

# ALTUS

VALLÉE DE CHAMONIX-MONT-BLANC

2014



URBASA FOREST - ESPAGNE

Continuez le voyage sur [Napapijri.com](http://Napapijri.com)

**NAPAPIJRI**

2, Rue Paccard - Chamonix

# Altus

VALLÉE DE CHAMONIX

ÉTÉ 2014 - N° 14



Retrouvez  
ALTUS vallée  
de Chamonix  
sur votre mobile.  
[www.altus-magazines.com](http://www.altus-magazines.com)

## DIRECTION

Directeur de la publication

Alain Poncet  
[alain@grandsespaces.net](mailto:alain@grandsespaces.net)

Directeur d'édition

Roland Claude Durand-Terrasson  
[roland@grandsespaces.net](mailto:roland@grandsespaces.net)

## RÉDACTION

Rédactrice en chef

Marie-Stéphane Guy  
[mariestephane@grandsespaces.net](mailto:mariestephane@grandsespaces.net)

Ont collaboré à ce numéro

Régine Ferrandis, Laurent Gannaz, Hervé Bodeau, Lucy Paltz, Hanna Jonsson, Lara Murray, Paul Contra, Marie-Stéphane Guy.

## PHOTOS

John Norris (couv.), David Machet, Pascal Toumaire, David Ravanel, Éric Courcier.

## RÉGIE PUBLICITAIRE

Commercialisation Chamonix

Claire Lamort de Gail +33 (0) 6 25 46 66 94  
[claire@grandsespaces.net](mailto:claire@grandsespaces.net)

Régie nationale

+33 (0)4 79 60 42 45 - [info@grandsespaces.net](mailto:info@grandsespaces.net)

Pages shopping et shooting mode

Anne-Sophie Jacquin  
[annesophie@grandsespaces.net](mailto:annesophie@grandsespaces.net)

## FABRICATION

Création Graphique

Annabelle Bard - [annabelle@grandsespaces.net](mailto:annabelle@grandsespaces.net)

Imprimerie

Les 2 Ponts - France

## ÉDITEUR

**GRANDS**  
espaces

688 av. des Follaz  
73 000 CHAMBÉRY  
Tél. +33 (0)4 79 60 42 45  
[www.grandsespaces.net](http://www.grandsespaces.net)  
[info@grandsespaces.net](mailto:info@grandsespaces.net)

Sarl de presse au capital de : 10 000 €  
Siret : 444 628 903 00015 - ISSN : 1962-2988  
Copyright : Grands Espaces  
Dépôt légal juin 2014



**E**t si nous revivions la Belle Époque? Avec la réouverture de l'hôtel Mont-Blanc c'est tout un nouveau pan du tourisme haut de gamme qui pourrait décoller. C'est bien à la Belle Époque que les premiers palaces et maisons de villégiature se sont développés pour accueillir les aristocrates soucieux de rester en forme avec le bon air des montagnes. Aujourd'hui, les clientèles française et internationale haut de gamme recherchent ce même confort dans cette même splendeur naturelle, mais aux normes de notre époque. L'hôtel Mont-Blanc s'est rénové en apportant un lustre supplémentaire à la ville-station. À Chamonix tout est toujours plus grand, même le sommet du mont Blanc, le plus haut d'Europe, dont la nouvelle altitude attestée par la technologie de notre temps le rapproche encore davantage des étoiles.

Les articles que vous lisez ont été écrits pour vous, amoureux de Chamonix et sa vallée, vous qui y résidez ou qui n'y êtes que de passage. Avec nos équipes, nous avons à cœur de vous faire découvrir l'envers du décor qui crée le décor, l'histoire qui fait le présent, les gens de l'ombre qui mettent le lieu en lumière. *Altus Chamonix-Mont-Blanc* se retrouvera inévitablement dans votre porte-revue ou sur votre table de salon, car c'est bien là que vous aurez le plaisir de le lire, le relire ou le partager.

Bonne lecture.

