DÉCOUVERTES Flaine, une belle remise en formes

Nos adresses et BONS PLANS givrés à partager

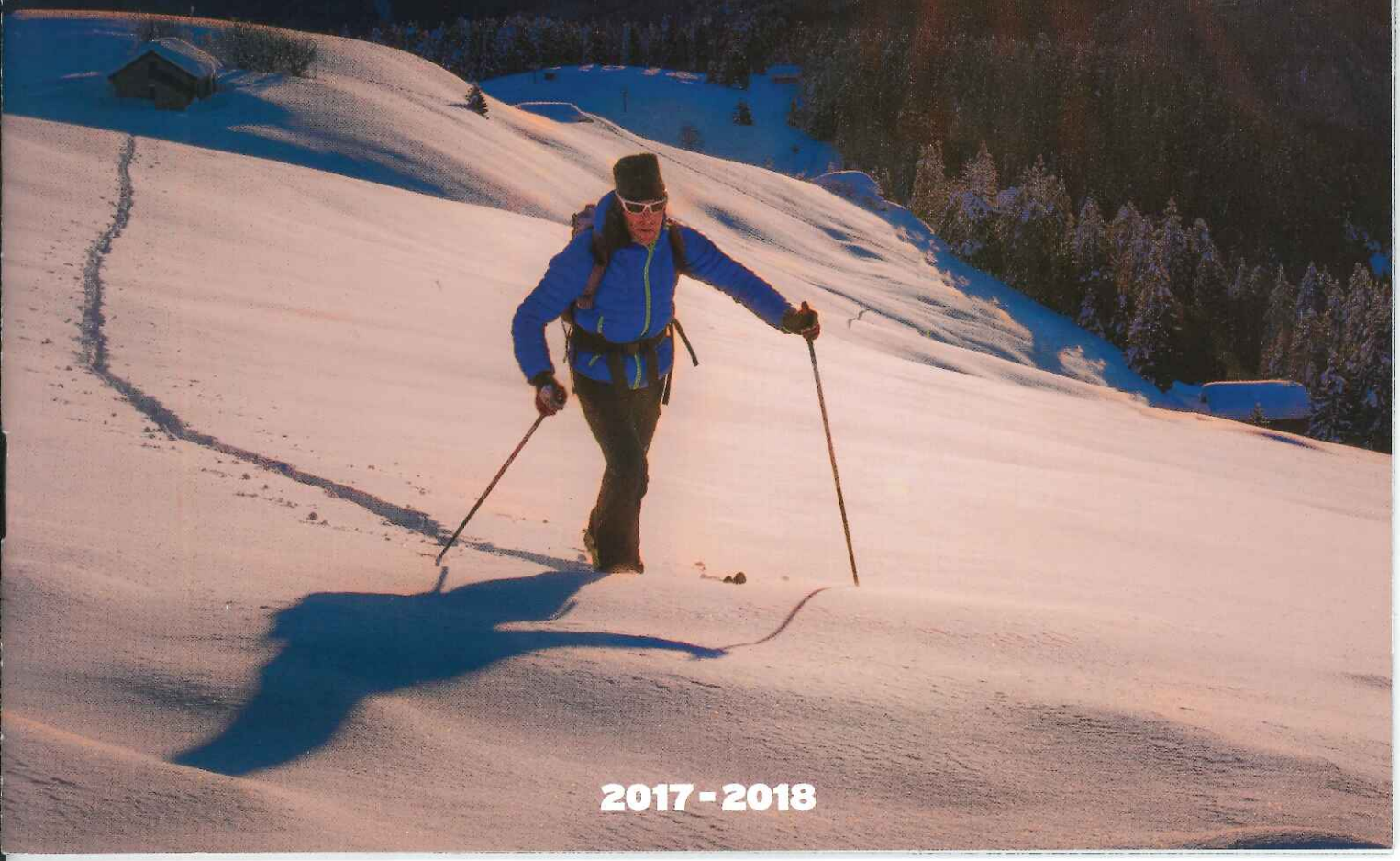
l'express

Pages spéciales • L'Express n°3463 du 15 novembre 2017 • Ne peut être vendu séparément

