



Explorer la région

ALPES

 de 150
PHOTOS

 VIDÉOS

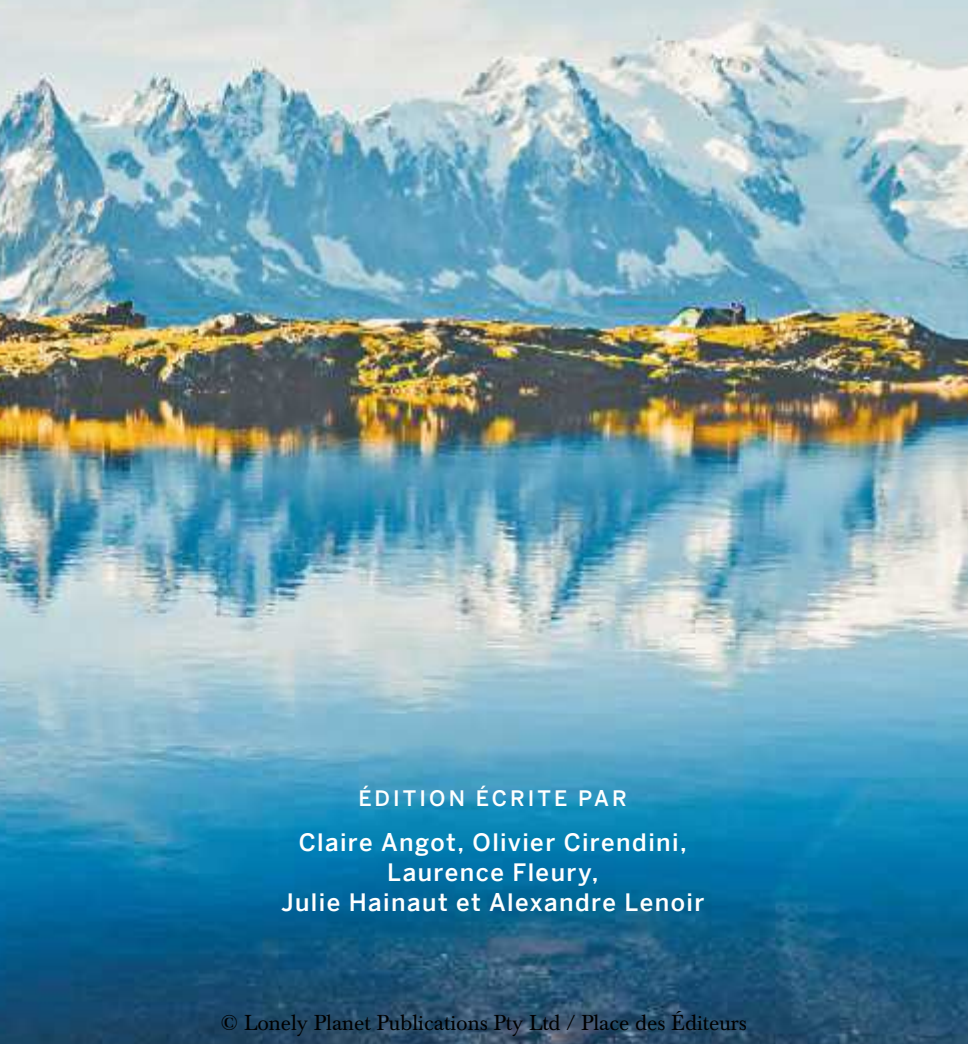
 AUDIO



CAHIER VÉLO
DÉTACHABLE



LES ALPES



ÉDITION ÉCRITE PAR

Claire Angot, Olivier Cirendini,
Laurence Fleury,
Julie Hainaut et Alexandre Lenoir

Sommaire

Avant le départ

Bienvenue	
dans les Alpes	6
Carte des Alpes	8
10 expériences incontournables	10
Itinéraires sans voiture	30
L'agenda	40
Voyager en famille	44
En avant-goût	45

Haute-Savoie 51

Annecy..... 54

Autour du lac d'Annecy 66

Annecy-le-Vieux	67
-----------------------	----

Menthon-

Saint-Bernard	68
---------------------	----

Talloires-Montmin	68
-------------------------	----

Doussard	70
----------------	----

Duingt	71
--------------	----

Saint-Jorioz	71
--------------------	----

Sevrier	73
---------------	----

Pays de Faverges	73
------------------------	----

Albanais..... 74

Massif des Aravis 76

Thônes	76
--------------	----

Manigod	77
---------------	----

La Clusaz	78
-----------------	----

Le Grand-Bornand	82
------------------------	----

Vallée de Chamonix..... 86

Chamonix-Mont-Blanc	86
---------------------------	----

Argentière	96
------------------	----

Les Houches	98
-------------------	----

Pays du Mont-Blanc 100

Sallanches	100
------------------	-----

Passy	101
-------------	-----

Cordon	103
--------------	-----

Combloux	103
----------------	-----

Megève	105
--------------	-----

Saint-Gervais-les-Bains	109
-------------------------------	-----

Les Contamines-Montjoie	113
-------------------------------	-----

Le long du lac Léman 114

Yvoire	115
--------------	-----

Thonon-les-Bains	117
------------------------	-----

Évian-les-Bains	122
-----------------------	-----

Les stations des portes

du soleil 126

Morzine	127
---------------	-----

Avoriaz 1800	131
--------------------	-----

Les Gets	132
----------------	-----

Châtel	135
--------------	-----

Vallée d'Abondance..... 136

Abondance	136
-----------------	-----

La Chapelle-d'Abondance	139
-------------------------------	-----

Vallée du Giffre 140

Samoëns	140
---------------	-----

Sixt-Fer-à-Cheval	143
-------------------------	-----

Basse vallée de l'Arve 146

La Roche-sur-Foron	146
--------------------------	-----

Bonneville	148
------------------	-----

Mont-Saxonnex	148
---------------------	-----

Flaine	148
--------------	-----

Savoie 151

Chambéry..... 154

Environs de Chambéry 161

Combe de Savoie	161
-----------------------	-----

Challes-les-Eaux	161
------------------------	-----

Miolans	162
---------------	-----

Avant-pays savoyard	163
---------------------------	-----

Lac d'Aiguebelette	163
--------------------------	-----

Saint-Genix-sur-Guiers	165
------------------------------	-----

Autour

du lac du Bourget..... 167

Aix-les-Bains	167
---------------------	-----

Chanaz	174
--------------	-----

Le Bourget-du-Lac	176
-------------------------	-----

Massif des Bauges 178

Albertville, Beaufortain

et val d'Arly 181

Albertville	181
-------------------	-----



Beaufortain.....	184
Arêches-Beaufort	184
Hauteluce – Les Saisies	188
Val d'Arly.....	191

Les Trois-Vallées194

Courchevel	195
Méribel.....	198
Les Menuires et Val-Thorens	200

Tarentaise205

Val-d'Isère.....	205
Tignes	209
Bourg-Saint-Maurice	211
Les Arcs	213
La Plagne	216
Valmorel.....	220

Vallée de la Maurienne222

Saint-Jean-de-Maurienne	222
Saint-François-Longchamp.....	224
Vallée de l'Arvan	226
Valloire	230

Haute Maurienne.....233

Aussois	233
Bramans	238
Termignon	240
Lanslebourg et Lanslevillard	241
Bessans	244
Bonneval-sur-Arc.....	247

Isère 251

Grenoble254

Massif de Belledonne266

Uriage-les-Bains	266
Chamrousse et ses environs.....	268
Route des balcons de Belledonne	270
Allevard et ses environs.....	273
Vallée du Haut-Bréda.....	275

Massif de la Chartreuse277

Saint-Pierre-de-Chartreuse et ses environs	277
Monastère de la Grande Chartreuse	281
Plateau des Petites-Roches	282



Église des Praz, vallée de Chamonix (p. 86)

Les Entremonts en Chartreuse.....	285
Cirque de Saint-Même	287

Vercors288

Lans-en-Vercors et ses environs.....	288
Villard-de-Lans.....	291
Pont-en-Royans et ses environs	293
Saint-Nazaire-en-Royans et ses environs	295
Saint-Jean-en-Royans et ses environs ..	297
Saint-Julien-en-Vercors	300
La Chapelle-en-Vercors et ses environs	301
Vassieux-en-Vercors et ses environs	302

Trièves et Matheysine306

Mens	306
Chichilianne.....	306
Gresse-en-Vercors	310
Lac de Monteynard-Avignonet.....	311

Sommaire

La Mure et ses environs.....	314
Lacs de Laffrey	316
L'Oisans	316
Le Bourg-d'Oisans	316
Vallée de la Lignarre.....	319
Vallée de l'Eau Dolle.....	319
Vallée du Ferrand	
et plateau d'Emparis	322
Vallée du Vénéon.....	324
L'Alpe-d'Huez.....	329
Les Deux-Alpes.....	331

Hautes-Alpes 335

Briançonnais.....	338
Briançon	338
Serre-Chevalier	342
La Grave	347
Vallée de la Clarée	348
Vallée de la Vanoise	352

Col de Vars (p. 361)



JOLIE / STOCK.ADOBE.COM ©

Les Vigneaux	353
Puy-Saint-Vincent	353
Vallouise	353
Ailefroide	357
Queyras	359
Le Guillestrois.....	360
Arvieux.....	366
Molines-en-Queyras	372
Saint-Véran	374

Embrunais et lac de Serre-Ponçon.....	377
Embrun.....	377
Lac de Serre-Ponçon	
et ses environs	380

Gapençais, Dévoluy, Champsaur et Valgaudemar.....	384
Gap et ses environs	384
Massif du Dévoluy	389
Vallée du Champsaur	391
Valgaudemar	393