Might we have returned to the belle époque? With the re-opening of the Hotel Mont-Blanc, a whole new chapter of top end of tourism has begun. It was during the belle époque that the first mansions and second homes were built in order to welcome aristocrats wanting to improve their health with fresh mountain air. Today the upmarket clientele from France and abroad are looking for the same high standards amidst all this natural beauty. The renovation of the Hotel Mont Blanc has added extra shine to the town-resort. It also gave us the idea to give you an overview of the last century's architecture in the Chamonix valley. In Chamonix, everything is always bigger, and we'll explain how Mont Blanc reached new heights, validated by modern technology and bringing Europe's highest mountain ever closer to the stars.

What you are about to read has been written especially for you, whether you're a fan of Chamonix and the surrounding valley, you live here or if you're just passing through. Our team wants to show you the background to this amazing setting, the history that creates the present, and the unknown workers who turn the spotlights toward this town. We hope *Altus Chamonix-Mont-Blanc* will end up in your magazine rack or on your coffee table, so that you can read it over again or share it with your friends.

Happy reading.

Roland Claude Durand-Terrasson  
Directeur d'édition / Publishing editor.

## Altus est une édition de la société Grands Espaces

*Altus is published by the firm Grands Espaces*

CHAMONIX - COURCHEVEL - SERRE CHEVALIER - VAL D'ISÈRE - MÉRIBEL  
SUISSE : CRANS MONTANA - VERBIER



*Altus vallée de Chamonix s'engage pour la protection de l'environnement.  
Notre magazine est imprimé sur du papier certifié FSC.*

FSC est une association internationale à but non lucratif dont les adhérents sont des groupes environnementaux et sociaux, d'entreprises de gestion forestière et de distributeurs de produits en bois, travaillant en partenariat pour améliorer la gestion forestière à travers le monde.



# LA CALÈCHE

Un cadre, une ambiance,  
un accueil Savoyard, comme à la maison



18, RUE DOCTEUR PACCARD • 74400 CHAMONIX • TÉL. 04 50 55 94 68  
[www.restaurant-caleche.com](http://www.restaurant-caleche.com)



cybergraph chamonix

**LA CALÈCHE** • RESTAURANT SAVOYARD



# LA CABANE DES PRAZ

Déjeuner face au Mont-Blanc,  
et dîner au chandelles...un art de vivre



23, ROUTE DU GOLF • 74400 CHAMONIX • TÉL. 04 50 53 23 27

[www.restaurant-cabane.com](http://www.restaurant-cabane.com)



**LA CABANE** • RESTAURANT SEMI-GASTRO



# LE CAP HORN

Une ambiance contemporaine,  
un dépaysement assuré



74, RUE DES MOULINS • 74400 CHAMONIX • TÉL. 04 50 21 80 80  
[www.caphorn-chamonix.com](http://www.caphorn-chamonix.com)



cybergraph chamonix

LE CAP HORN • RESTAURANT CONTEMPORAIN



**LES CAVES**  
CHAMONIX

**EAT • DRINK • DANCE**

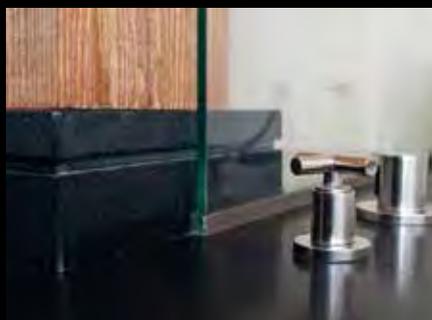
Ouvert de 17<sup>h</sup> à 2<sup>h</sup>

78, RUE DES MOULINS • 74400 CHAMONIX • TÉL. 04 50 21 80 80  
[www.caphorn-chamonix.com](http://www.caphorn-chamonix.com)



Vanipaul  
Immobilier

Architecture  
Design Construction



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

Vanipaul  
Immobilier

Sotheby's  
INTERNATIONAL REALTY



ésape.eu - photos client - document non contractuel

Luxury Real Estate  
Transactions Immobilières de luxe

sarl vanipaul immobilier - 2 quai d'arve 74400 Chamonix MontBlanc - tél +33 (0) 4 50 53 64 70



