which consists of donating 1% of its turnover to environmental protection associations that are also members of the network. Matthieu supports the associations Protect our Winters (POW), Le Tétrás Libre, Odysseus 3.1 and Mountain Riders.



[www.phene-outdoor.fr](http://www.phene-outdoor.fr)  
[www.nosgestesclimat.fr](http://www.nosgestesclimat.fr)





©DR

## CENTRON UNE PETITE BASE À LA FRAÎCHE !

Parmi les petits trésors cachés de Tarentaise, le plan d'eau de Centron et sa base de loisirs font partie de ces sites intimistes idéaux pour une pause conviviale et vivifiante. Le mercure grimpe ? Alors, partons à sa découverte !

Alliant fraîcheur et farniente, la base de loisirs de Centron est l'endroit parfait pour une pause relaxante à l'ombre des bouleaux et autres saules pleureurs. Ce charmant petit lac bordé de roseaux bénéficie d'une situation centrale entre Aime et Moûtiers. Barbecues, tables de pique-nique, snack, aire de jeux pour enfants ou encore terrain multisports, il est largement équipé pour satisfaire toutes nos envies d'été. Il est également le point de départ ou d'arrivée de nombreux circuits de sports d'eau vive pratiqués sur l'Isère attenante et de parcours pédagogiques thématiques (botanique, géologie, écologie) nous permettant de nous immerger dans ce cadre verdoyant. (C.K.)

Among the small hidden treasures of Tarentaise, we recommend you the lake of Centron and its leisure base for a convivial and refreshing break situated near the Isère river, the departure and arrival of numerous white water activities.



### BASE DE LOISIRS DE CENTRON

Centron / Aime la Plagne  
ville-aime.fr/montgirod/base-de-loisirs



## ALENTOURS

### TOUS LES CHEMINS MÈNENT AU BAROQUE

Pour sa 31<sup>e</sup> édition, le Festival baroque de Tarentaise a choisi le thème des passages comme fil conducteur. Concerts, conférences et rencontres ponctuent ce rendez-vous artistique de l'été.

Si le festival a commencé depuis le 25 juillet, le meilleur reste encore à venir jusqu'au 14 août prochain. Et qu'on ne s'y trompe pas, il n'y a pas que les grands classiques qui sont mis à l'honneur lors des concerts ! Si Mozart sera de la partie, on pourra aussi entendre des mélodies aux accents gaéliques ou les œuvres de Georg Philipp Telemann. Mais pourquoi le thème « passages » ? Pour Josette-Elise Tatin, présidente de l'association Musique et Patrimoine en Tarentaise qui porte le festival, le choix était évident. La Tarentaise est une terre de passage, frontalière avec l'Italie où est né le baroque. Comme les chemins sillonnent la vallée, le festival explore le baroque sous différents angles, donnant à La aussi bien à la nouvelle scène baroque qu'aux artistes chevronnés. « Comme un symbole, nous avons des artistes cette année qui viennent au festival en empruntant le col du Petit-Saint Bernard », ajoute Josette-Elise. D'Albertville à Val d'Isère, le festival parcourt tout le territoire.

Même à 30 ans passé, le festival se renouvelle en apportant quelques nouveautés à son programme. En plus des concerts, des conférences gratuites viendront ajouter une dimension historique à l'artistique. D'abord le 8 août à Moûtiers pour la conférence « Au pays des passages, les maîtres des cols », animée par Jean-Paul Bergeri, qui explorera la Savoie frontalière au fil du temps, puis le 14 août à Séez pour la conférence « Franchir les Alpes, de la voie impériale des Gaules à la fortune de la Maison de Savoie », de Bruno Berthier. Pour plonger au cœur du festival, les « Coulisses » sont incontournables : une visite patrimoniale animée par un guide de la Facim suivie d'une rencontre privilégiée avec les artistes du concert du jour, comme le 7 août à Peisey-Nancroix. (S.R.)



For its 31<sup>st</sup> edition from July 25 to August 24, the Tarentaise Baroque Festival has chosen the theme of passages as a common thread. Concerts, conferences and meetings punctuate this artistic event. New this year are two conferences with a historical dimension : Jean-Paul Bergeri and the history of the Savoyard mountain passes on August 8 in Moûtiers, and Bruno Berthier and the crossing of the Alps on August 14 in Séez.



