



**Haute Maurienne
Vanoise**

*Explorez
vos envies
de montagne*

HIVER 2015 -2016

**Mountains
to meet
your dreams**

Winter 2015 -2016

VAL CENIS | BESSANS | BONNEVAL SUR ARC
PARC NATIONAL DE LA VANOISE

Editorial

Editorial

De la Haute Maurienne Vanoise, certains retiendront les paysages enneigés d'une stupéfiante beauté. D'autres parleront de villages tellement authentiques qu'on les croirait poussés à même la pente. D'autres encore vous décriront un fantastique terrain de jeu, où les règles se réinventent au gré de chacun. Mais tous sans exception ne pourront que vous recommander d'y aller. Parce que, que l'on soit givré de glisse ou fondu de gastronomie, aventurier dans l'âme ou simplement curieux de nature, une telle réserve d'émotions, ça ne se refuse pas.

When asked about Haute Maurienne Vanoise, some visitors will remember the breathtakingly beautiful snow-covered landscapes. Others will talk of the truly authentic villages nestling in the mountains. And yet others will describe a fantastic playground, where you are free to do as you please. But everyone without exception will recommend that you go there. Because whether you long to be out on the slopes, enjoy a cosy meal in the warm, find yourself or are simply naturally inquisitive, this treasure-trove of emotions is irresistible!

Ce document est une publication de l'Office de Tourisme de Haute Maurienne Vanoise, 6 rue Napoléon - 73480 Lanslebourg • Directeur de la Publication : Cédric BRUNET • Conception et réalisation : www.felix-creation.fr • Crédits photos : Simon Christian, Daniel Durand Fresh Influence, Franck Ribard Regard Objectif, Agence Anrigo Photo, Alban Pernet, Joseph Jeanmart, Pierre Huart, Emmanuelle Rosaz, OT Haute Maurienne Vanoise, Christophe Moulin, Philippe Schuller, Pascal Lahure, Kévin Lemarec, E. Jorcin/ESI, Christophe Caron/Husky Adventure, Parc national de la Vanoise/Michel Bouche, Apache, Eric Travers, Thierry Lopez/Grande Odyssée, L. Collinet - Fotolia - ZoomTeam/Wojciech Gajda/Alexander Rochau/Catherine Clavery/vojik/Joshua Resnick/yanikap/B. Bouvier/Maria Pazhyina/thier/MNSstudio/galam/Fotowork/pap1263 • Impression : Adunat Communication, imprimé à 15 000 exemplaires exemplaires • ROVS Atout France IM073110045 - Licences Entrepreneur spectacle : 2-1054390 et 3-1054591. Ne pas jeter sur la voie publique - Novembre 2015. Les informations contenues dans ce document nous ont été gracieusement communiquées par les partenaires économiques. Elles sont données à titre indicatif exclusivement et peuvent être modifiées sans préavis, par suite de fluctuation important de l'indice du prix, de la conjoncture financière ou du fait de simples décisions administratives ou de conventions internationales. Les modifications ne sauraient engager, en aucun cas, la responsabilité de l'Office de tourisme. Ce document est non contractuel puisque réalisé longtemps à l'avance et ne peut être opposé ni à l'administration ni au tiers.



Sommaire

Contents

Génération Glisse <i>Generation Slide and Glide</i>	5
Activités glisse <i>Outdoor activities</i>	7
Garderies <i>Nurseries for toddlers</i>	8
Écoles de ski <i>Ski schools</i>	10
Plans des pistes <i>Ski area maps</i>	12
Profil Nordique <i>The Nordic profile</i>	18
Activités nordiques <i>Nordic activities</i>	20
ADN Nature <i>Nature's DNA</i>	22
Activités nature <i>Nature activities</i>	24
Cosy Attitude <i>Cosy Attitude</i>	26
Activités cosy <i>Cosy activities</i>	30
Événements <i>Events</i>	31



*Génération
 Glisse*

*Generation
 Slide and Glide*

Accélérateur de vibrations

Vibration accelerator

Plus de 150 km de pistes enneigées sur 1 500 mètres de dénivelé, qui vous conduiront du pied des glaciers à l'orée d'authentiques villages de montagne, en passant par les splendides forêts de pins cembro... Ici, plaisir de la glisse et de la découverte vont toujours de pair. Vous sentez cette vibration sous vos pieds ? C'est l'appel de la pente, attirante, troublante, envoûtante... irrésistible !

Over 150 km of snow-covered ski slopes and trails, with more than 1,500 metres height difference, taking you from the foot of the glaciers through wonderful pine forests, to the outskirts of authentic mountain villages... Here, the joys of snow sports and exploration go hand-in-hand. Can you feel the vibration under your feet? This is the call of the slopes - tempting, distracting, bewitching... simply irresistible!



Bonneval sur Arc : un spot d'exception

Plus que le nombre de kilomètres de pistes, c'est la qualité du domaine qui fait de Bonneval sur Arc un spot de glisse d'exception ! Dans ce domaine enneigé en abondance, traversé de paysages grandioses et de pentes vierges, les familles trouvent leur compte tout autant que les riders expérimentés. Et pour tous, la même émotion à l'arrivée du télésiège des 3 000, quand le panorama se déploie de la Barre des Écrins aux Aiguilles d'Arves.

Bonneval sur Arc: an exceptional place

More than the total length of the trails, it is the quality of the area which makes Bonneval-sur-Arc an exceptional place for winter sports. In this large snow-covered area, with its magnificent landscapes and pristine slopes, there is plenty for families and for experienced snow sport enthusiasts. And awaiting everyone: the same emotion at the end of the 3,000 chairlift, on seeing the panorama from the Barre des Écrins to the Aiguilles d'Arves.

Val Cenis : le grand ski made in HMV

Avec ses remontées mécaniques modernes, ses espaces ludiques et sa vue saisissante sur le lac du Mont-Cenis, le domaine skiable de Val Cenis devient un terrain de jeux adapté à toute la famille. À la frontière de la France et de l'Italie, la glisse se décline également en version grand ski. Pas étonnant que cette grande station soit le berceau de champions comme Yves Dimier et Pierre-Emmanuel Dalcin.

Val Cenis: Grand Ski Made in HMV

With its modern mechanical lifts, its leisure spaces and its captivating view of the Mont-Cenis lake, the ski area of Val Cenis becomes a playground for the whole family. On the border between France and Italy, great skiing is also the order of the day. It is no surprise that this skiing area breeds champions such as Yves Dimier and Pierre-Emmanuel Dalcin.

Provocateur d'excitation

Exciting prospects

Partant pour de nouvelles expériences de glisse... Lancez-vous à la découverte de sensations inédites, bousculez les repères, explorez toutes les techniques de descente et de remontée, jusqu'à faire totalement corps avec la pente. Soufflez et recommencez !

Set off for new riding and gliding experiences ... Discover new sensations, push back the boundaries, explore all the downhill and uphill techniques, until you feel at one with the slope. Take a deep breath – and go again!

Ski sans soucis Carefree skiing



Votre Séjour Famille Your Family Holiday

à partir de / from
292 € /pers.

8 jours / 7 nuits en meublé ** 4 personnes
+ forfaits de ski alpin 6 jours 4 personnes (2 adultes/2 enfants)
+ location matériel (2 adultes/2 enfants)
+ cours de ski collectifs 6 jours pour 2 enfants (5/11 ans) - matinée

8 days / 7 nights in ** furnished apartment for 4 people
+ alpine ski passes, 6 days, 4 people (2 adults / 2 children)
+ equipment hire (2 adults / 2 children)
+ group ski lessons on 6 days for 2 children (5 / 11 years) - mornings



Amorceur de passions

Getting passionate

Le saviez-vous ? Si la montagne a plusieurs versants, c'est pour mieux laisser vos penchants s'exprimer ! Sur neige, sous l'eau ou sur glace, de jour ou de nuit, seul ou accompagné, dites-nous qui vous êtes et ce qui vous fait rêver. Nous vous indiquerons la piste à suivre !

Did you know? A mountain has several sides to give you more scope for your passions! On snow, under water or on ice, day or night, alone or with others, tell us about yourself and your dreams. We'll help you choose your activity!

HELISKI HELISKI

- **Antipodes Zébulon**
☎ +33 (0)6 18 23 69 05
- **Agence Montagne**
☎ +33 (0)6 71 47 07 18
- **ESF Bonneval sur Arc**
☎ +33(0)4 79 05 95 70
- **Bonneval Alpin Center**
☎ +33 (0)6 08 70 29 38
+33(0)6 26 91 33 52

SPORTS DE GLISSE GLIDING AND RIDING

- **Air Tubby Snowtubing Air Board**
→ Val Cenis
☎ +33 (0)6 66 50 90 55
www.snow-zone.fr
maxime@snow-zone.fr
- **Bodyboard des neiges**
→ Bonneval sur Arc - Val Cenis
Val Cenis Termignon
☎ +33 (0)6 45 49 45 66
plongeevanoise@hotmail.fr
www.plongee-vanoise.fr

○ Snake Gliss

Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 07 12 25 34
www.antipodeszeb.com
antipodes@orange.fr

○ Snowscoot

Bonneval sur Arc : possible sur les pistes et avec les remontées mécaniques.
Location possible.
Bonneval sur Arc: possible on ski slopes and with mechanical lifts.
Can be hired.