# Sommaire / CONTENTS

N°14 / été 2014

12

## ACTU / NEWS

Toute l'actualité de Chamonix.  
*The latest news from Chamonix.*

18

## SHOPPING / SHOPPING

Le shopping d'Altus Chamonix.  
*Altus Chamonix shopping.*

28

## SPORT / SPORTS

Au cœur de la planète trail, dans les foulées des coureurs du marathon, du cross, du kilomètre vertical ou de l'UTMB.  
*At the heart of the trail running community we meet the contestants who are mad for it - either running the marathon, the cross, the vertical kilometre or the UTMB.*

36

## INSOLITE / MISCELLANEOUS

La hauteur du mont Blanc fluctue chaque année au gré des précipitations et du vent. Mesure au sommet avec les géomètres-experts.  
*The height of Mont Blanc varies each year depending on wind and snow conditions. Measuring at the top with land surveyors.*

42

## RENCONTRE / MEETING

David Ravel, président de la Compagnie des Guides de Chamonix, est l'héritier d'une illustre famille de guides et d'alpinistes.  
*David Ravel, president of Compagnie des Guides in Chamonix, comes from a long lineage of mountain guides and alpinists.*



# itinério

Découverte interactive  
de la Vallée de Chamonix Mont-Blanc



CHAMONIX-MONT-BLANC

SERVOZ - LES HOUCHES - CHAMONIX-MONT-BLANC - VALLORCINE

À DÉCOUVRIR !  
**itinério**,  
tablette à louer  
ou application  
à télécharger  
gratuitement.

# LA VALLÉE DE CHAMONIX MONT-BLANC COMME VOUS NE L'AVEZ JAMAIS VISITÉE !

[www.ma-vallee-de-chamonix-mont-blanc.com](http://www.ma-vallee-de-chamonix-mont-blanc.com)



© conception, création : agence implicite - © images : Patrice Labarbe, Orphéo, Ludovic Ravanel



**itinério**, c'est la découverte interactive  
de la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc avec :

› 5 parcours pédestres › 2 parcours en train › 3 lieux d'exposition



50

**BOTANIQUE** / *BOTANICS*

À la découverte des plantes comestibles et médicinales des Alpes avec l'association L'Edelweiss du Mont-Blanc.

*Discover edible and medical Alpine plants with the association L'Edelweiss du Mont-Blanc.*

60

**ÉVÉNEMENT** / *EVENT*

Ils ont osé s'aventurer dans une épreuve physique et éprouvante : les 24 heures de Chamonix en VTT ! Dans la roue de ces passionnés.

*They took on a physically draining challenge : the 24 hours in Chamonix on a mountainbike! Follow these dedicated riders.*

68

**PATRIMOINE** / *HERITAGE*

Entre villas cossues et bâtiments de style, visite d'un siècle d'architecture au pied du mont Blanc.

*From stylish villas to period buildings, a whole century of architecture at the foot of Mont Blanc.*

78

**ART** / *ART*

Artiste-alpiniste, Gabriel Loppé fut, avec ses toiles et ses photographies, l'un des premiers ambassadeurs de la vallée.

*An artist-alpinist, Gabriel Loppé was, through his paintings and photographs, one of the first ambassadors of the valley.*

86

**AGENDA** / *EVENTS DIARY*

Les événements incontournables de l'été.

*Great summer events.*

88

**GUIDE** / *GUIDE*

Le guide des restaurants, bars et spas d'Altus Chamonix.

*Altus' guide to Chamonix's restaurants, bars and spas.*

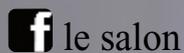


# le Salon

Chamonix - Melbourne  
[www.lesalonchamonix.com](http://www.lesalonchamonix.com)