### FESTIVAL BAROQUE DE TARENTEISE

Du 25/07 au 14/08

Programme sur [www.festivaldetarentaise.com](http://www.festivaldetarentaise.com)



## L'ODE AUX REGARDS

La 37<sup>e</sup> édition du Salon de peinture, sculpture et photographie de Moûtiers se poursuit en août sur le thème « Regards ». Allons voir !

116 œuvres réalisées par les 55 artistes sont présentées au 37<sup>e</sup> Salon de peinture, de sculpture et de photographie de Moûtiers. Le jury, présidé par le photographe Loïc Rivollet, a livré son verdict à l'ouverture du Salon, récompensant d'un Grand Prix le peintre Walter Ucar (« Complicité »), le sculpteur Hubert Fraticelli (« Regard fixe ») et la photographe Olga Celegato (« Regard de la pluie »). Les prix du public (adulte et enfant) seront décernés à la fin de l'été, alors n'oubliez pas de voter lors de votre visite !

Le Salon fermera ses portes fin août, consacrant sa dernière journée (le 27) à un marché des artistes et un concours « Regards sur Moûtiers », où chaque participant devra réaliser une œuvre dans la journée et dans la ville. Et pour ceux qui auraient la bougeotte artistique, le thème de la 38<sup>e</sup> édition sera synonyme de « Mouvement »... Alors, à vos crayons, pinceaux, ciseaux ou appareils photos, dès maintenant ! (E.R.)

The 37th edition of the painting, sculpture and photography salon of Moûtiers is all about sights. Not less than 110 works of art from 55 artists are exhibited. Until August 27, about 2 000 visitors are awaited at the cultural centre Marius Hudry.



### SALON DE PEINTURE, SCULPTURE ET PHOTOGRAPHIE

Centre culturel Marius • Hudry - Moûtiers

Jusqu'au 27 août • Entrée libre

Du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h (ouvert le 15/08)

Samedi 27 août : « Regards sur Moûtiers »,

concours en ville et marché des artistes

+33 (0)4 79 24 04 23



## Le Carlina Hôtel - Restaurant

COUP DE FOURCHETTE • BELLE PLAGNE

Il est un lieu où la plénitude atteint des sommets lorsque le soleil tire sa révérence. Rendez-vous du côté de Belle Plagne à l'Hôtel\*\*\*\* Le Carlina pour déguster un verre sur l'immense terrasse de 450m<sup>2</sup> bercée par la musique lounge. Et pour les gourmands et gourmets, le restaurant est à tester d'urgence...

### SUNSET TIME

L'été en montagne est souvent synonyme de randonnées, de grand air et parfois même de farniente. On a trouvé the place to be pour profiter plus longuement des derniers rayons de soleil en terrasse. Situé à 2000m d'altitude, l'hôtel-restaurant Le Carlina, qui épouse à la perfection le style architecturale Haute Tarentaise, nous propose de vivre des moments hors du temps en tête à tête avec la Grande Rochette et les Verdens. Tous les jeudis d'août, les notes s'envolent durant les concerts qui font vibrer la terrasse à partir de 18h30. C'est donc le groupe anglais Riff Raff qui a accompagné notre parenthèse enchantée le soir où nous sommes venus. La voix cristalline d'Emma accompagnait, à ce moment, le velours du vin sur notre palais.

### UN TRÈS BEAU « SAVEUR-FAIRE »

Après cette pause désaltérante, la suite de l'histoire n'est pas sans faim. Nous dégustons un risotto façon paëlla accompagné de sa gambas cuites à la perfection qui nous fait voyager jusqu'à Séville tant il est savoureux. Le chef Thibault Schach mêle à merveille esthétique et subtilité des goûts. Du lundi au samedi midi, on se laisse également tenter par la formule barbecue (29€ entrée du jour + grillade du jour et dessert du jour) et le dimanche à partir de 11h, le brunch (25€) est de la partie pour varier les plaisirs.

### POUR TOUS LES GOÛTS

Ici, on ne laisse aucun répit à l'ennui. Tous les jeudis à partir de 17h, un cours de yoga est proposé sur la terrasse pour que la détente devienne un réflexe quotidien. On découvre également la formule originale Barbecue and Spa (39€ accès à l'espace aquatique + formule barbecue) qui allie magnifiquement gourmandise et bien-être. Enfin les adeptes de VTTAE peuvent opter pour la formule à 100€ proposant une location journée avec pique-nique inclus et forfait remontées mécaniques pour découvrir tous les recoins de La Plagne. Il est donc l'heure de découvrir ce lieu unique où le plaisir a élu résidence été comme hiver. (C.B.)