Alpes provençales et maritimes 397

Alpes provençales	399
Sisteron	399
Digne-les-Bains.....	402
Vallée de l'Ubaye	408
Barcelonnette et ses environs	408
Val d'Allos.....	414
Alpes d'Azur	415
Haute vallée du Var	415
Guillaumes	415
Gorges de Daluis	416
Val d'Entraunes	416
Châteauneuf-d'Entraunes.....	416
Saint-Martin-d'Entraunes	417
Entraunes	417
Du Var à la Tinée.....	417
Péone.....	418
Valberg.....	418
Beuil	418
Roubion	419



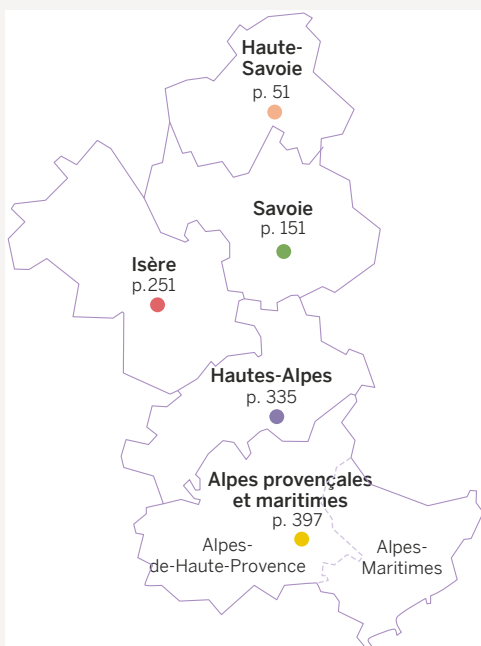
Roure	420
Saint-Étienne-de-Tinée.....	420
Vallée de la Vésubie	421
Utelle.....	422
Lantosque.....	422
Roquebillière	422
Belvédère.....	424
Saint-Martin-Vésubie et ses environs	424
Sospel	431
Vallée de la Bévéra	433
Vallée de la Roya	434
Breil-sur-Roya	434
Saorge.....	436
La Brigue	437
Tende et ses environs	439

En savoir plus

Histoire.....	444
Culture	457
Environnement.....	467
Cuisine	473
Sports et activités.....	481

Carnet pratique

Infos utiles	493
Transports	499
En coulisses.....	502
Index	504
Comment utiliser ce guide	510
Nos auteurs	512







Bienvenue dans les Alpes

*Il y a 100 millions d'années,
le rapprochement tectonique entre
l'Afrique et l'Europe s'amorçait. Ainsi
allaient naître les Alpes, dont la partie
française court aujourd'hui sur neuf
départements et deux régions.*

Les Alpes françaises sont un des endroits au monde où les possibilités d'activités en plein air (randonnée, escalade, ski, cyclisme, sports d'eaux vives...) sont les plus grandioses ! Avec trois parcs nationaux d'exception (les Écrins, la Vanoise et le Mercantour) et une quantité de réserves et de parcs naturels régionaux (Bauges, Chartreuse, Vercors, Queyras...), les randonneurs y évoluent dans des territoires sauvages extrêmement bien préservés, riche d'une faune sauvage et d'une flore vraiment remarquables.

Les cyclistes, quant à eux, peuvent s'en prendre aux cols mythiques du Tour de France : Izoard, Madeleine, Galibier, Iseran, Aravis... Avec trois vastes lacs naturels (lac du Bourget, lac Léman et lac d'Annecy) et le plus grand lac artificiel de France métropolitaine (Serre-Ponçon), la baignade et les plaisirs nautiques sont loin d'être à la peine.

Côté histoire, dans cette région frontalière avec l'Italie, vous revivrez partout dans les anciennes places fortes, villages médiévaux et les centres anciens des villes les soubresauts qu'ont connu le Dauphiné et la maison de Savoie, pendant plusieurs siècles. Et vous pourrez visiter d'admirables églises baroques dans les Alpes du Nord.

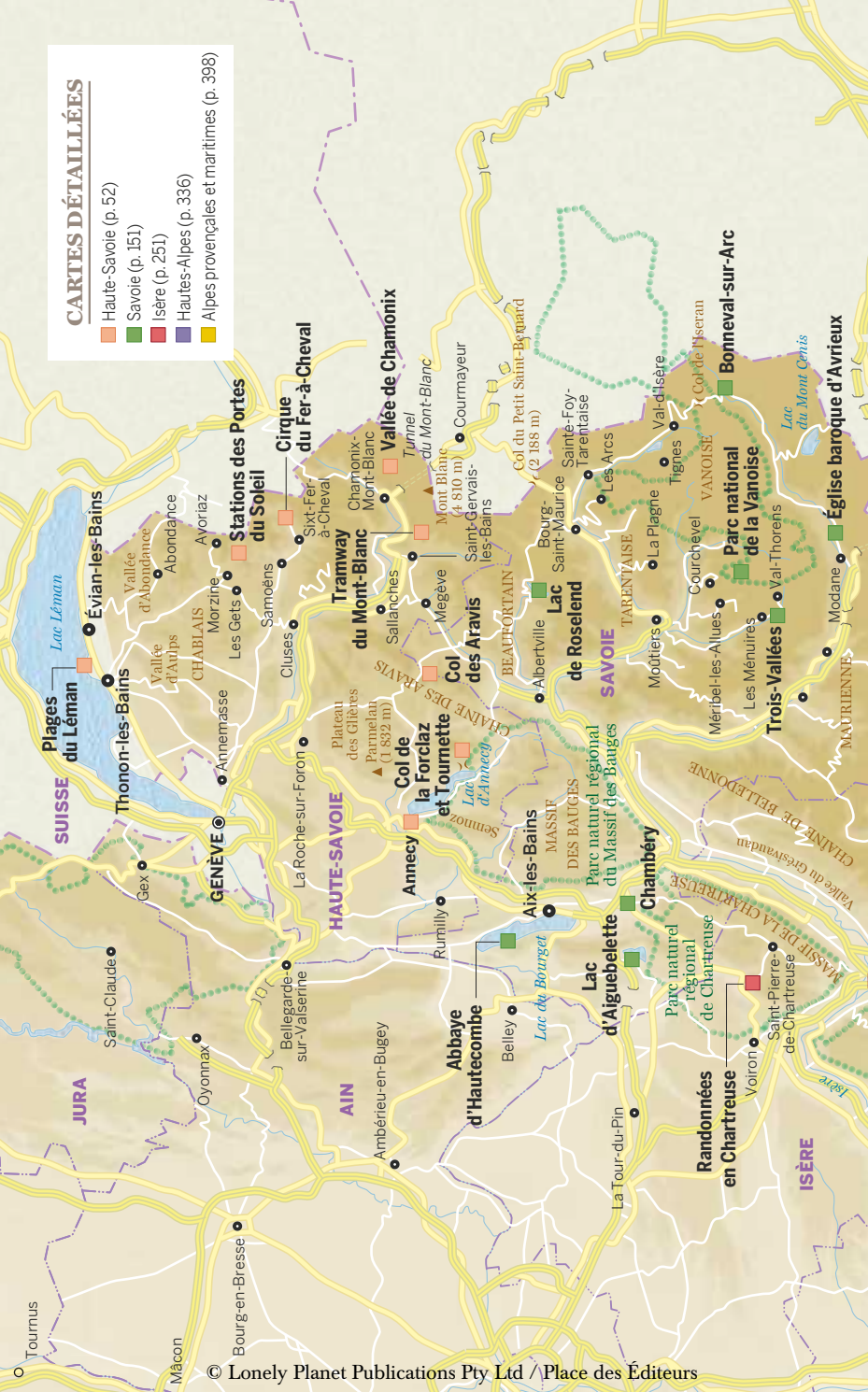
Enfin pour faire bonne chère, à vous les délicieux fromages d'alpages, les vins de Savoie, le miel de montagne... Les plus belles expériences alpines n'attendent que vous !

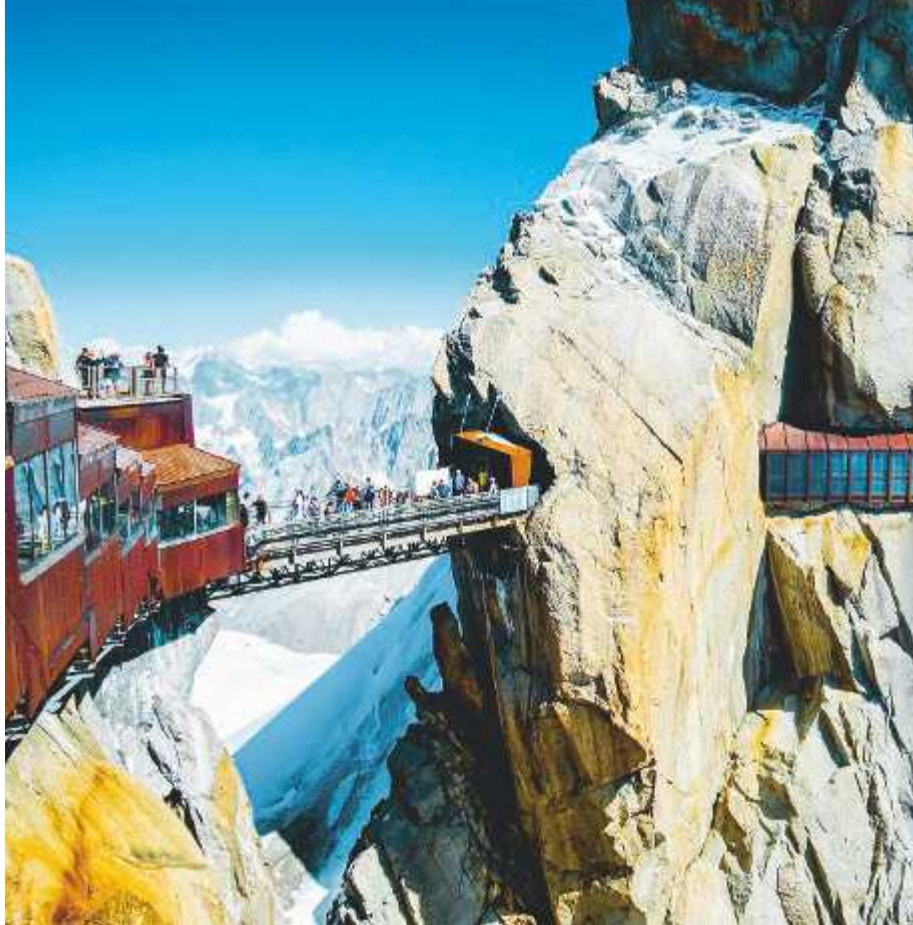
Saint-Véran (p. 374)

MARIUS DOICOV ©

CARTES DÉTAILLÉES

- Haute-Savoie (p. 52)
- Savoie (p. 151)
- Isère (p. 251)
- Hautes-Alpes (p. 336)
- Alpes provençales et maritimes (p. 398)





1 TUTOYER LES SOMMETS

— Nul besoin de chausser des crampons et de savoir manier le piolet pour vaincre les plus beaux sommets des Alpes. Entre ciel et terre, des téléphériques vous transportent sur les toits de l'Europe, là où azur et glace s'entremêlent à perte de vue.