○ Proglisses, école de snowkite / Snowkite school

Val Cenis Lanslebourg
Val Cenis Termignon - Bessans
www.proglisses.com
☎ +33 (0)6 08 94 64 18
proglisses@gmail.com

○ Yoner

Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 71 47 07 18
regis.burnel.free.fr

○ Xbike

Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 64 28 97 19



Clubs et garderies enfants

Clubs and nurseries for children



La Maison des Enfants de Val Cenis



3 lieux d'accueil/rassemblements ESF : Val Cenis Lanslebourg, Val Cenis Lanslebourg Plan des Champs et Val Cenis le haut à Lanslevillard
3 ESF ski school meeting point: Val Cenis Lanslebourg, Val Cenis Lanslebourg Plan des Champs and Val Cenis le haut à Lanslevillard

3 halte-garderies des P'tits Loups - De 3 mois à 6 ans / 3 P'tits Loups nurseries - 3 months to 6 years old

- Toute la saison du dimanche au vendredi : le matin de 9h à 12h30 (pendant les vacances scolaires d'hiver du 7 février au 6 mars 2016 de 8h45 à 12h15). L'après-midi de 13h30 à 17h15. Tous les jours : journée continue optionnelle avec repas fourni par un traiteur
- Matin et après-midi : activités d'éveil en intérieur ou extérieur. En après-midi, jeux de neige, luge, visites à la ferme, balade en calèche, chasse au trésor, baby-raquettes... Activités à la carte ou à la semaine.
- Throughout the season from Sunday to Friday: mornings from 9 a.m. to 12.30 p.m. (during the winter school holidays from 7 February to 6 March from 8.45 a.m. to 12.15 p.m.). Afternoons from 1.30 to 5.15 p.m. Every day: optional whole day with meals provided by a caterer
- Mornings and afternoons: indoor and outdoor taster activities. Afternoons: snow games, tobogganing, visits to a farm, carriage rides, treasure hunts, beginners' snowshoeing... Select activities individually or for an entire week.

Formule découverte - Le ski pour les 3 ans / Discovery option - Skiing for 3-year olds

- Le matin formule douce découverte du ski en matinée. Pour les petits loups de 3 ou 4 ans n'ayant jamais skié. Une heure pour découvrir la glisse au jardin des neiges avec les moniteurs de l'ESF, deux heures à jouer au club enfant avec les animatrices.
- In the morning, a gentle introduction to skiing. For 3 or 4 year olds who have never skied before. One hour of getting used to sliding in the snow garden with the ESF ski instructors, and two hours playing in the kids' club with the childcare staff.

Formule "Garde-Ski" - Pour les skieurs de 3 à 12 ans / "Garde-Ski" option - For skiers from 3 to 12 years old

- Avant ou après les cours collectifs de l'ESF sur les points de rassemblement de l'ESF (sauf Lanslevillard le Colombaz) les enfants peuvent être pris en charge par les animateurs (-trices) de nos clubs enfants.
- Ce service est proposé tous les jours, du dimanche au vendredi.
- Before or after the ESF's group activities at the ESF centres (except Lanslevillard le Colombaz), children can be looked after by our kids' club staff.
- This service is available every day, from Sunday to Friday.

Club enfants Les P'tits Durs - VAL CENIS LE HAUT LANSLEVILLARD - Enfants de 6 à 12 ans

- Centre de loisirs ouvert uniquement pendant les vacances scolaires (Club déclaré Jeunesse et Sports)
- Un programme d'activités de pleine nature pour les "juniors" de plus de 6 ans (balade découverte de la raquette, visites à la ferme, balades en calèche, jeux de neige...). Tous les après-midi du dimanche au vendredi de 13h30 à 17h15. Possibilité de prise en charge des enfants le matin (avec les 3/6 ans).
- Kids' club Les P'tits Durs - VAL CENIS LE HAUT LANSLEVILLARD - Children from 6 to 12 years old
- Leisure centre open only during school holidays (Youth and Sports Club)
- A programme of open-air activities for the «juniors» over 6 years old (discovery outing on snowshoes, visit to a farm, carriage rides, snow games...). Every afternoon from Sunday to Friday, 1.30 to 5.15 p.m. Childcare option for the morning (with the 3 / 6 year-olds).

Service liberté plus (carte 6 jours pour les enfants à partir de 3 mois jusqu'au cours Flocon)
Parents, skiez tranquille
La Maison des Enfants s'occupe de tout !

Freedom Plus service (6-day pass for children over 3 months up to the Snowflake class)
Parents, you can go skiing with complete peace of mind
The Maison des Enfants will take care of everything!

Renseignements et programme détaillé sur / Information and detailed programme at: www.garderievalcenis.com

Inscriptions dans les bureaux ESF / Bookings at the ESF offices: ☎+33 (0)4 79 05 92 43

Les P'tits Chabottes



- Accueil des enfants de 3 mois à 5 ans
- Ouverture de 9h à 17h
- Tous les jours, tout l'hiver
- Des activités sont proposées par tranches d'âge : activités d'éveil, activités manuelles, sorties à la ferme, balades en luge, initiation raquettes, jeux de neige, patinoire...

Renseignements et inscriptions / Information and registration

☎ +33 (0)4 79 56 59 77 - www.lesptitschabottes.fr



- For children from 3 months to 5 years old
- Open from 9 a.m. to 5 p.m.
- Every day throughout winter
- Activities for every age group are on offer: taster activities, manual activities, visit to a farm, tobogganing, beginners' snowshoeing, snow games, ice-skating...

Les Mini Diables



- Accueil des enfants de 3 mois à 6 ans
- Ouverture du dimanche au vendredi de 8h30 à 17h30
- Des activités sont proposées selon l'âge de l'enfant (activités manuelles, sorties extérieures, à la rencontre du patrimoine...)
- Réservation fortement conseillée

Contacts

Le Hameau de La Neige - Bât. Le Charbonnel
☎ +33 (0)4 79 59 20 98 - +33 (0)6 34 27 10 12
minipouss.tourisme@hotmail.com



- For children from 3 months to 6 years old
- Open from Sunday to Friday, 8.30 a.m. to 5.30 p.m.
- Activities are tailored to each age range (manual activities, outings, discovering the heritage...)
- Booking strongly recommended

Les Pitchounes



- Accueil des enfants de 1 an à 6 ans
- Ouverture du dimanche au vendredi de 8h30 à 17h30 en partenariat avec l'ESF de Termignon
- Des activités sont proposées selon l'âge de l'enfant (activités manuelles, sorties extérieures, à la rencontre du patrimoine...)
- Réservation fortement conseillée
- For children from 1 to 6 years old
- Open from Sunday to Friday, 8.30 a.m. to 5.30 p.m. in partnership with the Termignon ESF
- Activities are tailored to each age range (manual activities, outings, discovering the heritage...)
- Booking strongly recommended

Contacts

Termignon groupe scolaire
☎ +33 (0)4 79 20 54 56 - +33 (0)6 34 27 10 12
minipouss.tourisme@hotmail.com



Écoles de ski

Ski schools



ESF Bonneval sur Arc



Compétence et bonne humeur, une "famille" de 30 moniteurs, pour vous accompagner de manière ludique dès 3 ans chez les Piou Piou, à l'écoute des skieurs en progression recherchant technique et convivialité, jusqu'aux skieurs experts désireux de découvrir les fameux hors-pistes en sécurité.

- Gagnez du temps sur vos vacances !!! Réservation en ligne
- Descente aux flambeaux (toutes les semaines)
- Descente aux flambeaux des enfants (niveau 1^{re} étoile, vacances scolaires)
- Sortie raquettes : devenez acteur dans les magnifiques décors du film "Belle et Sébastien" situés dans le secteur du hameau de l'Écot, découverte du patrimoine et de la faune.
- Tandem Ski, pour tous les non skieurs désireux de découvrir le domaine skiable en famille ou entre amis, et notamment l'inoubliable point de vue des 3000.

Contacts
Maison du Tourisme
73480 Bonneval sur Arc
☎ +33 (0)4 79 05 95 70
esf-bonneval-sur-arc@live.fr
www.esf-bonnevalsurarc.com

Cours collectifs / Group classes

	Nombre de cours / Number of classes	
Enfant <i>Children</i>	Du dimanche au vendredi - 5 ou 6 cours de 2h30 <i>From Sunday to Friday - 5 or 6 classes, 2 hrs. 30 mins.</i>	120 €
Adulte <i>Adults</i>	Du lundi au vendredi - 5 cours de 2h30 <i>From Monday to Friday - 5 classes, 2 hrs. 30 mins.</i>	112 €

Cours Privilèges limités à 6 élèves : uniquement pendant les vacances scolaires de Noël et février
Classes limited to 6 people: only during the school holidays over Christmas and in February



Skill and cheerfulness, a "family" of 30 instructors, for fun-filled teaching from 3 years of age with the Piou Piou, for improver-level skiers seeking technique and a friendly atmosphere, through to expert skiers wanting to discover the famous off-piste areas in safety.