Hôtel\*\*\*\* Résidence Carlina  
Belle Plagne - 73210 La Plagne  
+33 (0)4 79 09 78 46 • carlina-belleplagne.com

🇬🇧 Situated at the foot of the slopes of Belle Plagne at an altitude of 2 000m, the restaurant of the hotel Le Carlina is a haven of peace. Enjoy an exceptional moment outside on the big sunny terrace or inside in the cosy and tastefully decorated dining room. Don't miss the yoga classes on Thursday at 5pm, followed by a live concert at 6.30pm. It's possible to combine a relaxing moment at the wellness area and grilled meat at 39€, or brunch on Sunday as from 11am at 25€.





**- BOUTEILLES -  
100% PET RECYCLÉ  
CONTRIBUE À RÉDUIRE  
L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL**



**BOUTEILLES 100%  
FABRIQUÉES AVEC  
DE PLASTIQUE RECYCLÉ**

100% recyclable  
Trians plus

SAISON PONT BLANC  
SÉLECTION

**EAU MINÉRALE  
NATURELLE**

6x0,5L  
6x1L  
6x1,5L

Convient aux régimes  
pauvres en sodium.

SEAB : Société des Eaux d'Aix-les-Bains  
275, rue Bouchor de la Ripelle - 73100 Grey-sur-Aix

## LA PLAGNE Farto



Plats traiteur faits maison et produits d'épicerie fine de qualité sont rassemblés dans la toute nouvelle boutique du Farto à Plagne Centre. Les meilleurs fromages fermiers d'ici et d'ailleurs sont à retrouver dans cette caverne aux merveilles ainsi qu'un choix raffiné de charcuteries, produits sucrés (miel, confitures, chocolat) et une large gamme de vins comprenant une sélection bio.

Plagne Centre • Galerie les Écrins  
+33 (0)4 79 23 43 56 • [www.farto.fr](http://www.farto.fr)

## PEISEY-VALLANDRY Le Comptoir Savoyard



Épicerie fine, produits régionaux, salon de thé... à Peisey-Vallandry, il est possible de retrouver l'ensemble de ces prestations gourmandes dans un seul et même écrin niché au cœur de la station, Le Comptoir Savoyard. Ici, sans prétention, on « déguste la montagne » comme nulle part ailleurs.

♥ La belle terrasse ensoleillée pour déguster le meilleur de nos montagnes

Service tous les jours de 7h30 à 19h30  
Plan Peisey • Centre commercial du Soleil  
+33 (0)4 79 22 04 55  

## PEISEY-VALLANDRY Le Cœur de Vall



Entre tradition et modernité, on aime l'ambiance cosy et la cuisine revisitée proposée par Floriane et Sébastien, reconnus Maîtres restaurateurs ! Les plats sentent bon le terroir et sont préparés à base de produits frais et locaux. Un incontournable accessible facilement même depuis les Arcs.

♥ Filet de daurade royale, sauce aux baies Mang Tàng & cromesquis au beaufort

✓ Vue panoramique depuis la terrasse



Place principale de Vallandry  
Ouvert 7j/7, midi et soir  
+33 (0)4 79 07 96 59   [lecoeurdevall](http://lecoeurdevall.com)

## MOÛTIERS Les 3 Vallées Café



Une brasserie rapide et délicieusement gourmande + lunchbox à emporter. Devant la gare, on casse les codes pour vous promettre une qualité remarquable, servie par une créativité impertinente. Des produits locaux, du fait maison, de l'audace épicée, un éthique d'approvisionnement et une saisonnalité des matières premières...

Place de la Gare • +33 (0)9 75 66 95 03  
 Les 3 Vallées Café • [www.les3valleescafe.com](http://www.les3valleescafe.com)

## PLAGNE SOLEIL Le Baryon



Une décoration étoffée témoin d'un patrimoine local riche et d'un savoir-faire précieux, un sourire et une atmosphère cosy sont autant d'ingrédients qui composent comme une signature de ce lieu, idéal pour partager plus qu'un repas, une excellente soirée en famille ou avec ses amis.