↗ L'AIGUILLE DU MIDI (P. 90)

Emporté par le téléphérique le plus haut d'Europe, on gagne en moins d'une demi-heure un sommet à plus de 3 800 m... avant de prendre l'ascenseur pour atteindre le plus haut de l'aiguille du Midi (p.90), à 3 842 m d'altitude !



← LE BRÉVENT (P. 89)

Accessible par télécabine et télésiège, le sommet du Brévent culmine à 2 525 m sur le versant le plus ensoleillé de la vallée de Chamonix. De bon augure pour des randonnées panoramiques dans la chaîne du Mont-Blanc.

ARSENIV KRASNENSKIY / STOCK ADOBE.COM ©



UMIHE.FOTO / STOCK ADOBE.COM ©

← LA CIME DE CARON (P. 202)

Surplombant à 3 195 m d'altitude les domaines de Val-Thorens et des Trois-Vallées, la cime de Caron réserve une vision à 360° sur les Alpes. Le tout en moins de 5 minutes de téléphérique.



Les plus beaux balcons sur les Alpes

► **Vertige des Cimes** (p. 289)

► **Belvédère des Écrins** (p. 332)

► **Mont Revard** (p. 178)

► **Le Chard du Beurre** (p. 189)

► **Le crêt de Châtillon** (p. 65)

↓ LA MEIJE (P. 347)

Un premier voyage en téléphérique jusqu'à 2 400 m, avant une deuxième ascension pour atteindre les 3 200 mètres d'altitude. Avec pour récompense, une grotte de glace et un panorama sur l'ensemble des Alpes françaises.



SAVOIE/ENSSSE / STOCK ADOBE.COM ©

2 RANDONNER DANS LES GRANDS PARCS

Sanctuaires écologiques soigneusement protégés, les parcs nationaux et régionaux des Alpes françaises sont les comptés des amoureux de la nature. Beaucoup plus faciles d'accès qu'on ne l'imagine. Cheminer avec humilité au royaume des marmottes et des campanules sous le regard perçant des gypaètes barbus entre deux nuits en refuge... l'expérience est inoubliable.



↑ VERCORS (P. 290)

En façonnant le calcaire à sa guise, les éléments ont dessiné les paysages spectaculaires de ce parc naturel régional, au sein duquel coexistent faune et flore parmi les plus sauvages et villages agricoles.



↑ LA VANOISE (P. 236)

Depuis les vallées de la Tarentaise ou de la Maurienne, 600 km de sentiers balisés pour s'approcher au plus près d'impressionnants glaciers déclinant toutes les nuances de gris.

→ LE QUEYRAS (P. 359)

Il est le moins peuplé des parcs naturels régionaux français au grand bonheur des chamois, des marmottes et des aigles royaux qui se laissent observer au fil des sentiers muletiers serpentant entre torrents et forêts de mélèzes.





➤ LES ÉCRINS (P. 354)

Ses 150 sommets à plus de 3000 m impressionnent, mais le massif des Écrins se laisse facilement approcher grâce à ses sept vallées. À ne pas manquer : le lac de l'Eychauda et le pré de Madame Carle.

↓ LE MERCANTOUR (P. 428)

Créé en 1979, il passe pour le parc national le plus sauvage en France. Le loup ne s'y est pas trompé, lui qui est revenu s'y installer en 1992. Sans dissuader les randonneurs, avides de contempler le bleu immaculé du lac d'Allos.



Où observer la faune alpine ?

- ▶ Réserve naturelle des Aiguilles Rouges (p. 97)
- ▶ Cirque de Rosuel (p. 219)
- ▶ Parc de Merlet (p. 99)
- ▶ Parc Alpha – Le Temps du loup (p. 425)



➤ TARENTEISE (P. 205)

Avec ses trois domaines skiables de légende, Trois-Vallées, Paradiski et Tignes-Val-d'Isère, la vallée de la Tarentaise (p.205) concentre une quinzaine de stations et plus de 1 300 km de pistes.



Les meilleurs spots de ski de fond

- ▶ Les Houches (p. 99)
- ▶ Autrans-Méaudre (p. 293)
- ▶ Névaiche (p. 350)
- ▶ Vallée d'Aulps (p. 128)

➤ L'ALPE-D'HUEZ (P. 329)

Exposé plein sud, ce domaine arbore plus de 250 km de pistes. Luges sur rail, skis attelés (à cheval ou à chien), raquettes, motoneige... Les amoureux de la neige s'en donnent ici à cœur joie. En été, place aux fondus de VTT.

JANOKA82 / STOCK ADOBE.COM ©





3

MONTER AU PARADIS BLANC

Depuis quelques années, les grandes stations agissent de concert pour offrir à leurs skieurs des terrains de glisse toujours plus vastes. Résultat, on peut passer une journée sur la poudreuse sans jamais reprendre le même télésiège ! Sélection de ces domaines d'exception que le monde nous envie.

SEBASTIEN GERARD / STOCK.ADOBE.COM ©



↑ PORTES DU SOLEIL (P. 126)

Un ensemble de 650 km de pistes, à cheval sur huit stations françaises, dont Morzine-Avoriaz, Châtel et Abondance. Il est même possible de rejoindre quatre stations en Suisse...



BRICHÉZ-BENOÎT / STOCK.ADOBE.COM ©

← MEGÈVE (P. 105)

Séjourner dans cette station huppée n'est pas donné à tout le monde. En revanche, dévaler les 400 km de piste de ce merveilleux domaine le temps d'une journée est beaucoup plus accessible. Avec la promesse de délicieux panoramas sur le mont Blanc.



VAINCRE LES COLS MYTHIQUES

Le Tour de France les a rendus célèbres, mais nul besoin de s'escrimer sur un guidon pour profiter à plein de leurs panoramas ébouriffants. Accessible en voiture (ou à pied), ces grands cols font partie du patrimoine national. Photo souvenir obligatoire !



↖ COL DE L'IZOARD (P. 366)

Ses paysages lunaires ont été le théâtre de féroces batailles lors de nombreux Tour de France. Séparant Briançonnais et Queyras, le col de l'Isoard partage aussi les cyclistes entre ceux qui ont affronté sa montée revêche depuis les gorges du Guil et les autres.



HÉRAULT TOURISME / E. BÉROUË ©

↖ COL DES ARAVIS (P. 80)

Pourvu de corniches offrant une vue saisissante sur le Mont-Blanc, le col des Aravis, à presque 1 500 m d'altitude, est un excellent point de départ pour des balades à pied tranquilles ou des randonnées plus relevées.



MILOSHEVO / STOCK ADOBE.COM ©

↖ COL DE LA FORCLAZ (P. 72)

Pour l'un des plus beaux panoramas haut-savoyards, embrassant le lac d'Annecy, les sommets des Aravis, le Mont-Blanc et le massif des Bauges, direction le col de la Forclaz au sud d'Annecy. Inoubliable !



Les meilleurs restaurants d'altitude

► **Refuge de Solaise**
(p. 209)

► **Le Génépi**
(p. 331)

► **Chez Pépé**
Nicolas (p. 202)

► **La Ferme**
(La Clusaz ; p. 82)

↘ COL DE L'ISERAN (P. 208)

Frontière naturelle entre les deux grandes vallées savoyardes de la Maurienne et de la Tarentaise, le plus haut col routier des Alpes a gardé son caractère sauvage, notamment côté Bonneval-sur-Arc.



SAVOIE L'ÉVÊQUE / STOCK ADOBE.COM ©

5 PLONGER DANS LES LACS DE MONTAGNE

Ils résolvent le fameux dilemme “la montagne ou la mer ?”. Bénéficiant d'un ensoleillement record et d'une eau dépassant les 25°C, ils font le bonheur des baigneurs... et des amateurs de nautisme. Bateaux de croisière, voiliers, pédalos, paddles, barques électriques... il y en a pour tout le monde.



↑ LAC LÉMAN (P. 114)

Parce que ses eaux sont de très bonne qualité, le Léman attire les baigneurs de tous poils. Justifiant ainsi son statut de “mer intérieure” des Alpes.



↑ LAC DU BOURGET (P. 167)

Surplombé par l'imposante dent du Chat, le plus grand et plus profond lac naturel de France a conservé cet aspect sauvage si apprécié des âmes romantiques.

→ LAC D'AIGUEBELETTE (P. 163)

Il se distingue par la couleur bleu-vert de son eau frôlant parfois les 30°C, ses sept plages de sable fin et ses activités nautiques (bateau électrique, aviron) qui pour autant ne viennent jamais troubler la quiétude des lieux.