- Save time on your holiday !!! Book online
- Torch-lit descent (every week)
- Kids' torch-lit descent (1-star level, school holidays)
- Snowshoe outing: become an actor in the magnificent scenery of the film "Belle et Sébastien", in the area of the hamlet of L'Écot, find out about the heritage and the fauna.
- Tandem Ski, for all non-skiers wanting to explore the ski area with friends or family, and in particular the unforgettable view of the 3000.

ESF Bessans



- Cours de ski alpin, snowboard et ski Nordique (classique et skating)
- Ski hors-pistes et randonnées. Engagement journée
- Biathlon
- Raquettes

- Lessons in Alpine skiing, snowboarding and Nordic skiing (classic and skate technique)
- Off-piste and cross-country. Whole-day booking
- Biathlon
- Snowshoes

Cours collectifs (2 heures à partir de 4 pers.) / Group classes (2 hours, 4 people minimum)

	Nombre de cours / Number of classes	
Enfant <i>Children</i>	6 cours (10h semaine + 2h gratuites) / 6 lessons (10 hrs/week + 2 hrs free of charge)	99 €
Adulte <i>Adults</i>	12 cours (22h semaine + 2h gratuites) / 12 lessons (22 hrs/week + 2 hrs free of charge)	161 €
Adulte <i>Adults</i>	6 cours (10h semaine + 2h gratuites) / 6 lessons (10 hrs/week + 2 hrs free of charge)	115 €
Adulte <i>Adults</i>	12 cours (22h semaine + 2h gratuites) / 12 lessons (22 hrs/week + 2 hrs free of charge)	183 €

Contacts
Place de la Mairie 73480 Bessans
☎ +33 (0)4 79 05 80 05
+33 (0)6 80 26 15 71
info@esf-bessans.com
www.esf-bessans.com



ESF Val Cenis



Contacts
Le Colombaz - 73480 Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 92 43
info@esf-valcenis.com
www.esf-valcenis.com

- 100 moniteurs, dont des monitrices d'enfants et guides de Haute Montagne. Réservation fortement conseillée (surtout pour Noël, février et mars).
- 4 rassemblements
- Sorties raquettes - Soirée "Clair de Lune"
- Visite à la ferme.
- Enfants de 3 à 12 ans : formules de prise en charge associant cours de ski, garderie ou le club enfants.
- Taxi ski, pour les seniors et non skieurs.
- Handiski, encadrement par nos moniteurs spécialisés
- Cours "Super6" : un enseignement plus convivial et personnalisé. 6 élèves maxi. à partir du Flocon jusqu'à l'Étoile d'Or.

Cours collectifs (ski ou snowboard 2h30 sauf vacances février/mars : 2h)

Group lessons (skiing or snowboarding, 2 hrs. 30 mins., except for holidays in February / March: 2 hrs.)

	5 ou 6 cours du dim. au vend. / 5 or 6 lessons from Sun. to Fri.	
Enfant (5-12 ans) <i>Children (5-12 years)</i>	Matin <i>Morning</i>	122 €
Adulte (12 ans et plus) <i>Adults (12 years and over)</i>	Après-midi <i>Afternoon</i>	122 €
	Journée (matin + après-midi) / Full day (morning+ afternoon)	198 €

Nouveau : Cours "Maxi Ski" uniquement pendant les vacances de février/mars. Du flocon à l'Étoile d'Or pour une durée de 3 h et limité à 8 élèves, vos enfants pourront progresser dans des conditions optimales et profiter d'une grande matinée de ski.

New: "Maxi Ski" lessons only during the February / March holidays. From Snowflake to Gold Star for 3 hrs. and limited to 8 pupils, your kids will be able to progress at optimum conditions and also enjoy a full morning's skiing.



ESF Termignon



Contacts
☎ +33 (0)4 79 20 53 56
esf.termignon@gmail.com
www.esf-termignon.com

Débutants ou skieurs confirmés, vous trouverez auprès de notre école de ski, savoir-faire, compétence et convivialité. Retrouvez l'ambiance familiale d'une petite école de ski (25 moniteurs) pour profiter pleinement de votre séjour. Ski alpin, snowboard, ski nordique, raquettes : ressourcez-vous au rythme de la nature, pour une remise en forme adaptée à tous.

Whether you are a beginner or a seasoned skier, our ski school offers you know-how, skill and a friendly atmosphere. Enjoy the family feel of a small ski school (25 instructors) to get the most out of your stay. Alpine skiing, snowboarding, nordic skiing, snowshoes: recharge your batteries in tune with nature, with a fitness option to suit everyone.

Cours collectifs (10 élèves maxi. par groupe) / Group lessons (10 people max. per group)

Adultes et enfants <i>Adults and children</i>	6 jours du dim. au vend. / 6 days from Sun. to Fri.	
2h15 matin ou après-midi <i>2 hrs. 15 mins. morning or afternoon</i>		125 €
Journée (5h) / Full day (5hrs)		199 €

ESI Val Cenis



Contacts
Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 43 49 87 97
contact@esi-valcenis.com
www.esi-valcenis.com

- Cours de ski, de snowboard et Handiski
- Réservation et Inscription sur internet recommandées
- Médailles et carnets de niveaux offerts à partir de 5 jours
- Cours privés dès 9h
- Cours dispensés en français, anglais et en néerlandais

- Ski, snowboard and handiski lessons
- Online booking and registration recommended
- Medals and report books given after 5 days
- Private lessons from 9 a.m.
- Lessons given in French, English and Dutch

Cours collectifs 2h30 (6 à 8 élèves max) à partir de 10h

Group lessons, 2 hrs. 30 mins. (6 to 8 people max.) from 10 a.m.

Durée / Duration	6 jours - 5 jours / 6 days - 5 days	1 jour / 1 day
½ journée (2h30) <i>Half day (2 hrs. 30 mins.)</i>	140 / 130 €	27 €



Domaine nordique et alpin de Bessans *The Bessans nordic and alpine area*



Ski nordique *Nordic skiing*

Dès la 1^{re} neige skiable de novembre.
Plateau nordique facile, accessible à tous.

*Open from the first skiable snowfall in November.
An easy nordic area, accessible to all.*

Ski de fond <i>Cross-country skiing</i>	12-16 ans years	17-69 ans years	70-74 ans years
Après-midi (à partir de 13h) <i>Afternoons (from 1 p.m.)</i>	4 €	7,80 €	7 €
Journée / <i>Full day</i>	5,50 €	9,80 €	9 €
6 jours consécutifs <i>6 days consecutively</i>	22 €	51 €	47,50 €

Ski alpin *Alpine skiing*

Ouverture le 19 décembre 2015.
Domaine skiable composé de 2 téléskis et de 3 km de pistes. Exposé plein sud, idéal pour les enfants et les débutants.

*Open from 19 December 2015. Ski area comprising 2 drag lifts
and 3 km of pistes. South-facing, ideal for children and beginners.*

Domaine skiable <i>Skiable area</i>	5-11 ans years	12-69 ans years	70-74 ans years
Matinée (jusqu'à 13h) <i>Mornings (until 1 p.m.)</i>	6 €	7,80 €	7 €
Après-midi (à partir de 13h) <i>Afternoons (from 1 p.m.)</i>	6 €	7,80 €	7 €
Journée / <i>Full day</i>	7,50 €	9,80 €	9 €
6 jours consécutifs <i>6 days consecutively</i>	36,50 €	51 €	47,50 €

Réciprocités du domaine skiable

Tout forfait de ski Bessans adulte acheté (alpin ou nordique) donne accès à l'ensemble du domaine skiable (alpin et nordique).

Tout forfait semaine (6 ou 7 jours) acheté (alpin ou nordique) donne accès gratuit à la patinoire (hors location de matériel).

Reciprocal arrangements

*Every Bessans adult ski pass purchased (alpine or nordic) allows the holder access to the entire ski area (alpine and nordic).
Every week pass (6 or 7 days) purchased (alpine or nordic) entitles the holder to free admission to the ice-skating rink (this does not include equipment hire).*

Contacts

Espace Nordique Le Carreley
© +33 (0)4 79 05 96 65
ski@bessans.com



Un nouvel itinéraire voit le jour entre Bessans et Bonneval. Dédié à la pratique du ski de fond, de la raquette et de la marche, la piste "Sallanches-Fauvettes" sillonne le long de l'Arc sur 3 km.
A new trail between Bessans and Bonneval has been made. For cross-country skiing, snowshoeing and walking, the 3 km long "Sallanches-Fauvettes" trail passes along the Arc.