## SALON DE COIFFURE

13, Rue du Lyret  
04 50 53 17 75



## INSTITUT DE BEAUTE

13, Rue du Lyret  
04 50 55 92 75

## BAR À BRUSHING & MANUCURE

211 Avenue Michel Croz  
09 51 95 68 66



Crédit photo : Benjamin Chevalier

Great Lengths

SUA

Bb.  
Bumble & bumble

RENE  
FÜRTERER  
PARIS

Schwarzkopf  
PROFESSIONAL

O·P·I

YON  
KA  
PARIS



## L'ART CONTEMPORAIN À LA MB FACTORY

Peinture, photographie, sculpture, vidéo, design intérieur... seront mis en lumière dans cette galerie, qui proposera différents regards, souvent décalés, sur la montagne et la nature, dans un esprit résolument contemporain. MB Factory est né de la rencontre d'artistes chamoniards: la photographe Monica Dalmasso, le peintre Michel Delamarre et Brigitte Le Carpentier, Chamoniarde d'adoption passionnée d'art et de design.

### Contemporary art at the MB Factory

Paintings, photography, sculpture, videos, interior design and more will be exhibited in this gallery, offering a different and resolutely modern perspective on mountains and nature. The MB Factory was created by a group of local artists: photographer Monica Dalmasso, painter Michel Delamarre and Brigitte Le Carpentier, who has a keen interest for art and design.

contact@mbfactory.fr



## GROSSET JANIN LABELLISÉ «AGRÉÉ MAISONS DE QUALITÉ»

Le constructeur de Chalets du Pays du Mont-Blanc a obtenu ce prestigieux label qui certifie une qualité globale en terme organisationnel, technique, financier, juridique, thermique et satisfaction client. Les audits ont révélé que plus de 89% des clients de Grosset Janin et de sa filiale contemporaine Home Forest se disent prêts à recommander le groupe, seul constructeur haut-savoyard à être certifié «Agréé Maisons de Qualité». Une reconnaissance qui vient distinguer l'entreprise familiale, créée il y a soixante ans, et qui n'a eu de cesse de se renouveler, de progresser et de se développer pour livrer des chalets uniques, sur mesure, associant savoir-faire traditionnel et technologie de pointe.

### Grosset Janin awarded "Agréé Maisons de Qualité" label

This local building company have been awarded the prestigious label « Agréé Maisons de Qualité », proof of their high standard in organisation, technique, finance, legal matters, insulation and customer satisfaction rate. Over 89% of clients would recommend Grosset Janin and its subsidiary Home Forest to others. This family business was created 60 years ago and their experience in creating unique, bespoke chalets, in a mix of traditional techniques and the latest technology, is unrivalled in the region.

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

## LES EXPOS DU HAMEAU

Du 1<sup>er</sup> juin au 1<sup>er</sup> novembre, le Hameau Albert 1<sup>er</sup> accueille deux artistes pour une exposition. La photographe Béatrix Walter, également accompagnatrice en montagne et monitrice de ski, donnera à voir ses clichés qui laissent parler les paysages et les éléments naturels. Étendues glacées, déserts blancs, nature givrée, quand l'insolite et l'émotion se nichent dans la nature. Comme sorties d'un rêve, les sculptures d'argile représentant poissons, ours, pingouins et éléphants de l'artiste Annie-Laurence Malleron occuperont aussi les salons du Hameau.

### Exhibitions at Le Hameau

From the 1st of June until the 1st of November, Hameau Albert 1<sup>er</sup> welcomes two exhibiting artists. Photographer Béatrix Walter is also a mountain leader and a ski instructor. Her pictures let nature represent itself. Icy fields, white deserts, frozen landscapes hide the unexpected and lots of emotions. Dreamlike in appearance, the enamelled clay sculptures of animals by artist Annie-Laurence Malleron can also be seen in the salons of Le Hameau.



## GUINGUETTE DESIGN

Depuis son ouverture en début d'année, la Guinguette des Chavants n'a cessé d'intriguer et de surprendre par son style architectural contemporain. Située en bordure du lac des Chavants aux Houches, la buvette aux lignes design et à la terrasse sur pilotis ne renie pas pour autant sa culture musette ! Soirées accordéon s'y tiennent une fois par semaine pendant tout l'été. Comme quoi les flonflons savent aussi épouser leur époque.

### Designer outdoor café

Ever since it opened at the start of the year, Guinguette des Chavants has intrigued passing trade with its contemporary design. Situated by Lake des Chavants at Les Houches, it has strong links with traditions despite its modern look, and you can go for French accordion nights once a week throughout the summer!