MONIQUE POUZET / STOCK ADOBE.COM ©



➤ LAC D'ANNECY (P. 66)

On profite de ses berges à vélo, de ses plages en maillot et de son eau transparente en pédalo. Au milieu de massifs préalpins, le "Grand Lac" assume son urbanité chic tandis que le "Petit Lac" se veut plus sauvage.

↓ LAC DE SERRE-PONCON (P. 380)

Ses criques sauvages et ses berges escarpées font oublier qu'il est d'origine artificielle. Bénéficiant d'un ensoleillement record et d'un vent régulier, ce lac à cheval entre les Hautes-Alpes et les Alpes de Hautes-Provence, est un paradis pour "voileux".



Le top des lacs d'altitude

- ▶ Lac de Roselend (p. 187)
- ▶ Lac Blanc (p. 91)
- ▶ Lac du Crozet (p. 271)
- ▶ Lac d'Allos (p. 414)



6 FAIRE LE PLEIN DE FROMAGES

Fromages et pâturages, mamelles des Alpes françaises.

Nombre d'exploitations fermières ouvrent leurs portes pour faire découvrir les différentes étapes de fabrication d'un produit, véritable emblème de toute une région.

TOFFREY / STOCK ADOBE.COM ©



↑ LA TOME DES BAUGES (P. 475)

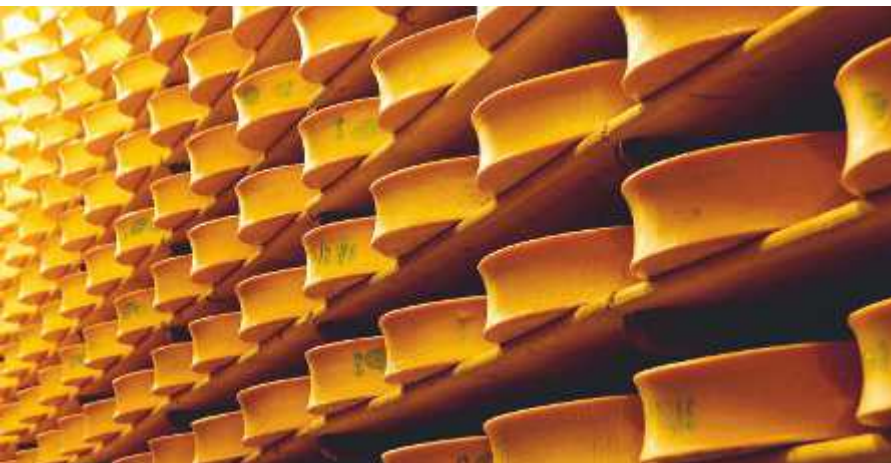
Parmi la centaine de variétés de tome de Savoie, la tome des Bauges se distingue. Pas seulement en raison de son "m" en moins. Pour un pique-nique, son goût fruité se marie à merveille avec le pain de campagne.

➔ L'ABONDANCE (P. 475)

Il doit son nom à la vallée qui l'a vu naître, le val d'Abondance, et la race bovine qui lui donne son lait. Son goût de noisette et sa légère pointe d'amertume en font un des fromages stars des Alpes.



D. L. R. L. C. / STOCK ADOBE.COM ©



↑ LE BEAUFORT (P. 185)

Originaire du Beaufortain, qu'il soit d'été (au goût fruité et floral) ou d'hiver (lorsque les vaches sont nourries au foin), le "prince des gruyères" est l'un des trois fromages (avec le comté et l'emmental) indispensables à une bonne fondue savoyarde.

↓ LE REBLOCHON (P. 474)

Essentiellement produit dans le massif des Aravis et dans le Val d'Arly grâce au lait crémeux de la seconde traite, le plus vendu des fromages savoyards se déguste cru ou bien fondu dans une délicieuse tartiflette, à savourer au chaud après une journée sur les pistes.



Et pour accompagner le fromage

- ▶ **Vin de Savoie**
(p. 162)
- ▶ **Crozet** (p. 477)
- ▶ **Tourte de Besse**
(p. 325)





SILLONNER LES VALLÉES

Laissez-vous submerger par la grandeur de ces espaces naturels à la force indomptable. Plateaux isolés, vallées à l'abri des grandes migrations touristiques, sommets oubliés... Bien que destination touristique très prisée, les Alpes françaises n'ont rien perdu de leur authenticité.



↪ VALLÉE DE LA CLARÉE (P. 348)

Jalonnée de petits hameaux d'alpage joliment restaurés, cette vallée bucolique est un long travelling de paysage alpin idéal. Avec une "capitale" Névaches, en décor de carte postale.



ISO 68 / STOCK ADOBE.COM ©

← VALLÉE DU GIFFRE (P. 140)

De Mieussy au cirque du Fer de cheval, majestueux amphithéâtre de falaises calcaires, vous voici dans l'eldorado de la balade. À pied, à vélo, à cheval ou à raquette.



OLIVIER CIRENDINI ©

← LE TRIÈVES (P. 306)

Micro-région iséroise dont les vallées fertiles s'étendent entre le massif du Vercors et la chaîne du Dévoluy, le Trièves et ses villages pittoresques constituèrent un refuge pour les huguenots durant les guerres de Religion.



Le top des stations- villages

► Le Chablais (p. 143)

► Vallouise-Pelvoux (p. 356)

► Arêches-Beaufort (p. 184)

► Domaine des 7 Laux (p. 276)

↓ VALLÉE DE L'UBAYE (P. 408)

Cernée par une série de hauts sommets, la vallée de Barcelonnette a conservé son caractère sauvage et traditionnel. Chamois, marmottes et meutes de loups cohabitent avec les quelque 7 000 habitants de la vallée.



JUAN CARLOS MUNOZ / STOCK ADOBE.COM ©

➤ BRIANÇON (P. 338)

Cité fortifiée exclusivement piétonne, la petite ville bâtie par Vauban envoûte ses visiteurs en baguenaude le long de ses jolies ruelles ensoleillées.



Les plus belles forteresses alpines

► **Barrière de l'Esseillon**
(p. 233)

► **Place forte de Mont-Dauphin** (p. 363)

► **Citadelle de Sisteron**
(p. 399)

➤ SAINT-VÉRAN (P. 374)

Plus haute commune de France, plus beau village de France, plus grand domaine skiable du Queyras... N'en jetez plus ! Les maisons traditionnelles ornées de cadrans solaires et ses ateliers d'artisans de Saint-Véran font figure d'incontournable.

CHRISTOPHE CAPPELLI / STOCK ADOBE.COM ©





8

APPLAUDIR LES BÂTISSEURS MONTAGNARDS

— Cités de pierres bâties pour résister aux climats extrêmes ou forteresses érigées pour intimider les envahisseurs, l'homme a fait montre de prouesses architecturales stupéfiantes pour s'adapter aux reliefs tourmentés des Alpes.

STUDIOBIGOTE / STOCK ADOBE.COM ©



↑ BONNEVAL-SUR-ARC (P. 247)

Au bout de la vallée de la Maurienne, Bonneval-sur-Arc, classé parmi les plus beaux villages de France, nous transporte au pays de Belle et Sébastien.



AUFÉLÉN ANTOINE / STOCK ADOBE.COM ©

← HAUTELUCE (P. 188)

En contrebas de la station des Saisies, cette petite cité montagnarde s'articule autour de sa superbe église Saint-Jacques d'Assyrie, reconnaissable à son bulbe en écailles métalliques et ses fresques extérieures en trompe l'œil.

9 S'OFFRIR UNE VIRÉE CITADINE

Valorisées dans l'imaginaire collectif par leur proximité avec les plus hauts sommets et les plus beaux lacs d'Europe, les grandes villes alpines renferment bien des trésors : des châteaux dans lesquels s'est nouée l'histoire de la région, des musées à visiter (même quand il ne pleut pas) et des rues commerçantes animées bordées de restaurants de plus en plus qualitatifs.

SÉROVIN / STOCK.ADOBE.COM ©



↑ ANNECY (P. 54)

Les façades ocre, rose et saumon de ses immeubles donnent à la ville un faux air d'Italie, le dédale de ruelles autour de la maison forte du Palais de l'île nous transporte en plein Moyen Âge, tandis que les abords du lac dégagent une atmosphère enivrante de Belle Époque.

↓ CHAMBÉRY (P. 154)

Dominée par le château des ducs de Savoie, la préfecture savoyarde arbore un joli centre ancien rythmé par d'élégants hôtels particuliers du XVI^e et du XVIII^e siècle. D'étonnants raccourcis – les allées – permettent de passer d'une ruelle pavée à l'autre, ni vu ni connu.



BONISB7 / STOCK ADOBE.COM ©



Le top des cités thermales

- ▶ Evian (p. 122)
- ▶ Thonon (p. 117)
- ▶ Aix-les-Bains (p. 167)
- ▶ Uriage-les-Bains (p. 266)

→ GRENOBLE (P. 254)

Juxtaposition de boulevards haussmanniens et de ruelles piétonnières, le centre historique de Grenoble dégage une atmosphère exquise de capitale à la montagne. Les nombreux musées (gratuits !) retraçant l'histoire de la région n'y sont pas pour rien.



XXXXXX / STOCK ADOBE.COM ©

10 ADMIRER LES TRÉSORS DE L'ART RELIGIEUX

Ornementation baroque, architecture néomédiévale, œuvres modernes multicolores... Dans les Alpes, les édifices religieux passent rarement inaperçus. Un décor ostentatoire qui fait écho aux paysages dans lesquels s'inscrivent ces joyaux du patrimoine national.



↑ LES ÉDIFICES BAROQUES DE MAURIENNE (P. 233)

Lanslebourg, Lansvillard, Avrieux, Bessans... Les églises et chapelles de la vallée de la Maurienne collectionnent les fresques colorées, les dorures et les angelots. Témoignage des grands moyens déployés aux XVII^e et XVIII^e siècles par l'Église catholique pour contrer la Réforme.