Domaine alpin de Val Cenis

Alpine ski area of Val Cenis



Forfaits séjour ESKI-MO (journées consécutives) Eski-Mo inclusive rates (consecutive days)	12-64 ans / years	5-11 ans / years	65-74 ans / years
6 jours / 6 days	195 €	165 €	177,50 €
6 jours PACK TRIBU / 6 days: PACK TRIBU	186,50 €	156,50 €	-
7 jours / 7 days	209 €	177,50 €	190,50 €

Forfaits VAL CENIS VAL CENIS ski passes	12-64 ans / years	5-11 ans / years	65-74 ans / years
1 jour / 1 day	34 €	28 €	30,50 €
2 jours week-end (samedi & dimanche) 2 weekend days (Saturday & Sunday)	55 €	45,50 €	49,50 €
6 jours consécutifs / 6 consecutive days	170 €	140 €	152,50 €
6 jours consécutifs PACK TRIBU 6 consecutive days: PACK TRIBU	161,50 €	131,50 €	-

ESKI-MO : 1 forfait, 5 stations, 300 km de pistes : Aussois, Bonneval sur Arc, la Norma, Valfréjus et Val Cenis
 Forfait Eski-Mo = forfait Val Cenis + 1 journée de ski dans chacune des 4 autres stations Eski-Mo Stations reliées par navette. Liaison INCLUSE dans le forfait Eski-Mo (1 navette par semaine et par destination, jours et horaires fixes)
 PACK TRIBU : pour l'achat simultané d'un minimum de 4 forfaits 6 jours pour 2 adultes de 18 à 64 ans et au moins 2 enfants de 5 à 17 ans

ESKI-MO : 1 pass, 5 stations, 300 km of trails: Aussois, Bonneval sur Arc, la Norma, Valfréjus and Val Cenis
 Eski-Mo pass = Val Cenis pass + 1 day skiing in each of the other 4 Eski-Mo stations
 Stations connected by shuttle. Connection INCLUDED in the Eski-Mo pass (1 shuttle per week and per destination, set days and times)
 PACK TRIBU: for the simultaneous purchase of a minimum of four 6-day ski passes for 2 adults from 18 to 64 years old and at least 2 children from 5 to 17 years old

<ul style="list-style-type: none"> office du tourisme / tourist office vente de forfaits / skipass office école de ski français / ski school poste de secours / aid station point de vue / panorama / point of view / panorama départ parapente / paragliding 	<ul style="list-style-type: none"> école de ski internationale / ski school restaurant salle hors sac / picnic room navette / navette accès handi-ski / handi-ski access toilettes / toilets 	<ul style="list-style-type: none"> télécabine gondola télésiège grande vitesse / express chair lift télésiège / chair lift téléski / drag lift neige de culture / artificial snow spot photo / spot photo 	<ul style="list-style-type: none"> easy park / easy park boarder cross / boarder cross piste Journal de Mickey «Journal de Mickey» run piste de luge / sledge run zone chrono / chrono area jardin d'enfants / kid garden 	<p>SKI ALPIN DOWNHILL SKIING</p> <ul style="list-style-type: none"> très difficile / very difficult difficile / difficult facile / easy très facile / very easy <p>SKI NORDIQUE ET BLADES CROSS-COUNTRY SKIING & WALK</p> <ul style="list-style-type: none"> balade piétons / raquette / pedestrian itinerary ski nordique / cross country trails base chiens de traîneau / dogsled camp protégeons la forêt et ses animaux / protect forest and animals
---	--	---	---	--

- Domaine skiable ouvert du 12/12/2015 au 22/04/2016
- Ski area open from 12/12/2015 to 22/04/2016
- Vente en ligne : achetez vos forfaits de 5 à 7 jours sur le site www.valcenis.ski et recevez-les directement à votre domicile !
- Buy online: buy your 5 to 7 day passes online at www.valcenis.ski and they will be sent direct to your home!

Contacts
 SEM du Mont Cenis
 Télécabine du Vieux Moulin
 73480 Lanslevillard
 ☎ +33 (0)4 79 05 96 48
 info@valcenis.ski

Domaine nordique de Bramans

Bramans nordic ski area



• Dates d'ouverture et fermeture
19/12/2015 au 27/03/2016
(sous réserve d'enneigement)

• Opening and closing dates 19/12/2015 to 27/03/2016 (subject to snow)

Tarifs Rates	Adulte Adults	12-16 ans years
½ journée après 12h30 ½ day after 12.30 p.m.	4,50 €	2,50 €
Journée / Full day	7 €	3,50 €
6 jours consécutifs 6 consecutive days	30 €	11 €

Contacts

Mairie/Service des pistes
Town hall / Ski trail service
☎ 33 (0)4 79 05 10 71
communedebramans@orange.fr
www.bramans.fr

Office de tourisme de Bramans
Bramans Tourist Office
☎ +33 (0)4 79 05 03 45

Domaine alpin de Bonneval sur Arc

Alpine ski area of Bonneval sur Arc



Domaine nordique de Sollières-Sardières

Sollières-Sardières nordic ski area



• Dates d'ouverture et fermeture
19/12/2015 au 27/03/2016
(sous réserve d'enneigement)

• Opening and closing dates 19/12/2015 to 27/03/2016 (subject to snow)

Tarifs rates	Adulte Adults	12-16 ans years
½ journée matin ½ day morning	5,50 €	4 €
½ journée après 12h30 ½ day after 12.30 p.m.	6,50 €	4 €
Journée / Full day	8,50 €	4 €
6 jours consécutifs 6 consecutive days	30,50 €	11 €

Contacts

Chalet nordique de Sardières
Sardières nordic chalet
☎ +33 (0)4 79 20 59 47
sollieres-sardieres-mairie@wanadoo.fr

Ski alpin Alpine skiing

Ouvert du 19/12/2015 au 30/04/2016

- Gratuité pour les enfants de moins de 5 ans et les plus de 75 ans (justificatif obligatoire à fournir)
- Tarifs réduits pour les enfants de 5 à 11 ans et les seniors de plus de 65 ans
- Vente en ligne sur <http://forfait.bonneval-sur-arc.fr>

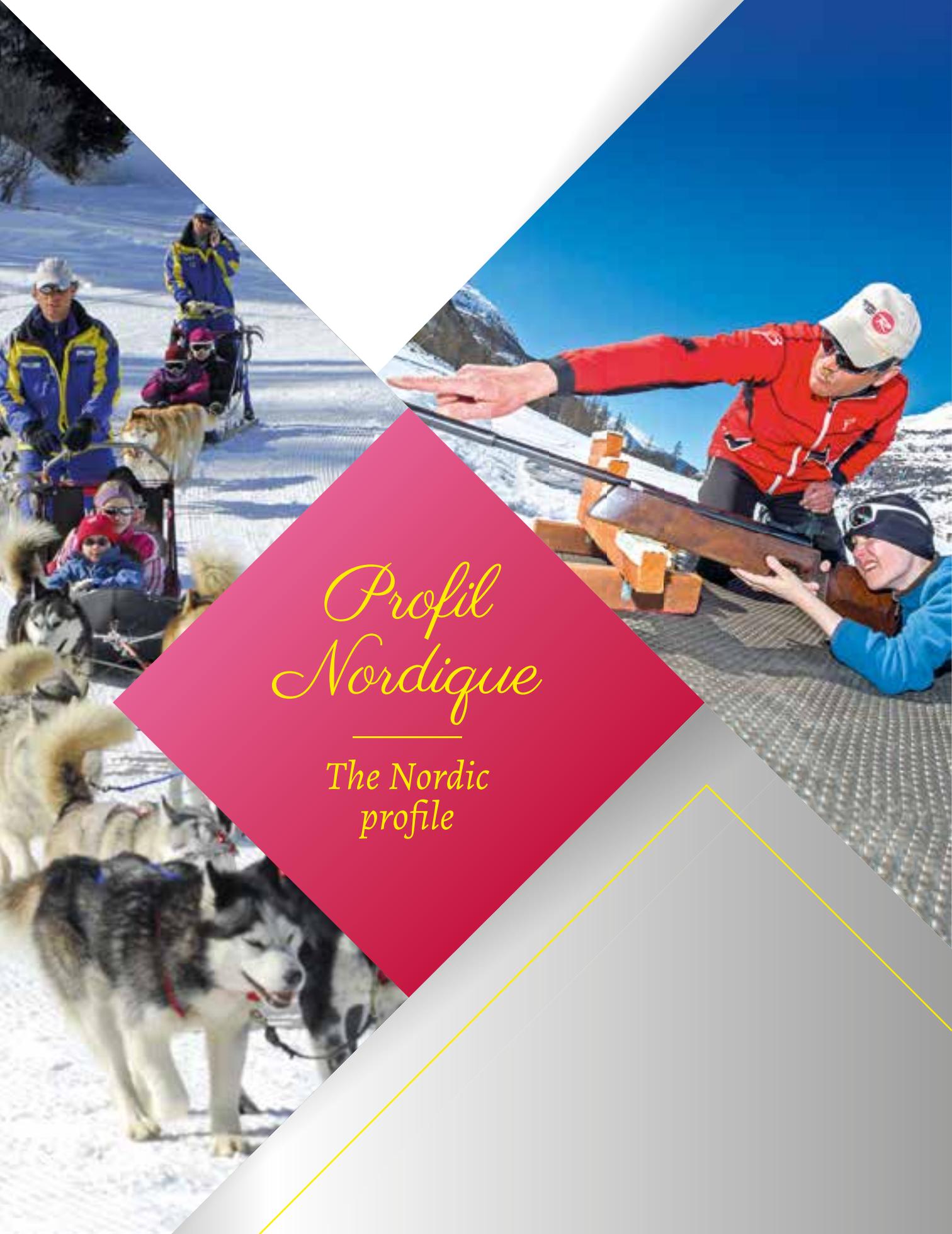
Open from 19/12/2015 to 30/04/2016

- Free for children under 5 years old and for the over-75's (proof of age required)
- Reduced rates for children from 5 to 11 years old and seniors over 65
- Online sales at <http://forfait.bonneval-sur-arc.fr>