PLAISIRS D'HIVER

LE GUIDE DE VOS VACANCES AU SKI

10e ÉDITION



2017 - 2018

→ CHAMONIX ne cesse de surprendre

Tout à la fois ville à la montagne, station de ski et Mecque de l'alpinisme, Chamonix (Haute-Savoie) a toujours une nouveauté dans son sac à dos. Côté hébergements, on notera une nouvelle suite pour le Hameau multiétoilé Albert 1er (à partir de 910 euros la nuit pour 2 personnes) et des rénovations à gogo dont la plus attendue est celle du Grand Hôtel du Montenvers. Établissement mythique de la station depuis 1880, devenu Refuge du Montenvers par la grâce d'un relooking *by* Maisons et Hôtels Sibuet, il symbolise une nouvelle approche de la montagne, authentique-chic (à partir de 80 euros la nuit en dortoir et 350 euros en suite). Pour la touche ludique, direction Les Aiglons. Relooké de fond en comble, l'hôtel joue la carte de la convivialité et invite ses clients à participer à un *escape game* XXL à travers tout l'établissement (à partir de 203 euros la chambre pour deux avec petit-déjeuner). Idéal pour briser la glace ! Mais l'événement de la saison sera sans nul doute Musilac Mont-Blanc. Version alpine et hivernale du festival Musilac, qui fait vibrer les rives du lac du Bourget depuis quinze ans, la scène pop-rock animera la fin de saison de ski. ■ ***C.F.***

WWW.HAMEAUALBERT.FR ; MONTENVERS.TERMINAL-NEIGE.COM
WWW.AIGLONS.COM ; WWW.MUSILAC.COM

Reine des neiges

Flexion, on gomme, extension, on hydrate. Riche en edelweiss et autres actifs de compétition, ce kit Secrets de slalomeuse by Pure Altitude concourt pour la médaille d'or de la douceur. ***C.F.***

Édition limitée. 46 €.
www.pure-altitude.com

Tous fondus de fondue

On ne va pas se mentir : la fondu est redoutable pour la silhouet mais surtout pour les papilles affar par une journée au grand air. Vérit plat signature de l'hiver, elle se dég sur tous les fronts (de neige) et jus dans les airs. À Méribel, c'est dans télécabine de la Saulire Express qu Bistrot de l'Orée vous la sert en ve suisse et nocturne (sur réservation À Morillon, vous la savourerez à la des flambeaux après une marche d'approche en raquettes ou une vir en gyropode. Et à Sallanches, elle sera servie au terme d'une explora fantastique et souterraine dans les grottes de la Balme. Quant à ceux

voudraient briguer le titre de racle presque parfaite, rendez-vous leur donné mi-mars à Saint-Jean-d'Arve dans les Sybelles, pour une compét amicale entre touristes et locaux. Avant de vous mesurer aux experts deux solutions pour réviser vos classiques : participer à un cours d cuisine savoyarde dispensé par Cé Mouthon (ex-Masterchef) dans son atelier d'Annecy ou faire un saut à fromagerie-restaurant La fruitière Perrières, aux Gets, où la (succulen fondue est préparée avec un gruyè élaboré sur place, du vacherin fribourgeois (Suisse) et du comté. ■

www.meribel.net ; www.sallanches.
L'Auberge de la Fruitière : 137, route Perrières, Les Gets (Haute-Savoie).

Samoëns.