↓ NOTRE-DAME-DE-TOUTE-GRÂCE, PLATEAU D'ASSY (P. 102)

Construite de 1937 à 1946, cette église est un temple à la gloire de l'art moderne. Pierre Bonnard, Georges Braque, Marc Chagall, Fernand Léger, Henri Matisse... entre autres célébrités ont signé la décoration de la nef.



EDOUARD BAIL © TWT



Les plus belles églises perchées

▶ **Saint-Pierre-d'Extravache, Bramans** (p. 239)

▶ **Saint-Nicolas-de-Véroce, Saint-Gervais-les-Bains** (p. 109)

▶ **Chapelle Notre-Dame-des-Fontaines, La Brigue** (p. 438)

→ ABBAYE D'HAUTECOMBE (P. 177)

Phare religieux planté sur la côte sauvage du lac du Bourget, Hautecombe ouvre au public son église. Loin de la sobriété prônée par les Cisterciens à l'origine de l'abbaye. Sculpture, bas-relief, trompe-l'œil... le style troubadour du XIX^e siècle atteint ici son paroxysme.



MONIQUE POUZET / STOCK ADOBE.COM ©

Avant le départ

Itinéraire : 5 à 8 jours



Boucle des cols mythiques alpins

À vélo ou vélo électrique, à vous l'aventure sur la Route des Grandes Alpes ! Galibier, Lautaret, Mont-Cenis... vous franchirez les cols mythiques où se sont jouées les plus belles étapes du Tour de France.

Saint-Jean-de-Maurienne-Val-Cenis

Commencez votre périple à Saint-Jean-de-Maurienne, directement accessible en TGV. Passé Modane, c'est le début de la Haute-Maurienne avec ses nombreux sommets entre 3 000 et 4 000 m, puis la spectaculaire barrière de fortifications de l'Esseillon.

🚲 52 km entre Saint-Jean-de-Maurienne et Val-Cenis

L'Alpe d'Huez-Saint-Jean-de-Maurienne

Quittez L'Alpe d'Huez pour vous offrir d'incroyables vues sur la chaîne du Mont-Blanc et les aiguilles d'Arve et longer les lacs artificiels de Grand'Maison et de Verney. Comptez les 21 lacets du col de la Croix-de-Fer (2 064 m) et vous voilà de retour en Maurienne.

🚲 49,5 km entre l'Alpe d'Huez et Saint-Jean-de-Maurienne

Briançon-L'Alpe-d'Huez

Envie d'un petit supplément de cols légendaires ? Cette étape passe par la vallée de la Guisane et les gorges de la Romanche, puis franchit le col du Lautaret pour dévoiler les splendides vallons de la Meije et le massif de l'Oisans.

🚲 73,89 km entre Briançon et l'Alpe-d'Huez





Val-Cenis-Oulx (en Italie)

Après Val-Cenis, le col du Mont-Cenis (2 081 m) s'atteint après avoir franchi 683 m de pente sur 10 km. En récompense : le magnifique lac du Mont-Cenis et son panorama grandiose. Passé la frontière italienne, voilà les petites villes de charme du val de Suze, puis Oulx.

🚲 72,25 km entre Val-Cenis et Oulx

2

Valloire-Saint-Jean-de-Maurienne

À Valloire, visitez l'église Notre-Dame-de-l'Assomption, chef-d'œuvre baroque à ne pas manquer, puis retour à la case départ en une vingtaine de kilomètres sans difficulté majeure.

🚲 20 km entre Valloire et Saint-Jean-de-Maurienne

5

Briançon-Valloire

En route pour les Alpes du Nord avec deux passages mythiques s'il en est : le col du Lautaret (2 058 m) puis le col du Galibier (2 642 m), la Mecque des cyclistes (61 passages du Tour de France !). D'inoubliables panoramas sur les glaciers des Écrins vous attendent.

🚲 54 km entre Briançon et Valloire

4

Oulx-Briançon

Retour en France via le col de l'Échelle (1 762 m) et la splendide vallée de la Clarée, l'une des plus belles des Hautes-Alpes. Au cœur du massif des Cerces, vous serez veillé par le mont Thabor (3 178 m). Destination finale, Briançon et ses superbes fortifications Vauban.

🚲 45 km entre Oulx et Briançon

3



4



5

Avant le départ

Itinéraire : 10 jours



Merveilles des Hautes-Alpes

D'alpages paisibles en glaciers coiffés d'azur, au fil de villages montagnards préservés, cet itinéraire très complet se savourera sous le soleil, sans lésiner sur la baignade et les visites historiques ou culturelles. Vous commencerez par Briançon, rapidement accessible grâce à la gare TGV d'Oulx, à 30 km en Italie.

La Grave (p. 347)

À La Grave, empruntez le téléphérique de la Meije et immergez-vous sans effort dans l'univers de la haute montagne. Entre rocs, glace et azur, vous serez propulsé à 3 200 m d'altitude. Face à vous, la Meije (3 892 m) et de majestueux glaciers.

🚠 Depuis Briançon, TER jusqu'à L'Argentière-Les Écrins, puis navette Zou S30 jusqu'au Pré de Madame Carle

Vallée de la Vanoise (p. 352)

Tout en fond de vallée, le Pré de Madame Carle est un haut-lieu de randonnée. C'est de là que les alpinistes s'élancent pour l'ascension de la Barre des Écrins (4 102 m). Une balade familiale plus facile conduit au splendide Glacier Blanc.

🚠 De Briançon, TER jusqu'à Mont-Dauphin-Guillevre, puis navettes jusqu'à Saint-Véran

Gap (p. 384)

Terminez par la découverte de Gap et du vaste domaine de Charance, la montagne en pleine ville !

Pour une pause culturelle, allez admirer les collections hétéroclites du musée-muséum.

Embrun et le lac de Serre-Ponçon (p. 377)

Laissez-vous surprendre par le charme tout méridional d'Embrun et ses placettes accueillantes.

Après avoir visité la cathédrale, direction le lac de Serre-Ponçon pour une virée en stand-up paddle ou une simple baignade.

🚠 D'Embrun, TER jusqu'à Gap

6

5



Briançon (p. 338)

Perchée à 1 326 m d'altitude, la deuxième plus haute ville d'Europe abrite une délicieuse cité médiévale et des fortifications Vauban inscrites au Patrimoine mondial de l'Unesco.

🚌 Depuis Briançon, ligne de bus Zou 35 jusqu'à La Grave, puis téléphérique

4

Queyras (p. 359)

Ce parc naturel particulièrement préservé séduit par ses hameaux authentiques, ses bourgs montagnards haut-perchés tel que Saint-Véran, plus haut village d'Europe, et la richesse de sa faune et sa flore, à observer dans les forêts de mélèzes et les alpages.

🚌 De Mont-Dauphin-Guilleville, TER jusqu'à Embrun et navette jusqu'aux plages



5



4

Avant le départ

Itinéraire : 7 jours



Échappée ferroviaire et grandes villes

Après une perfusion de culture à Montpellier, Sète, Béziers et Pézenas, prenez le vert dans l'arrière-pays, au cœur du parc naturel régional du Haut Languedoc.

Anney (p. 54)

Débutez par une découverte de la Venise des Alpes : son cœur médiéval, ses canaux, son château et les anciennes prisons du palais de l'île. Vous pouvez louer un vélo pour faire le tour du lac.

🚆 D'Anney, TER jusqu'à Chambéry-Challes-les-Eaux

1

Chambéry (p. 154)

Laissez-vous charmer par le vieux Chambéry, ses passages et traboules, son château et le trompe-l'œil de sa cathédrale. Le musée Jean-Jacques Rousseau vaut vraiment le détour.

🚆 De Chambéry-Challes-les-Eaux, TER jusqu'à Grenoble

2

Grenoble (p. 254)

Féru d'histoire ? Cap sur l'étonnant musée archéologique Saint-Laurent, qui vous fera revivre intensément 2 000 ans d'histoire. Soif d'arts ? Prévoyez plusieurs heures au musée des Beaux-Arts pour admirer la peinture occidentale du XIII^e siècle à aujourd'hui.

🚆 De Grenoble, TER jusqu'à Gap

3

Grenoble-Gap en train

Pendant 2h30 de parcours, le TER qui relie les Alpes du Nord à celles du Sud en passant par le plateau du Trièves est un voyage en soi ! Sur 136 km, pas moins de 27 tunnels, 5 ponts et 15 viaducs ont été aménagés, avec un panorama remarquable sur le mont Aiguille et l'Obiou.

4

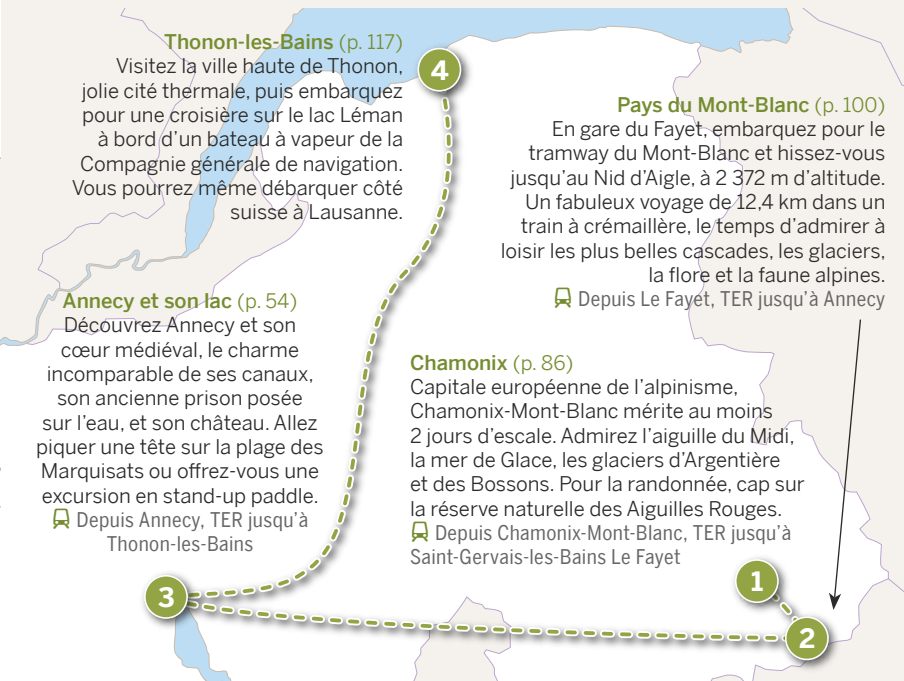


Itinéraire : 7 jours



Une semaine en Haute-Savoie

Sous l'œil du mont Blanc, allez d'abord approcher séracs et glaciers alpins, cédez aux plaisirs nautiques à Annecy, la merveilleuse Venise des Alpes, et voguez sur le lac Léman, véritable mer à la montagne.