Tarifs forfaits Ski pass rates	Enfants 5 à 11 ans inclus Children from 5 to 11 years old inclusive	Adultes 12 à 64 ans Adults from 12 to 64 years old	Seniors 64 à 74 ans inclus Seniors from 64 to 74 years old inclusive
½ journée : matin jusqu'à 13h30 ½ day: mornings until 1.30 p.m.	28 €	23 €	26 €
½ journée à partir de 12h ½ day from 12 noon	22 €	17 €	20 €
Journée / Full day	27 €	22 €	25 €
6 jours consécutifs 6 consecutive days	107 €	130 €	122 €

Contacts

Remontées mécaniques
Mechanical lifts
☎ +33 (0)4 79 05 95 09
pistebonneval@wanadoo.fr



*Profil
Nordique*

*The Nordic
profile*

Inverseur de repères

Landmark inverter

Bessans, Bramans-le Planay, Monolithe de Sardières, c'est au total 193 km de pistes qui s'étalent sous les pieds des fondus de randonnée ou des fondeurs nés. Et tout ça pour les emmener où ? Au-delà de tout ce qu'ils avaient imaginé. Votre rendez-vous en terre inconnue, ça commence ici et maintenant !

Bessans, Bramans-le Planay, Monolithe de Sardières - a total of 193 km of trails awaiting the cross-country enthusiast or the enthusiastic explorer. And all this to take them where? Beyond anything they could have imagined. Your adventure into uncharted territory starts here and now!

À fond le biathlon

Haut lieu de biathlon, Bessans accueille tout au long de l'année des équipes françaises et étrangères, pour des entraînements ou des compétitions. Envie d'approcher la discipline de plus près : le temps d'un séjour 100 % biathlon, découvrez les techniques de skating et essayez-vous au tir à la carabine. D'abord à 10 m, puis à 50 m pour vous mesurer aux plus grands !

Biathlon - going the distance

A biathlon mecca, Bessans welcomes French and foreign teams all year round, for training and competition. Want to really get to grips with this discipline? In a 100% biathlon break, discover the techniques of skating and test your shooting skills. First at 10 m, then at 50 m to measure yourself against the greats of the sport.



Bessans : la référence

Labellisée Nordic France, BESSANS, c'est 133 km de pistes damées qui vous conduiront au cœur d'un haut plateau qui n'a rien à envier au Grand Nord : vallées immaculées, hameaux préservés, glaciers et pics culminant à plus de 3000 m d'altitude et au fond de vous, un sentiment de premier matin du monde !

Bessans: the reference

With its Nordic France label, BESSANS is 133 km of groomed trails taking you to the heart of a large plateau which rivals the Far North: pristine valleys, unspoilt hamlets, glaciers and peaks at altitudes over of 3000 m and, deep within you, a feeling of being at the world's first morning!

Découvreur de nouveau monde

Discover a new world

Pour aborder la Haute Maurienne Vanoise par la face Grand Nord, vous avez le choix entre des chaussures de marche, des raquettes, des skis de rando, un traîneau tiré par des chiens, et tout ce que votre imagination vous soufflera pour voyager dans des conditions extrêmes... Extrêmes comme extrêmement divertissantes, enrichissantes, captivantes et en tous points dépayssantes !

To tackle the Haute Maurienne Vanoise by the Grand Nord (Far North) face, you have a choice of walking shoes, snowshoes, cross-country skis, a dog sled, and everything your imagination inspires in you for travelling in extreme conditions... Extreme as in extremely fun, enriching, captivating and, in every way, extraordinary.



Musher d'un jour, musher toujours

Tout l'hiver, la Haute Maurienne Vanoise permet aux amateurs de sensations nouvelles de parcourir des espaces vierges en compagnie de chiens puissants et dévoués. Du baptême au séjour, cette expérience à la tête d'un attelage ou en simple spectateur procure une évasion immédiate et vous laissera un souvenir impérissable.

Musher for a day, musher for ever

Throughout winter, Haute Maurienne Vanoise allows thrill-seekers to venture into pristine landscapes in the company of strong and loyal dogs. From the very beginning, this experience as a musher or simply as a spectator is an immediate escape and will make a lasting impression.

Activités

Activities

- **Ânes Vanoise**
Vanoise donkeys
Val Cenis Lanslebourg
→ Yvan Bourgeois
☎ +33 (0)6 60 65 88 74
- **Aviation** *Aviation*
Val Cenis Sollières
☎ +33 (0)6 60 47 03 06
achm73@gmail.com
- **Chiens de traîneau**
Sled dogs
☎ +33 (0)6 70 80 72 78
www.husky-adventure.net
husky-adventure@wanadoo.fr
- **By Air Parapente**
Paragliding
Val Cenis Termignon
☎ +33 (0)6 84 36 67 81
byair.parapente@gmail.com
- **Vanoise Parapente**
Paragliding
Val Cenis Termignon
Pierre Olivier Rosaz
☎ +33 (0)6 70 57 02 44
- **Michel Trouche**
Paragliding
Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 30 08 24 53
+33 (0)4 79 05 92 25
(Magasin de sport : Sport Vanoise)
michel.trouche907@orange.fr
- **Parapente antipodes**
Paragliding
Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 07 12 25 34
+33 (0)6 18 23 69 05
www.antipodeszeb.com
antipodes@orange.fr
- **Maurienne ULM**
Microlight
Aérodrome de Val Cenis Sollières-Sardières
Val Cenis Sollières-Sardières aerodrome
☎ +33 (0)6 08 37 39 35
maurienne.ulm@gmail.com

Chauffeur d'ambiance

Ice-breaker

La nuit dans le Grand Nord, vous l'imaginez glaciale, intimidante, interminable... C'est sans compter sur nos hébergements typiques, nos veillées chaleureuses, nos spécialités locales, et surtout, surtout, notre tradition d'accueil qui prend tout son sens et a su garder toute son importance dans le milieu montagnard. L'esprit de cordée, ce n'est pas que le temps de la montée.

At night in the Far North - you can imagine it: icy, intimidating, endless... But that is without taking into account our typical accommodation, our convivial evenings, our local specialities, and above all, above all our traditional welcome which really comes into its own and is still so important in the mountains. Team spirit is not left out on the slopes.



Une bière locale, idéale pour réchauffer l'atmosphère

Val Cenis lance "La bière de Val Cenis" et "La Lombarde" : deux bières brassées sur place à partir de l'eau de source du glacier de l'Arcelle, riche en minéraux de schiste et calcaire et associée à de l'orge et du houblon... 100 % nature. À tester sur place !

A local beer, an ideal way to break the ice!

Val Cenis launches "The beer of Val Cenis" and "La Lombarde": two beers brewed here using water from the Arcelle glacier, rich in limestone and shale minerals, combined with barley and hops... 100% natural. Have a taste-test right here!

*Adm
Nature*

*Nature's
DNA*



Ouvreur d'horizons

Opening horizons

Devant l'extraordinaire beauté de nos paysages, il se peut que vous ayez le souffle coupé. On pourrait vous dire que ça va passer, que c'est toujours comme ça la première fois, mais la vérité, c'est qu'on ne s'habitue jamais au spectacle de la nature. D'autant qu'elle s'amuse à changer les décors au fil des heures et des saisons.

The extraordinary beauty of our landscapes may take your breath away. We could tell you that that's what happens, that it's always like that the first time, but in truth, you never get used to this spectacle of nature. Especially as nature takes pleasure in changing the scene over the hours and seasons.



Extravache : vachement beau !

Depuis Val Cenis Bramans, un itinéraire empruntant les traces de deux disciples de l'apôtre Pierre, conduit les promeneurs jusqu'à l'un des plus vieux édifices religieux de Savoie : la chapelle St Pierre d'Extravache, qui offre un magnifique panorama sur le Parc national de la Vanoise.

Extravache: extra beautiful!

From Val Cenis Bramans, a trail following the route of two disciples of the Apostle Peter takes walkers to one of the oldest religious buildings in Savoie: the chapel of St Pierre d'Extravache, which offers a magnificent panorama of the Vanoise national Park.

Amplificateur d'instincts

En chiffres, le Parc national de la Vanoise, c'est un cœur de 53 300 hectares riche d'activité agropastorale vivante, où règnent en maîtres une faune, une flore et un monde minéral totalement préservés. C'est une vingtaine de glaciers et plus de 100 sommets au-dessus de 3 000 mètres. Et avec le parc national italien du Grand Paradis, ils forment le plus vaste espace protégé d'Europe. Vos instincts ont alors toute la place pour s'exprimer !

Heightening instincts

In figures, the Vanoise national Park is a completely uninhabited area of 53,300 hectares, where the totally intact world of fauna, flora and minerals reigns. It comprises some twenty glaciers and over 100 summits above 3,000 metres. And with the Italian Gran Paradiso National Park, they form the largest protected area in Europe. So plenty of space for you to give free rein to your instincts themselves!