La Guinguette : +33 (0)6 81 05 51 81.



ACQUA  
DI  
PARMA  
*Blu Mediterraneo*  
  
ARANCIA  
di CAPRI

*Blu Mediterraneo*

**Parfumerie du Mont-Blanc**

Zone Piétonne Chamonix Tél. 04 50 53 12 61



## LA BIZ AMÉNAGE VOS INTÉRIEURS!

Dans cette boutique déco de Saint-Gervais imaginée avec soin par le constructeur de chalets La Bisaigüe, on navigue entre nostalgie et humour, tradition et modernité. Des tonnes d'idées à glaner, des dizaines d'objets détournés, comme ce télésiège transformé en banquette suspendue ou cette roue de charrue en table basse. Entre une tête de vache rose et du vieux bois, on découvre le bien-être selon Philippe Mollard : saunas, bains et spas d'extérieur. Au fond de la boutique, la reconstitution et l'aménagement d'un mazot vous montreront les mille et une astuces audacieuses que le fabricant peut vous proposer pour surprendre, étonner et transformer vos intérieurs!

Let La Biz do your interior design!

This home décor boutique in Saint Gervais was opened by chalet company La Bisaigüe, and you will go from nostalgic to quirky, from traditional to modern. Hundreds of ideas for inspiration, and many transformed pieces, like a chairlift turned into a hanging seat, or a cartwheel as a coffee table. There is also a well-being area by Philippe Mollard with outdoor saunas, hot tubs and spas. Don't miss the tiny chalet built at the back of the shop, full of clever design solutions for you to take home!

La Biz, 254, av. du Mont-D'Arbois, Saint-Gervais, 04 50 55 51 38, [www.la-bisaigüe.com](http://www.la-bisaigüe.com)

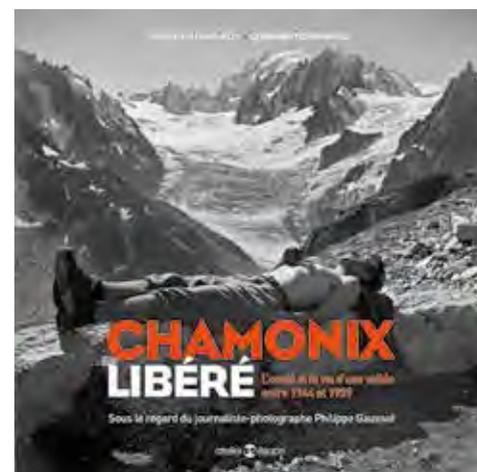
## PRODUITS RÉGIONAUX EN AVANT!

La Maison du Lieutenant, la plus vieille bâtisse de la vallée de Chamonix construite à Servoz en 1480, acquise par la Communauté de Communes de la Vallée de Chamonix, servira désormais de vitrine pour la mise en valeur des produits régionaux et le pastoralisme. Elle accueillera dès le mois d'août, le déménagement du musée de l'Alpage, des animations pastorales, des expositions sur la culture alpestre et le métier d'agriculteur de montagne, elle peut-être même un salon gastronomique!

Regional products galore!

Maison du Lieutenant is the oldest building in the Chamonix valley. It was built in Servoz in 1480 and acquired by the local authorities to serve as a showcase for regional products and Alpine traditions. From August onwards, it will house the Musée de l'Alpage, exhibitions on local farming traditions and perhaps even a gastronomy festival!

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



## « CHAMONIX LIBÉRÉ »

Pierre-Louis Roy et Corrine Tourrasse signent un bel ouvrage retraçant l'envol et la vie de la vallée entre 1944 et 1959. Richement illustré de plus de 900 photographies, ce beau livre de 360 pages retrace l'incroyable épopée de Chamonix pendant les Trente Glorieuses qu'elle épousa pour le meilleur comme pour le pire. Retour en arrière qui éclaire le présent et l'avenir de cette vallée qui fut de tout temps en permanente effervescence.