Avant le départ

Itinéraire : 8 jours



Cocktail savoyard

Depuis l'agréable Chambéry, vous gagnerez successivement plusieurs grandes vallées, au caractère bien distinct. L'occasion d'apprécier des villages de montagne préservés, de s'extasier devant des églises baroques et de randonner dans des paysages de toute beauté.



Albertville et le Beaufortain (p. 181)

Gagnez la cité olympique d'Albertville et partez en excursion dans le Beaufort, le petit "Tyrol savoyard". Depuis Arèche-Beaufort, une randonnée de 4h30 permet d'atteindre le merveilleux lac de Rosend.

🚆 Revenir à Albertville, puis train jusqu'à Bourg-Saint-Maurice et funiculaire jusqu'aux Arcs

Les Arcs et la Tarentaise (p. 213)

Paradis pour les sportifs, Les Arcs offre des possibilités infinies de randonnée et de circuits VTT. Le point culminant du massif, l'aiguille Rouge (3 226 m), est accessible en téléphérique. Vue à couper le souffle sur les Alpes françaises, suisses et italiennes !

Chambéry (p. 154)

Arpentez les passages et ruelles du vieux Chambéry, saluez les "quatre sans cul", montez jusqu'au château. Et gardez quelques heures de visite pour la maison de Rousseau et le musée des Beaux-Arts.

🚆 TER jusqu'à Modane, et navette pour Bonneval-sur-Arc

Maurienne (p. 222)

Au pied du col de l'Iseran, tout au fond de la vallée de haute Maurienne, Bonneval-sur-Arc, classé plus beau village de France, vous attend à 1 850 m d'altitude. Admirez les chalets en pierre et bois coiffés d'un toit de lauze et allez randonner dans les environs.

🚆 Revenir à Modane, puis TER pour Albertville et navette pour Arèche-Beaufort



Itinéraire 4 jours



Tour du Queyras

Le GR56, ou Tour du Queyras, est un sentier de grande randonnée qui traverse tout le parc naturel. Quatre jours de marche permettent déjà de voir quelques-uns des sites et paysages les plus emblématiques de ce territoire sauvage et très préservé.

De Ceillac à Saint-Véran par le col des Estronques

Vous démarrerez votre tour à Ceillac, charmant village gardé par le pic de la Font Sancte, le point culminant du Queyras (3 385 m). Vous mettrez le cap à l'est et franchirez de belles forêts de mélèzes avant d'arriver à Saint-Véran, plus haut village d'Europe.

🥾 Dénivelé : +980 m / -700 m / +100 m ; temps de marche : 6h30

De Saint-Véran au Refuge Agnel par le col Chamoussière

À Saint-Véran, admirez les chalets traditionnels à fustes et les cadrans solaires, puis suivez la direction de la jolie chapelle de Clausis et l'impétueux torrent de l'Aigue Blanche. Vous traverserez de paisibles alpages, et amorcerez votre arrivée sur le refuge Agnel, à deux pas de l'Italie.

🥾 Dénivelé : +830 m / -300 m ; temps de marche : 5h30

De l'Échalp à Abriès (par la Colette de Gilly)

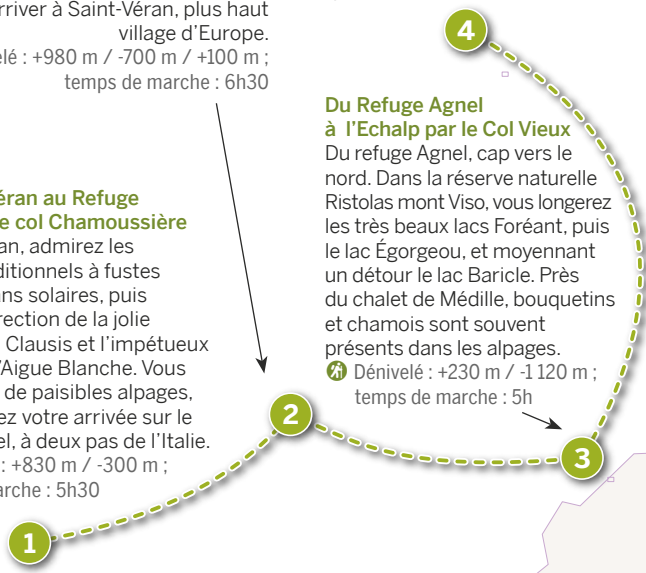
Cette dernière étape a principalement lieu sur la crête de Gilly, qui offre une vue dégagée sur tout le massif du Queyras jusqu'aux Écrins. Vous pourrez aussi apercevoir le deuxième sommet du Queyras, le pic de la Rochebrune (3 320 m), et derrière, la Tête du Pelvas.

🥾 Dénivelé : +890m / -1030m ; temps de marche : 5h30

Du Refuge Agnel à l'Échalp par le Col Vieux

Du refuge Agnel, cap vers le nord. Dans la réserve naturelle Ristolas mont Viso, vous longerez les très beaux lacs Foréant, puis le lac Égorgeou, et moyennant un détour le lac Baricle. Près du chalet de Médille, bouquetins et chamois sont souvent présents dans les alpages.

🥾 Dénivelé : +230 m / -1 120 m ; temps de marche : 5h



Avant le départ

Itinéraires : 2-3 jours



Idées week-end

Envie d'une escapade au grand air ? Les villes alpines et certains massifs sont facilement accessibles en train et bus, et se prêtent bien à de courts séjours. De quoi séduire à la fois les amateurs de culture et les sportifs !

Week-end romantique à Annecy (p. 54)

Il faut au moins un week-end pour avoir le temps de bien appréhender les charmes d'Annecy, se perdre et se repérer dans son dédale de canaux, prendre le temps de grimper jusqu'à son musée-château. Et finir en beauté en louant une barque au pont des Amours pour aller voguer sur le lac, cerné par les massifs préalpins.

Aix-les-Bains et le lac du Bourget (p. 167)

Faites d'abord halte à Aix-les-Bains pour profiter des eaux thermales et vous faire dorloter dans un spa. Promenez-vous au bord du magnifique lac naturel du Bourget, qui séduit par son caractère sauvage. Pour une vue d'ensemble, prenez une navette pour le mont Revard. À 1 537 m d'altitude, une plateforme de verre située au-dessus du vide vous permettra d'admirer le lac et les montagnes qui le cernent. Fabuleux !

 L'été, la ligne Nature relie Aix-les-Bains à La Féclaz en passant par Le Revard.

1

Grenoble et le Vercors (p. 254 et 288)

En plus de sa vieille ville, Grenoble regorge d'excellents musées pour se laisser conter art et histoire. Offrez-vous ensuite une mémorable randonnée dans le Vercors. Depuis Villard-de-Lans, accessible en bus, gagnez par exemple le refuge de la Soldanelle. Entre falaises abruptes et décor minéral, à vous les panoramas sur le Trièves et les Alpes du Sud.

 Les lignes 5100 et 5110 de Transisère desservent Villard-de-Lans.



Bol d'air dans la vallée de la Clarée (p. 348)

Juste avant l'Italie, cette vallée à l'atmosphère de bout du monde est vraiment des plus sauvages. À l'entrée de la vallée, établissez votre campement à Val-des-Prés, un village authentique dont vous pourrez admirer les chapelles, églises et cadrans solaires. Puis partez savourer les prairies d'alpage, les lacs d'altitude, la flore alpine (chardon bleu, digitale pourpre...). Dépaysement garanti !
 Val-des-Prés est accessible en bus depuis la gare TGV d'Oulx, reliée à Paris et Lyon



DE HAUT EN BAS : J. AUNEOE / STOCK ADOBE.COM © J. OULX / STOCK ADOBE.COM ©

Avant le départ

L'agenda



ITALIA/PHOTOLIA/STOCK.ADOBE.COM ©

Janvier

✦ Marathon international de ski de fond

Mi-janvier, le plateau de Bessans (haute Maurienne), accueille plus d'un millier de skieurs de fond qui s'affrontent lors d'une dizaine de courses réparties sur 2 jours.

✦ La Grande Odyssée Savoie Mont-Blanc

Cette course internationale de chiens de traîneaux longue distance réunit, chaque année, les meilleurs mushers pour 800 km d'un périple traversant plus d'une vingtaine de stations de Haute-Savoie et de Savoie.

✦ Concours international de sculpture sur neige

Un concours qui attire à Valloire des équipes venues du monde entier, mises au défi de créer une œuvre à partir d'un cube de neige de 50 m². La semaine précédente, concours de sculptures sur glace.

☆ Classicaval

Ce festival de musique classique, divisé en deux volets, l'un en janvier et l'autre en mars, rythme l'hiver de Val-d'Isère, en proposant des concerts d'artistes internationaux dans l'église baroque Saint-Bernard-de-Menthon.