Déclencheur de sensations

Triggering emotions

Vous qui pensiez que le retour aux sources allait prendre du temps. Il a suffi de quelques heures de marche en pleine nature pour que le charme opère. La montagne s'est mise à vos pieds, la pente vous a donné de l'élan, l'horizon s'est ouvert, et vous avez eu le sentiment de tout dominer. Tout, à l'exception de vos propres émotions !

You, the person who thought that getting back to basics would take time. But a few hours walking in these natural surroundings is long enough for the spell to work. The mountain is at your feet, the slope has given you energy, the horizon opens before you, and you feel that you are in charge. In charge of everything, except your emotions!

Ambiance de bout du monde à l'Ecot

Au départ de Bonneval sur Arc, 1h30 de marche sur 200 mètres de dénivelé suffisent pour atteindre le hameau de l'Ecot, qui a prêté ses traits à "Saint-Martin", le village de Belle et Sébastien. Sur la route, une belle surprise attend les randonneurs : à leurs pieds jaillit le torrent où Sébastien découvre le vrai visage de Belle pour la première fois ! Que les marcheurs ouvrent grands leurs yeux : lièvres variables, bouquetins, chamois et aigles royaux ne sont jamais loin. En prime, la vue sur les glaciers de la Vanoise et l'Albaron (3638 m).

Feeling on top of the world at Ecot

Starting from Bonneval-sur-Arc, an hour and thirty minutes' walk with a height gain of 200 metres is all it takes to reach the hamlet of Ecot, which was the setting for "Saint-Martin", the village of "Belle & Sébastien". On the trail, a wonderful surprise awaits visitors: at their feet gushes the torrent where Sébastien sees the real face of Belle for the first time! Walkers should keep their eyes peeled: mountain hares, ibex, chamois and golden eagles are never far away. And the bonus of a view over the glaciers of Vanoise and Albaron (3638 m).



Ski de rando aux flambeaux Cross-country skiing by torchlight

Nul besoin d'être un montagnard aguerri pour cette descente de nuit. Il suffit de suivre le guide ! Le jour de la descente, 2 heures d'initiation au ski de randonnée sont proposées à la tombée de la nuit. S'en suivent la découverte du matériel, de la foulée et une petite ascension sur une piste damée. La descente se fait flambeau à la main avec les moniteurs. Une façon originale de découvrir la randonnée.

No need to be a hardened mountaineer for this night-time descent. You just need to follow the guide! On the day of the descent, 2 hours of initiation in cross-country skiing are offered at nightfall. There then follows a look at the equipment, the stride and a small ascent on a groomed trail. The descent is lit by torches held by the ski instructors. An original way to experience cross-country skiing.



Activités Activities

SORTIES ACCOMPAGNÉES EN MONTAGNE MOUNTAIN GUIDES OFFER

○ **Bureau des guides de Termignon**
Cascade de Glace - Ski hors piste - Ski de randonnée - Via Ferrata Hivernale
Ice Cascade - Off-piste skiing - Cross-country skiing - Winter Via Ferrata
→ Victor Charon
☎ +33 (0)6 75 20 71 25
www.victorguide.com
(English spoken)

○ **Agence Montagne**
Ski Hors piste - Ski de randonnée - Raquettes - Hélisti - Via Ferrata - Cascade de glace - Taxi ski - Soirées montagne - Tyrolienne - Yooner
Off-piste skiing - Cross-country skiing - Snowshoes Heliski - Via Ferrata - Ice Cascade - Taxiski Mountain evenings - Tirolean - Yooner
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 80 97
+33 (0)6 71 47 07 18
regis.burnel.free.fr

○ **Ambroise de Simone**
Raquettes, visites des villages, chemins de l'histoire, fortifications et baroque, circuit des chapelles... Guide du patrimoine local et accompagnateur diplômé agréé par la Compagnie des Guides et Accompagnateurs de la Vanoise.
Snowshoes, village visits, history trails, fortifications and Baroque, chapel circuit... Qualified guide for the local heritage approved by the Compagnie des Guides et Accompagnateurs de la Vanoise.
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 93 82
www.residencelesmelezes.com
residencelesmelezes@orange.fr

○ **Antipodes**
Quittez les pistes balisées... à la journée ou sur plusieurs jours en Haute Maurienne Vanoise ou ailleurs, encadré par Zebulon, guide UIAGM.
Leave marked slopes... to spend the day or several days in Haute Maurienne Vanoise or elsewhere, in the capable hands of Zebulon, a UIAGM guide.
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 07 12 25 34
+33 (0)6 18 23 69 05
antipodeszeb.com

○ **Maison des guides Gypaète**
Raquettes, randonnées à ski, freeride, escalade sur glace
Snowshoes, cross-country skiing, freeriding, ice-climbing
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)6 85 75 24 26
www.maisondesguides.net
gypaete@free.fr

○ **Jean Accompagnateur Montagne Indépendant**
Venez me rejoindre pour chausser les raquettes et partir à la découverte de notre belle vallée, n'oubliez pas bonne humeur et convivialité. Possibilité de sortie privatisée.
Join me to don your snowshoes and set off to explore our beautiful valley; don't forget to bring good humour and a friendly attitude. Private guided outings available.
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 84 56
+33 (0)6 78 97 46 73
srochecreation.com
sroche.creation@orange.fr

○ **Bureau des guides de Bessans**
L'hiver avec un guide, vous vivrez la montagne autrement. Cascade de glace, ski hors piste, ski de randonnée. Initiation et perfectionnement.
Winter with a guide - for a different mountain experience. Ice cascade, off-piste skiing, cross-country skiing. Beginners and advanced levels.
→ Bessans
☎ +33 (0)6 70 63 94 65
www.guidesmontagnebessans.com
mulinet.sports@wanadoo.fr

○ **Bureau des guides de Bonneval sur Arc**
Alpinisme - Escalade - Via ferrata
Canyoning - Randonnées pédestres
Mountaineering - Climbing - Via ferrata Canyoning - Hiking
→ Contacts :
- Yannick : ☎ +33 (0)6 26 91 33 52
yannik-anselmet@orange.fr
- Daniel : ☎ +33 (0)6 85 05 92 51
chezdaniel@live.fr
- Régis Anselmet :
☎ +33 (0)4 79 05 96 43
+33 (0)6 60 38 96 43

○ **Bonneval Alpin Center**
Bureau des guides Yves et Yannik Anselmet et Louise Anselmet accompagnatrice en moyenne montagne. Canyoning, via ferrata, courses glaciaires, escalade : école d'escalade, voies en falaises ou en haute montagne, cascade de glace, hors-piste, raids à skis, sorties raquettes, randonnées pédestres, trekking et expéditions...
Mountain guide office of Yves and Yannik Anselmet, and Louise Anselmet, a highland guide. Canyoning, via ferrata, glacier trails, climbing: climbing school, cliff and high mountain climbing, ice cascade, off-piste skiing, ski touring, snowshoe outings, hiking, trekking and expeditions...
→ www.anselmet-yves.com
anselmet-yves@wanadoo.fr
☎ +33 (0)4 79 05 94 74
+33 (0)6 08 70 29 38
+33 (0)6 26 91 33 52

SORTIES ACCOMPAGNÉES RAQUETTES GUIDED SNOWSHOE OUTINGS

- **École de ski de Val Cenis Termignon**
→ ☎ +33 (0)4 79 20 53 56
www.esf-termignon.com
- **École de ski de Val Cenis**
→ ☎ +33 (0)4 79 05 92 43
www.esf-valcenis.com
- **École de ski de Bessans**
→ ☎ +33 (0)4 79 05 80 05
+33 (0)6 80 26 15 71
www.esf-bessans.com
- **École de ski de Bonneval sur Arc**
→ ☎ +33 (0)4 79 05 95 70
www.esf-bonnevalsurarc.com





*Cosy
Attitude*

*Cosy
Attitude*

Activateur de partage

Prompting generosity

Bessans, Bonneval sur Arc, Lanslebourg, Lanslevillard, Bramans, Termignon, Sollières-Sardières, bien sûr, vous en avez entendu parler, mais ce n'est qu'une fois sur place, après avoir dormi à l'abri de murs pluri-centenaires et profité de la chaleur d'une veillée au coin du feu, que le mot générosité prendra tout son sens. Sitôt arrivé, vous êtes d'emblée dans votre élément. C'est l'effet Haute Maurienne Vanoise, le territoire qui a le sens du partage.

Bessans, Bonneval sur Arc, Lanslebourg, Lanslevillard, Bramans, Termignon, Sollières-Sardières - you've heard of them of course, but it is only once you are there, and once you have slept under these centuries-old roofs and enjoyed the warmth of an evening by the fire, that the true meaning of the word "generosity" is felt. From the moment you arrive, you are completely in your element. This is the Haute Maurienne Vanoise effect, for this area knows the meaning of sharing.