Johann, le patron, et Mickael, le chef cuisinier, ne cessent d'échanger leurs idées pour faire évoluer la carte, et proposer une cuisine fine et raffinée, fidèle à l'identité du lieu. En effet, le raffinement peut s'exprimer dans la simplicité. C'est donc autour d'une cuisine généreuse, et respectueuse des produits frais et locaux que se présente une carte complète. Ainsi, des spécialités savoyardes, comme la gourmande aumônière de reblochon, côtoient des plats plus audacieux et inattendus, à l'image des tagliatelles aux escargots, ou des glaces salées au piment d'Espelette et poivron, ou au sésame noir qui accompagnent le poisson des lacs de montagne.

Et comment ne pas fondre pour ces desserts tous faits maison, spécialités du chef dont la première école fut les Compagnons de France en Pâtisserie... Les bouches acidulées dégusteront une pétillante ronde des passions sur son croustillant coco et sa glace yuzu. Et pour plus de douceur, on penchera plutôt sur le réconfortant pralin, sa sphère en chocolat, crème pralinée sur son sablé. Alors laissons-nous guider par nos sens.

✓ Les enfants ont le choix : un menu enfant traditionnel ou pour un repas partagé, une demi-portion à demi-tarif sur les spécialités choisies par les parents !

À Plagne Soleil, Place centrale, immeuble les Drus  
+ 33 (0)4 79 09 29 56  Restaurant Le Baryon



# Le Dou du Praz

COUP DE FOURCHETTE • PLAGNE VILLAGES

C'est dans un cadre sans pareil que le restaurant du Dou du Praz propose une expérience culinaire valorisant le terroir et le plaisir de partager le meilleur des saveurs de nos montagnes.

À cœur du cirque des stations de La Plagne, le restaurant du Dou du Praz bénéficie d'une situation centrale alliant accessibilité et cadre époustoufflant. Sa position offre une vue imprenable aussi bien sur les alpages et flancs de montagne qui constituent le domaine skiable l'hiver, que sur la vallée, avec en image de fond l'imposant mont Blanc pour parfaire le tout. Relié aux stations par de multiples sentiers piétons, il est le lieu idéal pour une pause gourmande propice à l'évasion.

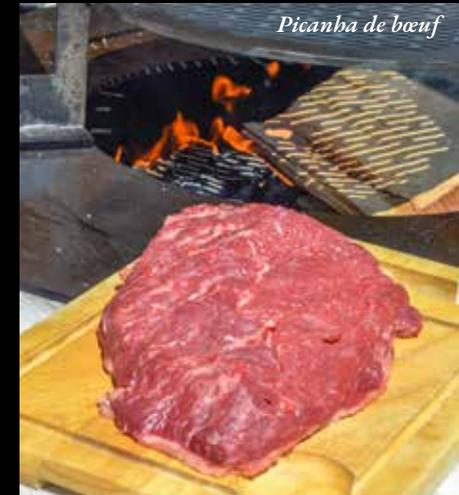
Ludovic Masciave, propriétaire du restaurant, accueille depuis quatre ans ses visiteurs, à qui il a à cœur de proposer un moment de partage et de plaisir avant tout. Pour se faire, il a imaginé une offre efficace permettant de tout cuisiner maison et à base de produits issus de circuits courts, voire ultra-courts. Ainsi, les enfants pourront par exemple se régaler d'un yaourt fait à base de lait entier provenant de la fruitière attenante. L'ardoise, réécrite chaque jour, s'organise autour d'une salade savoyarde, d'un plat de pâtes, d'un plat en sauce, d'un menu enfant et d'une offre de viande cuite sous les yeux des gourmets du jour sur le brasero de la terrasse. Du côté des plaisirs sucrés, la sélection quotidienne de pâtisseries fines fait fondre aussi bien les regards que les papilles...

Alors empressons nous de passer à table et savourons... Sens de l'accueil, savoir-faire et produits locaux sélectionnés avec soin sont au menu de cette délicieuse escapade au sommet! (C.K.)

🍷 In an exceptional setting, the restaurant Dou du Praz proposes a culinary experience around local products and flavours. The restaurant is open 7 days a week. All dishes are homemade and prepared with fresh ingredients, mainly from local producers. Every day, you can choose between the salad of the day, pasta dish, sauce dish and braised meat of the day (over the brasero on the terrace).