“Chamonix is free”

Pierre-Louis Roy and Corrine Tourrasse have created a beautiful book, tracing the post-war years in the valley between 1944 and 1959. Richly illustrated with over 900 photographs, you get a good overview of Chamonix's past, which leads to a better understanding of the present and future of this vibrant valley.

*Chamonix libéré*, Pierre-Louis Roy et Corinne Tourrasse, éd. Atelier Ésope, 55€.

## SERVOZ OUVRE UNE PISTE DE PUMTRACK

Inspiré des tracés réalisés dans les années 1970-1980 par des pilotes de BMX, le Pumptrack est une boucle continue sur laquelle on évolue sans pédaler. On utilise les mouvements du terrain pour pomper avec bras et jambes et ainsi enchaîner virages relevés, creux et bosses. Cet exercice très physique peut permettre d'atteindre 30 km/h. Le Pumptrack est le terrain qui rassemble toutes les tribus du VTT : crosscountry, descente, freeride, BMX... Zone en accès libre tout au long de l'été.

Servoz opens a Pumptrack

Inspired by the 1970s' and 1980s' BMX tracks, the Pumptrack is a biking track that you can go round without pedalling. Thanks to the shaped terrain, you can use your arms and legs to pump your way around graded turns, dips and bumps. It's very physical and you can reach 30km/h. The Pumptrack attracts both crosscountry, downhill, freeride and BMX bikers. Access is free of charge all through summer.

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



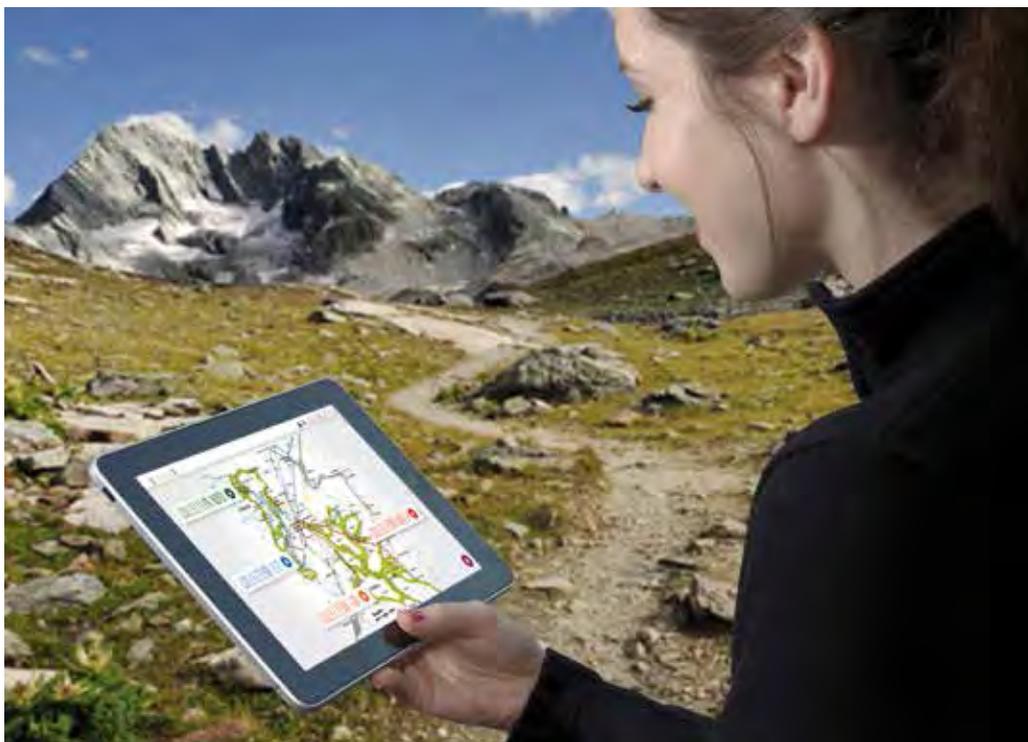
## “L'ÂME”

Ce qui donne à quelque chose son originalité,  
ce qui l'anime et fait qu'il touche la sensibilité.