7 villages à découvrir en ligne

Pour découvrir toutes les richesses de la Haute Maurienne Vanoise, profitez du pass Estibus et empruntez la ligne Bramans-Bonneval sur Arc. Chaque arrêt marquera le début d'un autre voyage, au cœur de nos villages.

7 villages to discover online

To find out about all that Haute Maurienne Vanoise has to offer, get an Estibus pass and take the Bramans-Bonneval sur Arc line. Every stop will mark the start of a different journey, to the heart of our villages.



SKIBUS entre Bramans et Bonneval sur Arc

Pour faciliter l'accès aux stations, des skibus circulent entre Bramans et Bonneval sur Arc, reliant les 7 villages de Haute Maurienne Vanoise aux départs des pistes de ski !

SKIBUS between Bramans and Bonneval sur Arc

To help you get to the ski stations, ski buses run between Bramans and Bonneval-sur-Arc, linking the 7 villages of Haute Maurienne Vanoise to the bottom of the ski slopes!



BEAU et FORT à la fois

Qu'il soit d'alpage, d'été ou d'hiver, vous le reconnaîtrez à sa forme imposante et à son talon concave. C'est le Beaufort AOP, régulièrement primé au Concours Général Agricole de Paris. Une figure locale, à savourer sur place ou à emporter !

BEAUFORT - meaning "beautiful" and "strong"

Whether from a summer or winter mountain pasture, you will recognise it from its imposing shape and its concave edge. This is Beaufort AOP, a regular winner at the General Agricultural Competition in Paris. A local character, to be enjoyed here or back home!

Cultivateur d'art de vivre

Cultivating a lifestyle

Pousser la porte d'une bergerie et partager le quotidien d'un éleveur de montagne, goûter le bleu de Bonneval et avoir toute la générosité du terroir sur un plateau, observer un sculpteur sur bois et voir la tradition prendre forme sous vos yeux... Ici, les expériences se suivent et ne se ressemblent pas, mais toutes vous ramènent à l'essentiel : un art de vivre transmis de génération en génération.

Open the door of a sheepfold and share the day-to-day life of a mountain farmer, taste Bonneval blue cheese and all the local treats on a platter, watch a wood sculptor at work and see the tradition take shape before your eyes... Here, experiences come thick and fast, each one different, but bringing you back to the essential: a lifestyle passed down from generation to generation.



Amateurs de voyage dans le temps ?

Pendant toute la saison, les guides du patrimoine vous invitent à un voyage à travers les Ages. Venez partager leur passion et leur savoir, le temps d'une visite guidée.

Aspiring time-travellers?

Throughout the season, heritage guides invite you to a journey through the ages. Come and share their passion and their knowledge, in a guided tour.

Révéléateur de richesses

Uncovering treasures

En passant à l'heure d'hiver, vous n'imaginiez pas vous retrouver 800 ans en arrière, et pourtant. De chapelles en musées, de toits de lauzes en pierres-fortes, vous sentez notre histoire vous rattraper. C'est notre façon de vous rappeler que le temps est venu de prendre son temps, et qu'ici, la seule chose qui compte vraiment, c'est l'instant présent.

You didn't think that, by turning the clocks back an hour in winter, you would step back 800 years, and yet... Chapels like museums, stone roofs of pietra forte, you feel our history sweep you away. This is our way of reminding you that the time has come to slow down and that, here, the only thing that really matters is this moment in time.

Belle et Sébastien, l'aventure continue Belle et Sébastien, the adventure continues

À l'occasion de la sortie nationale du second volet du film tourné dans nos murs, revivez l'aventure grandeur nature*. *On the occasion of the national release of the sequel filmed here, relive the adventure in its real-life setting.**

Hébergement en résidence de tourisme 3 étoiles pour 7 nuits/8 jours (base 2 adultes + 2 enfants 5/11 ans)
+ 4 forfaits de ski pour le domaine de Val Cenis
+ la location du matériel de ski pour toute la famille
+ une semaine de cours de ski pour les enfants
+ une balade en raquettes.
En bonus : le DVD du film "Belle et Sébastien" et la peluche de Belle.

*Accommodation in a 3-star tourist residence for 7 nights / 8 days (based on 2 adults + 2 children 5 / 11 years old)
+ 4 ski passes for the Val Cenis area
+ ski equipment hire for the whole family
+ one week of ski lessons for children
+ one snowshoe outing.
As a bonus: the DVD of the film "Belle & Sébastien" and a cuddly toy of Belle.*

* D'après l'œuvre de Cécile Aubry. Sortie nationale du film au cinéma le 9 décembre. *According to the work of Cécile Aubry. National exit of the movie in the cinema on December 9th.*



Offre Spéciale Famille
du 12/12/2015 au 16/04/2016.
Special Offer for Families
from 12/12/2015 to 16/04/2016.

723 € /pers.



Activités

Activities

SITES CULTURELS CULTURAL SITES

- **Espace Baroque**
Baroque Space
→ Val Cenis Lanslebourg
☎ +33 (0)4 79 05 90 42
- **Espace Neige et Montagne**
Snow and Mountain Space
→ Bonneval sur Arc
☎ +33 (0)4 79 05 95 95
- **L'Érablo**
→ Bessans
☎ +33 (0)4 79 05 96 52
- **Musée archéologique**
Archaeology museum
→ Val Cenis Sollières-Sardières
☎ +33 (0)4 79 20 59 33
musee.sollieres@gmail.com
- **Maison de La Vanoise**
→ Val Cenis Termignon - Office de Tourisme/ Tourist Office
☎ +33 (0)4 79 20 51 67
- **Télégraphe Chappe**
Chappe Telegraph
→ Val Cenis Sollières-Sardières

PATRIMOINE HERITAGE

- **Les Chemins de l'Histoire**
History Trails
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 93 78
www.lanslevillard.fr
mairie@lanslevillard.fr
- **Ateliers Patrimoine**
Heritage workshops
→ Val Cenis Lanslevillard
"L'atelier couleur"
☎ Armelle Filliol :
+33 (0)6 72 32 90 08
- **Fondation Facim**
→ ☎ +33 (0)4 79 60 59 00
Programme d'activités culturelles / Programme of cultural activities:
www.fondation-facim.fr et dans les offices de tourisme and in the tourist offices

VISITES DU TERROIR VISITING THE REGION

- **L'Étoile du Berger**
Accueil agritouristique
Agritourists welcome
→ Plateau du Planay
Val Cenis Bramans
☎ +33 (0)4 79 05 29 55
- **"Chez Anouchka"**
Visite d'une bergerie
Visit to a sheepfold
→ Val Cenis Termignon
☎ +33 (0)4 79 20 46 49
+33 (0)6 79 97 71 81
- **Coopérative de Haute Maurienne Vanoise**
Fabrication de Beaufort AOP.
Visites guidées / *Making Beaufort AOP cheese. Guided tours*
→ Val Cenis Lanslebourg
☎ +33 (0)4 79 05 20 36
- **Visite de la bergerie**
Visit to a sheepfold
"La Masei d'Ève"
→ Bonneval sur Arc
☎ +33 (0)4 79 05 95 95
- **Visite d'une charcuterie artisanale** / *Visit to an artisan delicatessen*
Bessans
→ ☎ +33 (0)4 79 05 96 99
www.pontet-chaudannes.com
info@pontet-chaudannes.com

AUTRES OTHER

- **Le Bois s'amuse**
Artisans créateurs / *Artisan craftsmen*
→ Val Cenis Sollières-Sardières
☎ +33 (0)9 79 10 64 17
www.leboissamuse.fr

PISCINE SWIMMING POOL

- **Piscine Parc de Loisirs "Les Glières"** / *Leisure Park swimming pool*
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 89 32

BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE RELAXATION AND WELLBEING

- **Institut de Beauté**
Beauty Salon **Laurence**
→ Val Cenis Lanslebourg
☎ +33 (0)4 79 05 80 38
www.laurence-esthetique.com
- **Valfontaine - Espace Forme et Bien-être** / *Fitness and Wellbeing Space*
→ Val Cenis Lanslebourg
☎ +33 (0)6 21 30 61 05
www.valfontaine.com
- **Spas d'altitude** / *Altitude spas*
"O Des Cimes"
→ Val Cenis Lanslebourg
☎ +33 (0)4 79 83 47 30
flambeau@mgm-groupe.com
- **Modelages, bien-être et détente, ostéopathie**
Massage, wellbeing and relaxation, osteopathy
→ Val Cenis Lanslevillard
Parc de Loisirs des Glières, avec Valérie Di Tomaso et Christine Bellissand / *Parc de Loisirs Les Glières (Piscine)*
☎ +33 (0)4 79 05 89 32

- **Valérie Di Tomaso**
Modelages bien-être et détente / *Wellbeing and relaxation massages*
→ Val Cenis Termignon
Hôtel l'Outa
☎ +33 (0)6 15 84 78 48

- **Nira Massage Kota Bien-être**
Wellbeing Massage
→ Bessans
☎ +33 (0)6 38 05 51 89

- **Tuina Énergétique Chinois**
Chinese Tui Na Energising Treatment
→ Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 90 02
+33 (0)6 86 96 17 66
chaletroche.com
chaletvalcenis.com
melane.roche@wanadoo.fr

