

LA MONTAGNE ACCESSIBLE À TOUS



600 000 À
700 000 BELGES
PARTENT AU SKI
CHAQUE ANNÉE.

Destination numéro un des Belges, la France est tout simplement le plus grand domaine skiable au monde mais aussi le plus varié. Avec plus de 350 stations, dont 45 labellisées Famille Plus, elle offre un vaste terrain de jeu. Nous vous présentons les tendances et les nouveautés de cette saison, et les bons plans!

ACTIVITÉS : c'est nouveau!

ne dit plus « en vacances au ski » mais « à tagne ». Les activités s'y développent avec, d'hui, de multiples possibilités selon les et le budget.

id dogs, hourse-board, fat trott', snooc... : is parle? Il s'agit d'une série d'activités fun lites à pratiquer en famille. Ces glisses se ppent de plus en plus pour faire le plein velles sensations. Le sled dogs vient de ge, est inspiré du patin à glace et se pra- ur la neige des Gets. Ces patins sont faciles rôler et permettent aux novices de décou- joies de la glisse. Les pneus larges des fat ettes vous donnent l'occasion de dévaler ites de **Saint-Gervais Mont-Blanc**, par le, en fin de journée (après leur fermeture). eux qui veulent expérimenter un sport es autres, le ski-hok ou ski-raquettes est : peu implanté en France et se pratique en out comme le snooc, fruit de l'imagination une Chambérien. Il s'agit d'une nouvelle d'appréhender les sports nordiques, à la e comme à la descente, à l'aide d'un engin ionnaire qui associe le ski de randonnée ge. A découvrir au **Grand-Bornand et à Chevalier**. A **La Plagne**, on pratique la

super-tyrolienne – plus pentue que la moyenne – et longue de 600 m avec 400 m de vide sous les pieds.

Vous en voulez toujours plus? Dans le domaine des **Aravis**, on pense aussi aux fanas du ski, qui désormais peuvent prolonger leurs horaires et skier au coucher du soleil. A **Manigod**, on peut carrément « louer » une piste grâce à la formule « Ma piste à moi ». A **L'Alpe d'Huez**, on skie « by night » sur la piste de la Sarenne, longue de 16 km!



BON PLAN : Le printemps du ski

Dès la fin du mois de mars, profitez du réveil de la nature à des prix imbattables avec un focus spécial sur les familles. Durant cette période idéale (où les températures sont plus douces, les journées, plus longues, et avec des conditions de neige de bonne qualité), certaines stations proposent le forfait, la location et même des cours de ski gratuits pour les enfants. C'est le cas à **Manigod**, domaine relié à **La Clusaz**.

La haute saison terminée, les offres sont avantageuses et adaptées avec d'autres expériences autour du ski. On y associe des événements gratuits tels que le festival **Rock The Pistes aux Portes du Soleil** (du 19 au 25 mars), les **Francofolies à Ti-**



TENDANCE bien-être



#01plainedranse

Le ski tranquille

Il n'y a pas d'âge pour apprendre à skier, et de nombreux enfants et adultes s'y mettent chaque année. Pour qu'ils se sentent à l'aise, les stations créent des zones appelées « zen », « coolski » ou encore « tranquilles ». Trois initiatives marquantes parmi d'autres cette année : au **Grand-Bornand**, le domaine investit presque 1,5 million d'euros pour offrir des conditions optimales d'accueil et d'apprentissage du ski avec la refonte complète du plateau du Rosay. A **Tignes**, l'accès à toutes les pistes vertes (les plus faciles) est gratuit ! Les apprentis ont rendez-vous tous les mardis matin sur les pistes d'**Orcières Merlette 1850**. La station des Alpes du Sud leur offre une initiation d'une heure en compagnie d'un moniteur, forfaits et matériel de ski inclus.

Et comme la tendance est aussi de publier sur les réseaux sociaux ses exploits dans un décor de rêve, à **Châtel**, le tout nouveau Selfie Tour permet de découvrir dix magnifiques spots matérialisés par des balises et à immortaliser avec son smartphone.

On trouve plus d'une vingtaine de centres aqualudiques en Savoie et Haute-Savoie. Les stations thermales qui fonctionnent été comme hiver ont également la cote, comme à **Bride-les-Bains**, centre spécialisé dans les soins minceur, et **Saint-Gervais**, dont les thermes viennent d'être repris par L'Oréal. Parmi les nouveautés : la cryothérapie. Il s'agit d'exposer son corps à des températures extrêmes comprises entre -120 et -140 °C pour une période de 1 à 3 minutes (idéal pour la cellulite, la tendinite, les rhumatismes, la circulation sanguine...). Les centres de bien-être utilisent également la matière première de l'hiver, la neige, et proposent des soins givrés avec glace. Par exemple, le spa Pure Altitude de **Val Thorens** accueille un parcours spiral nordique qui s'achève dans un igloo par une friction de neige glacée. Au spa Nuxe de **Chamonix**, dans une grotte de glace oscillant entre 6 et 8 °C, la formule héliopichthérapie est un parcours revitalisant et raffermissant où l'on enchaîne bain de chaleur et application d'une fine glace pilée sur le corps.

Les moments de détente se pratiquent aussi en extérieur, comme tout simplement la contemplation des paysages grâce, notamment, au nouveau Skywalk aux **Deux-Alpes**, une passerelle belvédère à 3400 m d'altitude.

ignes (du 3 au 6 avril) ou des activités amusantes comme les Funny Games (du 1^{er} au 7 avril) à **Orcières** et bien d'autres sports : VTT, randonnées...

Une vraie passerelle entre l'hiver et l'été et, surtout, LE bon plan des vacances scolaires avec le plein d'activités et d'animations. Pour la troisième année consécutive, le Printemps du Ski sera lancé le 20 mars. A découvrir sur leprintempsduski.com.



Face à des paysages exceptionnels, on médite plus facilement et on lâche prise. Des séjours ski + yoga sont possibles à **Arèches Beaufort**, à **Morillon**, à **Val Thorens** ou encore à **Valmorel**, où le yoga s'associe à une balade en raquettes ou à la marche nordique. Depuis l'année dernière, la première piste de yoga à skis en France est installée à **Morzine**. Sur une piste bleue, on trouve les panneaux avec les postures réalisables skis aux pieds dans le but de préparer le corps à la glisse et accessibles à tous.

COMBIEN ÇA COÛTE ?

25,20 € : c'est le prix moyen du forfait acquitté par le client pour une journée de ski.

Durant la saison hivernale, il est possible de partir en séjour ski tout compris pour moins de **200 €** par personne et par semaine (hébergement + forfait). Le prix moyen oscille entre 400 et 630 €. (Sources : ANMSM, DSF, Atout France, STRMTG)

Y ALLER

Chaque samedi, du 24 décembre au 15 avril 2017, le train Thalys Neige vous emmène depuis Bruxelles jusqu'aux plus beaux domaines skiables des Alpes françaises. Tout nouveau : vols Ryanair Bruxelles-Grenoble dès le 17 décembre.