YOGA DES NEIGES à Val Thorens (et ailleurs…)

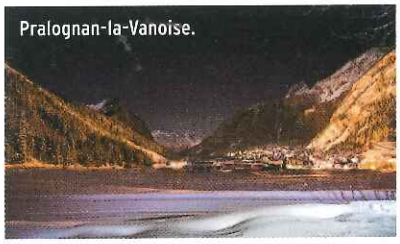
Très en vogue, le yoga s'invite à la montagne. À Val Thorens (Savoie), 30 minutes avant l'ouverture des pistes, Anita vous propose un échauffement zen avec exercices de respiration, étirements et méditation, le tout en doudoune et chaussures de ski (tous les jours, place Caron, 5 euros). À La Clusaz (Haute-Savoie), l'hôtel Au Cœur du Village sculpte les corps avec Laura, lors de séances de vinyasa (yoga dynamique) les mardis à 17 h 30 et jeudis à 7 h 30 (inclus dans le séjour les vacances de Noël et février). Il vous en faut plus ? Aux Menuires (Savoie), du 7 au 14 avril, une semaine « Yogiski » est organisée avec sophrologie, hatha yoga ou encore Do In (technique d'automassage) en accès libre. Et pour clôturer le tout, Samoëns (Haute-Savoie) vous initie cette année au ski de pleine conscience, une pratique pour vous apprendre à muscler votre esprit en vous ancrant totalement dans le présent (du 27 au 31 janvier, 120 euros la journée, déjeuner compris). ■ ***P. J.-O.***

En mode commando aux Contamines

Alors que le succès des émissions de survie ne se dément pas, un stage unique en France verra le jour cet hiver aux Contamines (Haute-Savoie). Vous y apprendrez l'art de construire un igloo, mais aussi à repérer les rares plantes comestibles dans la neige, allumer un feu ou encore vous orienter grâce aux étoiles. Le lendemain, après un petit-déjeuner réconfortant, vous aurez droit à un baptême en traîneau à chiens, suivi d'un repas gargantuesque sous un tipi en bois. Le séjour se terminera par la découverte de l'univers des mushers. ■ ***P. J.-O.***
380 € par personne les 2 jours. Les 27 et 28 janvier. Tél. : 06 21 83 52 39.

Des forfaits givrés

Cette saison, les stations rivalisent de tarifs ultra-compétitifs. Aux Menuires, un nouveau forfait premium à 350 euros par personne intègre six jours de ski dans les 3 Vallées, trois descentes en luge (une sur rail, deux sur pistes) ainsi que quatre entrées au centre aqualudique de la station ou de Val Thorens. À Saint-Gervais, on vous offre six jours au prix de cinq durant toute la saison, avec en prime une ristourne cumulable de 10 % pour les familles. Et pour finir, Pralognan combine ambiance 100 % nature et découverte des grands domaines de Tarentaise, grâce à son forfait Grand Ski, soit six jours ou plus incluant une journée à La Plagne ou Courchevel et une entrée à la patinoire olympique pour 167 euros par personne. ***P. J.-O.***


Pralognan-la-Vanoise.

Dodo chez les monos

Désormais, vous pourrez réserver d'un seul clic vos cours de ski, votre forfait et même, c'est nouveau, votre hébergement auprès de l'ESF. En effet, les pull-overs rouges vous proposent, outre une sélection d'hôtels partenaires, de louer leurs propres studios, appartements ou chalets. Côté prix, pas de surchauffe, ils sont étalonnés sur ceux de la station. ***C. F.***
www.esf.net

Se forger un corps d'athlète à Argentière

Dans la vallée de Chamonix, à Argentière (Haute-Savoie), l'UCPA vous a concocté un programme de Ski Fit explosif. L'activité consiste, entre autres, en un cocktail détonnant de trail, ski de fond et E-Fatbike (VTT électrique avec de gros pneus). Rassurez-vous, la dernière activité, c'est sauna en fin de journée. Ouf ! ***P. J.-O.***
Séjour 3 nuits à partir de 304 € tout compris. Départs du 28 décembre au 18 janvier 2018. www.ucpa-vacances.com

PHOTOS : ZIGZAG SAMOENS - DR - DARNIS - JEAN-MICHEL HYTTE