- **Cabinet de Reiki, soins énergétiques, magnétiseur**
Reiki, Energising Treatments, Hypnosis Treatments
→ Bonneval sur Arc
Vincent Blanc
☎ +33 (0)6 84 01 59 48
reiki-bonnevalsurarc.vpweb.fr

- **Sauna Le Clos Vanoise**
→ Bessans
☎ +33(0)4 79 05 95 22
www.montagneimmo.com
info@montagneimmo.com

- **Sauna à l'Hôtel La Vanoise**
→ Bessans
Sur réservation / *On booking*
☎ +33 (0)4 79 05 96 79

BOWLING BOWLING

- **Bowling Le 1480**
Val Cenis Lanslevillard
☎ +33 (0)4 79 05 21 87
www.bowling-le-1480.fr
bowlinge1480@orange.fr

CINÉMAS CINEMAS

- **Cinéma Chantelouve**
Salle équipée en numérique 2D et 3D / *With 2D and 3D digital equipment*
→ Val Cenis Lanslevillard
www.cinemavalcenis.com
chantelouve.cine.allocine.fr
- **Cinéma La Ramasse**
Salle équipée en numérique 3D *With 3D digital equipment*
→ Val Cenis Lanslebourg
www.cinemavalcenis.com
cinemalaramasse@gmail.com

Des événements tout l'hiver

Events throughout winter

- **SAMSE National Tour Biathlon : 5/6 décembre à Bessans**
Les espoirs du biathlon français démarrent leur saison hivernale de compétition et ils ont les crocs ! Précision, technique et maîtrise sont les maîtres mots de cette discipline. Suspense garanti.

- **Tous en piste à Val Cenis : 12/13 décembre**
Val Cenis lance sa saison, avec un événement familial, festif et de bon goût ! Au programme : dégustations de produits locaux sur les pistes, toutes les glisses de la station, la plus longue descente aux flambeaux du monde et un grand concert !

- **Coupe d'Europe FIS Slalom : 3/4 janvier à Val Cenis**
Certains des meilleurs slalomeurs du monde viennent se mesurer lors de deux slaloms sur la neige de Haute Maurienne Vanoise.

- **35^e Marathon International de Bessans : 9/10 janvier**
Une grande fête du ski de fond populaire qui rassemble près de 1 500 participants issus de toute l'Europe. Petits et grands, pro et amateurs de tous niveaux partageront l'esprit "fond".

- **La Grande Odyssée Savoie-Mont-Blanc : 16 au 20 janvier en Haute Maurienne Vanoise**
En une décennie, la Grande Odyssée Savoie-Mont-Blanc est devenue l'événement des pays de Savoie le plus important et le plus suivi. Le profil "grand nord" des stations de Haute Maurienne Vanoise la rend encore plus mythique.

- **15^e édition du Festival National d'accordéon : 23 au 29 janvier à Termignon**
Ce village de 400 âmes reçoit près de 6 000 personnes en quelques jours, venues pour partager le bonheur simple de cet instrument mythique. Dans une ambiance festive et généreuse, les notes d'accordéon sont jouées aussi bien dans les bars et restaurants du village que dans la belle église baroque.

- **Rencontre d'escalade sur glace : 4 au 6 février à Bonneval sur Arc**
Les glaciéristes des Clubs Alpains Français se rassemblent pour partager leur passion. Au programme des conférences avec des montagnards de renom, films, expositions, concerts et de nombreux ateliers encadrés par des guides de haute montagne au cœur du magnifique site de l'Écot pour découvrir l'activité cascade de glace ou se perfectionner.

- **5^e édition de "C'est l' Printemps à Val Cenis" : du 18 au 22 mars**
Le festival artistiquement dirigé par Laurent Gerra - un amoureux de la Haute Maurienne Vanoise- tiendra une nouvelle fois ses promesses en terme de qualité de programmation : Michel Drucker, Pierre Perret, Olivier De Benoist, la revue de presse et le local Yves Berneron.

- **SAMSE National Tour Biathlon: 5/6 December at Bessans**
French biathlon hopes start their winter competition season and they're hungry for it! Precision, technique and mastery are the keywords of this discipline. Suspense guaranteed.

- **Everyone on the slopes at Val Cenis: 12/13 December**
Val Cenis launches its season with a family, festival and flavoursome event! On the programme: sample local products on the ski slopes, all the station's sledging and board sports, the world's longest torchlight descent and a huge concert!

- **Slalom FIS Europa Cup: 3/4 January at Val Cenis**
Some of the world's best slalom skiers will be here to compete in the two slaloms on the snow of Haute Maurienne Vanoise.

- **35th Bessans International Marathon: 9/10 January**
A huge celebration of grassroots long-distance skiing which brings together 1,500 participants from throughout Europe. Little and big, pros and amateurs of all standards will share the spirit of "endurance".

- **The Great Savoie-Mont-Blanc Odyssey: 16 to 20 January in Haute Maurienne Vanoise**
In the space of a decade, the Great Savoie-Mont-Blanc Odyssey has become the biggest and most watched event in Savoie. The "far north" profile of the Haute Maurienne Vanoise stations make it even more mythical.

- **15th edition of the National Accordion Festival: 23 to 29 January at Termignon**
This village with its population of just 400 welcomes close to 6,000 people for a few days, who come there to share the simple joy of this mythical instrument. In a festive and generous atmosphere, accordion music is played in the village's bars and restaurants and also in its beautiful Baroque church.

- **Ice-Climbing Rally: 4 to 6 February at Bonneval sur Arc**
Ice climbers from French Alpine Clubs meet to share their passion. On the programme are conferences featuring the best-known faces in the sport, films, exhibitions, concerts and a large number of workshops run by high-mountain guides in the heart of the magnificent Écot site, all to discover the ice-climbing activity or to improve skills.

- **5th edition of "It's Springtime in Val Cenis": from 18 to 22 March**
The festival, under the artistic direction of Laurent Gerra - a lover of Haute Maurienne Vanoise - will once again keep its promise of programming quality: Michel Drucker, Pierre Perret, Olivier De Benoist, the press review and the local Yves Berneron.





Horaires des bureaux de l'Office de Tourisme Hiver 2015-2016

Opening times of the Tourist Office Winter 2015-2016

Bramans

- Du 19/12/2015 à fin mars : du lundi au dimanche 9h-12h/13h-17h30
- De fin mars à la fin de saison : du lundi au dimanche 9h-12h/13h30-17h30

Sollières-Sardières

Au chalet nordique à Sardières

- Du 19/12/2015 à fin mars : du dimanche au vendredi 9h-12h/12h30-16h et le samedi 9h-12h/12h30-17h

Bonneval sur Arc - Bessans Lanslevillard - Lanslebourg Termignon

- Du 19/12/2015 à fin mars : du lundi au dimanche 9h-12h/14h-18h30 le samedi en vacances scolaires 9h-12h30/13h30-18h30
- De fin mars à la fin de saison : du lundi au dimanche 9h-12h/14h-18h

Bramans

- From 19/12/2015 to the end of March: from Monday to Sunday 9 a.m. to 12 noon/1 p.m. to 5.30 p.m.
- From the end of March to the end of season: from Monday to Sunday 9 a.m. to 12 noon/1.30 p.m. to 5.30 p.m.

Sollières-Sardières

At the Nordic chalet in Sardières

- From 19/12/2015 to the end of March: from Sunday to Friday 9 a.m. to 12 noon/12.30 p.m. to 4 p.m. and Saturday 9 a.m. to 12 noon/12.30 p.m. to 5 p.m.

Bonneval sur Arc - Bessans

Lanslevillard - Lanslebourg - Termignon

- From 19/12/2015 to the end of March: from Monday to Sunday 9 a.m. to 12 noon/2 p.m. to 6.30 p.m. the Saturday on school holidays 9 a.m. to 12.30 p.m./1.30 p.m. to 6.30 p.m.
- From the end of March to the end of season: from Monday to Sunday 9 a.m. to 12 noon/ 2 p.m. to 6 p.m.

Ces horaires vous sont donnés sous réserve de modifications. These times may be subject to change.



Haute Maurienne Vanoise

6, rue Napoléon - 73480 LANSLEBOURG
 ☎ +33 (0)4 79 05 99 06
haute-maurienne-vanoise.com



Accès

TRAIN

Gare TGV et routière à Modane

BUS BELLE SAVOIE EXPRESS

Correspondances de Modane de Haute Maurienne Vanoise vers les villages de la Haute Maurienne Vanoise.
www.mobisavoie.fr

VOITURE

A43, sortie n°30 puis RD1006, direction les villages de Haute Maurienne Vanoise

AVION

Aéroports de Lyon (2h30), Grenoble ou Turin (2h), Genève (3h)



How to get here

TRAIN

Bus and TGV station to Modane

BELLE SAVOIE EXPRESS BUS

Connections from Modane in Haute Maurienne Vanoise to the villages of Haute Maurienne Vanoise
www.mobisavoie.fr

CAR

A43, exit no. 30 then RD1006, following the signs to the villages of Haute Maurienne Vanoise

AIR

Airports in Lyon (2½ hours), Grenoble or Turin (2 hours), Geneva (3 hours)