✦ Altitude Jazz

Enfilez votre doudoune pour profiter des concerts en plein air organisés sur le domaine de Serre-Chevalier à la fin du mois de janvier.

Février-mars

☆ Festival international d'art pyrotechnique

Les leaders des shows de feux d'artifice viennent se mesurer les uns aux autres, pour le plaisir du public, à la station de Courchevel, lors de week-ends de février et mars. Les spectacles sont gratuits et précédés de descentes aux flambeaux.



✚ Pierra Menta

Compétition internationale de ski alpinisme, dans le Beaufortain. Les concurrents avalent 10 000 m de dénivelé positif et négatif en 4 jours, et des milliers de spectateurs montent les soutenir dès 5h du matin dans une ambiance très chaleureuse. Également une version estivale en juillet.

✚ Carnaval vénitien

Au moins 250 paires d'yeux cachées sous des masques et de très beaux costumes recréent à Annecy l'atmosphère vénitienne durant deux jours, courant mars.

☆ Rock the Pistes Festival

Concept unique en Europe : des concerts inclus dans le forfait de ski, sur des scènes éphémères installées sur les pistes des Portes du Soleil ! De grands noms des musiques actuelles pendant une semaine.

☆ Tomorrowland Winter

L'édition hivernale de ce gros festival de musique électronique se tient à L'Alpe-d'Huez au pied des pistes.

Avril

☆ Festival Aventure et Découverte

Quatre jours de projections de films d'aventure à Val-d'Isère pour un tour du monde tout en frissons.

☆ Live in Tignes by Francofolies

Trois jours de concerts et DJ Set gratuits pour le plus haut after-ski d'Europe.

✚ Derby de La Meije

Le 1^{er} dimanche d'avril, 800 coureurs se retrouvent à La Grave pour une course folle sur les pentes du glacier.

☆ Les grands rendez-vous

La Grande Odyssée, janvier

Musilac, juillet

Ultra-Trail du Mont-Blanc, août

Fête du lac d'Annecy, août

Grand Bivouac, octobre

Le carnaval vénitien d'Annecy, mars

Mai

☆ Les Vocales de Thônes

Musiques d'ici et d'ailleurs, concerts pendant une semaine, fin mai début juin.

☆ Tous dehors (enfin) !

Ce festival des arts vivants se déroule au domaine de Charance et dans les rues de Gap.

Juin

☆ Festival international du film d'animation

Le "Cannes de l'animation" se déroule à Annecy début juin. Il met en compétition des films de toutes sortes : marionnettes, dessins animés, 3D.

☆ Les Estivales du Château

Musique du monde, variété, théâtre, ballet, opéra... beaucoup d'éclectisme pour ces rendez-vous réguliers de juin à fin août, dans la cour d'honneur du château des ducs de Savoie, à Chambéry.

✚ Fête des Fromages de Savoie

Producteurs de fromages de la région et gourmets se retrouvent dans une ambiance festive. Chaque année, le lieu du rendez-vous change.

À gauche : carnaval vénitien d'Annecy

Juillet

☆ Festival baroque

Concerts, conférences, visites guidées, animations en tout genre à Cordon, la première quinzaine de juillet.

☆ Montjoux Festival

Pop rock et musique du monde durant trois jours dans le cadre idyllique du parc du château de Montjoux, au bord du Léman.

☆ Musilac

Ce festival est devenu au fil des ans l'un des plus gros rendez-vous de musiques actuelles en France, avec un public d'environ 80 000 personnes se massant sur l'esplanade du lac du Bourget. Muse, Placebo, Lenny Kravitz, The Prodigy ou Franz Ferdinand y sont passés.

☆ Vercors Music Festival

Durant 3 jours, groupes émergents de pop, rock, électro, hip-hop et autres musiques actuelles se produisent sur la scène en plein air d'Autrans.

✱ Pèlerinage des Vernettes

Le 16 juillet, il rassemble plusieurs centaines de personnes au sanctuaire Notre-Dame-des-Vernettes, à Peisey-Vallandry.

☆ Festival international de la musique mécanique

Plusieurs centaines de participants d'une douzaine de pays envahissent le village des Gets. Concerts, ateliers et conférences. Les années paires uniquement.

☆ Les Pépites

Une dizaine de concerts gratuits en juillet-août à Samoëns, pour découvrir les nouveaux talents des musiques actuelles.

☆ Cosmo Jazz Festival

Une série de concerts en altitude et dans le centre de Chamonix, fin juillet.

☆ Pèlerinage de Saint-Anne

Le 26 juillet, les habitants de Ceillac, dans le Queyras, se rendent en pèlerinage à la chapelle Saint-Anne.

Août

✱ Fête du Lac

Un feu d'artifice très prisé au-dessus du lac d'Annecy, le premier samedi d'août.

☆ Festival européen de bluegrass

Le bluegrass a ses adeptes, puisque 12 000 personnes viennent danser au rythme de cette variante de la musique country, interprétée par une trentaine de groupes originaires de toute l'Europe et des États-Unis. À La Roche-sur-Foron.

☆ Rock'n Poche Festival

"Le plus grand festival de rock de Haute-Savoie du monde" réunit un public fidèle de 10 000 personnes sur deux jours pour acclamer des artistes, confirmés ou non, à Habère-Poche.

☆ Feuiliazhe

Festival des musiques alpines avec concerts, bals, luthiers et artisans. Sur le plateau de Plaines-Joux, à Bogève, dans la vallée Verte.

☆ Festival Les Nuits d'Été

Danse, musique, théâtre, installations : deux semaines de spectacles dans des lieux insolites de l'avant-pays savoyard et de Chartreuse. Artistes professionnels et amateurs.

✱ Fête du reblochon

Chaud, froid, fraîchement moulu ou plus affiné : La Clusaz met le reblochon à toutes les sauces !

✱ Pyroconcerts

En août, la jolie baie de Talloires (lac d'Annecy) s'illumine pour un spectacle musical et pyrotechnique.

✱ Assomption

Le 15 août, plus d'un millier de fidèles se réunissent en la chapelle Notre-Dame de Myans. Aux Contamines-Montjoie, chaque année, l'église Notre-Dame-de-la-Gorge est également un lieu de pèlerinage très fréquenté pour l'Assomption.

✪ La Belle Dimanche

L'une des plus anciennes fêtes d'alpage et des bergers de la région. Démonstrations de vieux métiers, activités pour les enfants, musique traditionnelle... Le 3^e dimanche d'août à Châtel.

✪ Navig'Aix

Coques en acajou, embarcations à vapeur, runabouts... Le temps d'un week-end (le dernier d'août), ce rassemblement de rétronautisme au Grand Port, sur le lac du Bourget, nous transporte au temps de la période faste d'Aix-les-Bains.

✪ Ultra-Trail du Mont-Blanc

La course de tous les superlatifs : 2 000 coureurs parcourent 168 km autour du Mont-Blanc (9 600 m de dénivelé positif). Les premiers terminent en une vingtaine d'heures. Fin août.

Septembre

✪ Foire de Crête

L'une des plus anciennes foires françaises puisqu'elle remonterait au XVI^e siècle ! La principale manifestation populaire de Thonon-les-Bains, pendant une semaine, avec fête foraine et foire agricole.

✪ Festival des nuits romantiques

En mémoire des auteurs romantiques que le lac du Bourget a inspirés, Aix-les-Bains organise ce festival de musique romantique. Outre la cité thermale, la grange batelière de l'abbaye d'Hautecombe, Chambéry et Annecy accueillent aussi des concerts. Un compositeur est mis à l'honneur chaque année. Fin septembre-début octobre.

Octobre

✪ Festival international de la bande dessinée

Parrainé par Franquin lors de sa création en 1975, ce grand rendez-vous chambérien

donne l'occasion aux amoureux de BD de rencontrer leurs dessinateurs et scénaristes préférés.

✪ Retour des alpages

Le deuxième samedi d'octobre, les rues d'Annecy sont noires de monde pour accueillir la descente des troupeaux, célébrée depuis le Moyen Âge. Défilé des vaches, présentation de vieux métiers, groupes folkloriques, dégustation de produits du terroir...

☆ Le Grand Bivouac

Ce festival autour du thème du voyage réunit quelque 30 000 personnes durant trois jours à Albertville. Conférences, expos photos, spectacles et concerts de musique du monde.

Novembre

☆ Festival du cinéma rural

Cinq jours de projections de films autour du thème de la ruralité, en présence des réalisateurs, à La Biolle, près d'Aix-les-Bains.

Décembre

✪ Critérium de la Première Neige

Deux week-ends d'épreuves de Coupe du monde de ski alpin en accès libre à Val-d'Isère.

☆ Festival de cinéma européen des Arcs

Plus d'une centaine de films sont présentés à l'occasion de ce festival au cœur de la station des Arcs. Nombreux concerts et animations en marge de l'événement.

✪ Le fabuleux village

Un marché de Noël vraiment pas comme les autres. De mi-décembre à début janvier, les Flottins, curieux petits personnages, envahissent les rues et les places d'Évian, dans un univers de rêverie fantastique.

Avant le départ

Voyager en famille

Samoëns 1600 (p. 142) ;



Il y a peu de chances que vos enfants s'ennuient en séjournant dans les Alpes. Hiver comme été, beaucoup de stations proposent des offres qui ménagent le budget des familles, ainsi que des activités qui leur sont destinées : découverte de nouvelles techniques de glisse, animations, concerts... Chacun devrait pouvoir trouver une occupation à son rythme !

Activités

En toute saison, les possibilités d'activités semblent infinies. L'hiver, les tout-petits s'occupent au jardin des neiges et vivent souvent leurs premières sensations de glisse en pratiquant la luge. À partir de 2-3 ans pour les plus intrépides, des moniteurs de ski peuvent déjà les initier à la flexion du genou et au planter de bâton. Mais il ne s'agira que d'une première découverte. Il faut généralement

attendre 4 ou 5 ans pour que l'enfant commence vraiment à accrocher. Surtout, les massifs alpins ne sont pas seulement réservés aux skieurs très expérimentés. Les pistes vertes et bleues sont nombreuses et les jeunes débutants pourront prendre confiance avant de se risquer sur les spatules de leurs parents.