Restaurant le Dou du Praz  
Ouvert 7j/7 de 9h à 19h  
+ 33 (0)4 79 09 05 40 • [ledoudupraz.com](http://ledoudupraz.com)

Picanha de bœuf



Entremets citron chocolat blanc

Salade savoyarde



## AIME Rive Gauche



Bien plus qu'un restaurant, Rive Gauche c'est la promesse de vivre une parenthèse de détente et de convivialité. Une terrasse arborée, une guirlande guinguette, la musique de la rivière du Doron, on se laisse ainsi bercer voir dériver... Alexandre, Coralie et leur équipe nous accueillent tout l'été nous servant ainsi sourires et recettes de qualité: tapas, burgers, salades, entrecôte et pluma ibérique... Bref la vie ici est un long fleuve tranquille!

Les îles de Macôt-la-Plagne, à Macôt  
+33 (0)4 79 55 48 03

## BELLE PLAGNE La Face Nord



 Au sommet de Belle Plagne, existe une adresse où le plaisir, jamais ne stagne. Mené par un duo inimitable, le restaurant la Face Nord, c'est l'assurance d'un moment de partage, convivial et même de douce folie. Comme toujours la Face Nord va de l'avant. On retrouve depuis 20 ans avec toujours autant de plaisir, Bab et Bibi qui nous servent une fois de plus, leur sourire ainsi que des plats variés et gourmands sur les terrasses de leurs deux restaurants se tenant face à face. À la Face Nord, on vit une vraie expédition culinaire grâce à une carte variée (plats savoyards, burgers, tataki de thon, pâtes...). Le point relais vélo électrique permet de recharger les batteries (toute marque gratuitement) pour les promeneurs désirant faire pause méritée. Avec notre couple unique, toujours plus de nouveautés. Retrouvons notre belle équipe qui a su résister à l'hiver pour de nouvelles aventures festives et légères.



La Pierra Menta - A Belle Plagne  
+33 (0)4 79 09 01 73

## LA PLAGNE MONTALBERT Le Forperet



Si la réputation de cette ancienne bergerie n'est plus à faire, ce n'est pas pour autant que l'on cesse d'en parler, bien au contraire. C'est dans un décor bucolique, où les paysages nous laissent déjà sans voix que l'on découvre ce havre de paix. Le chalet en bois et en pierres bénéficie d'une vue imprenable sur la chaîne de la Lauzière. Si l'on connaît bien son restaurant aux plats authentiques et savoyards, le Forperet a plus d'un atout à nous offrir. Et l'été, entre deux randonnées familiales, il est vivement conseillé de faire une halte à sa mini ferme située juste à côté du restaurant.

Quelle joie de voir ses enfants s'amuser sur la balançoire en bois ou courir dans l'alpage avant de franchir les portes des enclos. Durant toute la belle saison, vaches, cochons, lapins, canards, ânes et poneys nous offrent le concert le plus atypique qui soit. Et le clou du spectacle c'est d'observer les nouveaux-nés, arrivés juste avant l'été! Avec beaucoup de délicatesse on peut les approcher en poussant un peu plus la porte de l'enclos et notre curiosité. Les plus audacieux peuvent même partir en balade à dos d'âne!

On l'a compris, une pause au Forperet c'est un arrêt dans le temps pour profiter des merveilleux panoramas et prestations proposées au milieu des siens. N'hésitons plus à nous y rendre de pied « Ferme ».



Montalbert 1600  
+33 (0)4 79 55 51 27 • forperet.com  
 LeForperet  
Ouvert tous les jours de 9h30 à 19h  
et le soir sur réservation

Disponibilité immédiate



TIGNES 1800

## LE LODGE DES NEIGES

Résidence de Tourisme - Leaseback



Devenez propriétaire MGM,  
un investissement judicieux pour profiter aujourd'hui et transmettre demain.

APPARTEMENTS DE STANDING DU 2 AU 4 PIÈCES

entièrement meublés et équipés.

Résidence skis aux pieds en accès direct sur le domaine Tignes - Val d'Isère



BUREAU MGM TIGNES

TÉL. +33 (0)4 79 04 18 98

[www.mgm-constructeur.com](http://www.mgm-constructeur.com)



# Arc 1950, animé par nature

Le centre du Village au cœur des festivités: tous les jours  
des animations gratuites, de belles adresses shopping  
et des activités Outdoor variées!  
Venez à pied, à vélo, en navettes ou en voiture!



RÉSERVEZ SUR [ARC1950.COM](http://ARC1950.COM)

thunika 15723 - photo: J. Parant