Si vous n'avez pas le courage d'expliquer vous-même les bases de la glisse à vos enfants, vous pourrez recourir à un moniteur de l'ESF (voir l'encadré p. 488). Cela vous coûtera plus cher mais des vacances réussies le sont parfois à ce prix...

Les ados en recherche de sensations fortes se tourneront sans doute plus volontiers vers le snowboard. Les grosses stations (Avoriaz, La Clusaz, Villard-Corrençon, Serre-Chevalier, L'Alpe-d'Huez, les Deux-Alpes...) disposent bien souvent d'un snowpark élaboré qui leur permettra de se frotter à toutes les disciplines : half-pipe, slalom parallèle alpin, big air, boardercross...



Randonnée au-dessus de Peisey-Nancroix (p. 219)



CATALYSTUR / STOCK.ADOBE.COM ©

L'été, les grands lacs alpins (Aiguebelette, Annecy, Bourget et Léman, Serre-Ponçon) offrent de belles possibilités de baignade et de sports nautiques agréables en famille (pédalo, barque, stand-up paddle...) ou plus exigeants (aviron). Les sports d'eaux vives à pratiquer dans les rivières et les torrents devraient plaire aux plus grands : canyoning, rafting, hydrospeed... Sans oublier la grimpe, avec l'escalade et la via ferrata.

Les activités à pratiquer avec les animaux sont également très plaisantes : cani-randos avec des chiens de traîneaux, balades à dos d'âne dans les montagnes, observation des bouquetins et des marmottes à la jumelle (au parc de Merlet, aux Houches, par exemple).

Et puis il reste toujours les grands classiques à pratiquer en famille : belles randonnées à pied, à VTT, à cheval, farniente dans les piscines d'altitude avec vue sur les cimes, glisse à la patinoire...

Randonner avec des enfants

Randonner en pleine nature est une excellente école de la vie. Cela permet aux enfants de développer leur autonomie, de découvrir et d'apprendre à respecter la faune et la flore. Mais gare à bien choisir votre balade en fonction de l'âge des bambins : durée (pensez au retour lorsqu'il ne s'agit pas d'une boucle), dénivelé, altitude. Gardez bien en tête que dans son porte-bébé, le tout-petit est immobile. Il est alors plus vulnérable aux aléas climatiques. Ne surestimez pas vos forces non plus. Faites impérativement une pause au bout de 2 heures de portage.

N'oubliez pas les lunettes de soleil, l'écran total, un chapeau et des vêtements couvrants. Ne dépassez pas les 1 800-2 000 m d'altitude avec un enfant de moins de 18 mois. Méfiez-vous également des téléphériques, qui font prendre de l'altitude sans palier (les risques d'otite sont réels).

À partir de 4 ans et jusqu'à 8 ans, les enfants peuvent marcher de 3 à 12 km

et monter jusqu'à 2 000-2 500 m d'altitude. Comptez une moyenne de 1 à 3 km/h pour les plus grands. Entre 8 et 12 ans, les balades peuvent faire jusqu'à 15 km par jour, et des circuits de plusieurs jours peuvent être organisés (si les parents portent les sacs). Dès 12 ans, ils peuvent faire des randonnées proches de celles des adultes. Dans tous les cas, si l'enfant peine un peu, sachez qu'il n'y a pas que les capacités physiques qui entrent en ligne de compte, la motivation est importante également. Pour le stimuler, inventez des jeux, chantez, invitez ses amis de vacances ou d'école, ou utilisez les services d'un accompagnateur en montagne. Avoir un objectif motivant est aussi un élément important de toute randonnée.

Labels et tarifs

Vingt-cinq stations savoyardes ont reçu le label national "Famille Plus Montagne", qui garantit d'excellentes conditions d'accueil pour les petits et les grands : commerces et services à proximité immédiate, animations pour tous les âges, tarifs familiaux, professionnels formés à l'accueil des enfants... Vous pouvez consulter la liste de ces stations sur le site www.familleplus.fr.

Babysnow

Cette sorte de trottinette des neiges fait fureur ! Elle est constituée d'une planche de surf, d'un guidon fixe à l'avant, d'une selle en toile tendue et d'un manche piloté par un moniteur de ski. Elle permet aux enfants de 1 an de connaître leurs premières sensations de glisse tout en étant accompagnés. Cette activité est, par exemple, proposée à l'ESF de Morzine-Avoriaz.

À ne pas manquer avec des enfants

Musées et attractions

Musée des Cristaux – Espace Tairraz (Chamonix) Pour découvrir comment se forment les cristaux et tout savoir sur l'histoire de l'alpinisme (p. 87).

Galerie Eurêka (Chambéry) Expositions ludiques à tendance scientifique et espace montagne interactif (p. 160).

La Magie des automates

(Lans-en-Vercors) Un monde féérique de personnages et de machines animées (p. 288).

Musée de l'ours des cavernes

(Entremont-le-Vieux) Partez sur les traces des plantigrades de la préhistoire (p. 286).

Musée de l'abeille (Moline-en-Queyras)

Un écomusée pour découvrir la vie des apiculteurs d'hier et d'aujourd'hui (p. 373).

Sites naturels

Parc de Merlet (Les Houches) En toute saison, ce site naturel permet de très belles balades. L'été, on peut y observer marmottes, bouquetins, lamas... (p. 99)

Mer de Glace (vallée de Chamonix) Cette vaste étendue de glace et la grotte sculptée qu'elle abrite émerveilleront petits et grands (p. 88).

Rosuel (Peisey-Nancroix) Un magnifique cirque glaciaire à la faune et à la flore riches, et une porte d'entrée de la Vanoise (p. 219).

Massif des Bauges Classé parc régional, il est le cadre idéal de petites promenades familiales en moyenne montagne (p. 178).

Grotte de Choranche La visite de ses impressionnantes galeries souterraines se conclut par un spectacle son et lumière (p. 294).

Parc Alpha – Le temps du loup

L'occasion d'observer au plus près ces animaux très craintifs et de comprendre leur mode de vie singulier... (p. 425)

Plages

Plage de sable d'Excenevex Le long du Léman, une plage aux airs de Côte d'Azur. Accès progressif dans l'eau. Aires de jeux (p. 115).

Plage de l'Impérial (Annecy) Herbe et sable : une plage idéale pour la détente et les baignades (p. 60).

Plage de sable des Mottets (Viviers-du-Lac)

Au sud du lac du Bourget. Surveillée en juillet-août, jeux pour enfants, pistes de roller et skateboard, tables de barbecue (p. 174).

Plages des bases de loisirs des Ilettes et de Passy (Sallanches)

Des plages aménagées et surveillées en été, avec superbe panorama sur le mont Blanc (p. 101).

Plage de la base de loisirs du Sougey

Plage de sable du lac d'Aiguebelette, surveillée de mi-juin à fin août. Jeux pour enfants, et bar-restaurant (p. 164).

Plan d'eau biotope (Combloux)

Pour une baignade face au mont Blanc dans une eau limpide, régénérée par 10 000 plantes aquatiques (p. 104).

Plan d'eau d'Embrun Des plages engazonnées surveillées en juillet-août (p. 379).

Lac de Serre-Ponçon 9 plages sont labellisées Pavillon bleu (p. 380).

Stations d'été

Les Gets Idéal pour les familles qui souhaitent pratiquer le VTT (p. 132).

Les Contamines-Montjoie Plan d'eau et base de loisirs multiactivité. Belles possibilités de randonnées tout niveau (p. 113).

Aussois Aux portes de la Vanoise, jeu de piste au cœur des forts de l'Esseillon, des bassins ludiques en accès libre, Parcbranche du Diable dès 3 ans.. (p. 233).

Lac de la Rosière (Courchevel 1650)

Sa base nature offre des activités pour toute la famille. Via ferrata impressionnante mais accessible dès 8 ans (p. 195).

Praz-sur-Arly Animations estivales pour les bambins, aire de loisirs multisport, randonnées familiales, "circuit poussettes" et balade à thème pour les enfants (p. 106)..

Arvieux Plusieurs belles balades familiales partent de cette agréable station-village du Queyras (p. 366).

Stations d'hiver

Samoëns Centre aéré, patinoire, espace luge, circulation facile... Idéal pour familles (p. 140).

Les Houches Très appréciée pour le ski en famille. Activités pour ados et petits (p. 98).

Arêches-Beaufort Piste de luge, pistes de ski pour tous niveaux, aire de jeux sur neige, garde d'enfants et esprit village (p. 184).

Chamrousse Des générations d'enfants ont appris le ski dans cette station proche de Grenoble labellisée Famille Plus (p. 268).

Garderies

Beaucoup de stations ont des structures adaptées à l'accueil des enfants (réservez !).

Hôtels

Les hôtels proposent souvent des forfaits pour les familles avec des tarifs intéressants en demi-pension ou en pension complète. Ils disposent souvent de piscines chauffées, appréciables en cas de pluie !

Les chambres d'hôtes à la ferme permettent aux enfants d'observer la traite des vaches et les soins aux animaux. Et d'excellents produits fabriqués sur place sont souvent présents sur la table du petit-déjeuner (tartes aux myrtilles, fromages...).

Restaurants et repas

Les menus enfants sont rarement chiches. Au pays de la charcuterie, du fromage et de la pomme de terre, les enfants ne devraient pas trop boudier leur assiette. Les recettes au fromage fondu (raclette, fondue savoyarde, berthoud...) sont très agréables à partager en famille. Dans les hébergements avec cuisine, les appareils nécessaires à leur réalisation vous seront souvent prêtés.