LE CAFE  
COMPTOIR

CHALETS DE CHARME . LES CHALETS DU PLANE . RESTAURANT DE GOÛT  
LE PLAN-ENVERS . 04 50 18 72 43 . VALLORCINE



## ITINÉRIO : L'APPLI POUR DÉCOUVRIR LA VALLÉE

Téléchargeable gratuitement sur smartphone ou sur tablette, cette application permet une découverte interactive de la vallée de Chamonix. Cinq parcours géoguidés, deux parcours en train et trois lieux d'expositions, sont proposés pour explorer le patrimoine naturel et culturel de la vallée à travers les thématiques : neige et glaciers, cristaux, géologie, pastoralisme, forêt, faune et flore, les hommes et leurs liens avec le massif du Mont-Blanc... Ce dispositif met en scène le territoire avec un contenu d'une incroyable richesse associant textes de référence et interviews de spécialistes, sons et illustrations, photos et vidéos, plans et cartes, animations et jeux, et images 3D. Itinerio is also available via a location of tablettes (6 €) dans les offices de tourisme de la Vallée.

### ITINERIO : the valley guide App

Available as a free download on smart phone or tablets, this application gives you an interactive tour of the Chamonix valley. Five walking trails, two train excursions and three exhibition halls are included in this discovery of the local scenery and culture. The app really brings each venue alive with incredibly rich content that includes reference texts and interviews, illustrations and maps, games and 3D images. Itinerio is also available by renting a tablet (6€) in one of the valley's tourist offices.

[www.ma-vallee-de-chamonix-mont-blanc.com](http://www.ma-vallee-de-chamonix-mont-blanc.com)

## LES REINES DE CHAMONIX

Témoin de la richesse des traditions et de la culture montagnarde, le combat de vaches d'Hérens est un événement qui permet de valoriser les liens transfrontaliers entre la Vallée d'Aoste, la Savoie et le Valais. Cette année, les batailles se dérouleront les 20 et 21 septembre dans le Bois du Bouchet. Une centaine de vaches sont attendues pour le match régional et une cinquantaine pour le match international.



### Queens of Chamonix

A demonstration of the rich mountain traditions, the Herens cow fights also help to strengthen cross-border bonds between the French, Swiss and Italian valleys. This year, the battle will be fought on September 20-21 at Bois du Bouchet. Around 100 cows are expected for the regional match and 50 for the international fight.

## CHAMONIX A SA VILLA MÉDICIS !

André Manoukian, organisateur du Cosmo Jazz Festival depuis 2010, a proposé à la mairie de Chamonix de transformer la villa « La Tournette » en une Maison des Artistes. Cette ancienne résidence du début du xx<sup>e</sup> siècle se transformera cet été en un lieu dédié à la musique et à ses auteurs. La villa abritera un bar musical, une résidence de musiciens, ainsi qu'un studio d'enregistrement pourvu d'un label discographique « made in Chamonix » et un studio de captation vidéo.

### Chamonix's own Villa Médicis !

André Manoukian, at the helm of Cosmo Jazz Festival since 2010, has offered to transform Villa La Tournette into a music hub, and this summer the early 20<sup>th</sup> century house will include a music bar, a hostel for musicians and a studio with its own label "mad in Chamonix" as well as a film studio for music videos.



## OSEZ LE PAS DANS LE VIDE®

Pour pimenter votre incontournable excursion à l'Aiguille du Midi (3842 m), tentez le Pas dans le Vide, l'expérience la plus vertigineuse des Alpes! Dans une cabine de verre entièrement transparente, en quasi-apesanteur, au-dessus de 1 000 mètres de vide, vous aurez le monde à vos pieds! Une prouesse architecturale et technique pour des sensations garanties, en toute sécurité. Depuis sa mise en service, le Pas dans le Vide a servi de décor à des photos de mode et divers événements.

### Step into the void

Add some adrenalin to your visit at Aiguille du Midi (3 842m) – try "Pas dans le Vide®" (step into the void). The most dizzying experience in the Alps. Step into the transparent bubble, set above a vertical drop of 1000m, and the world will be at your feet. With its amazing design and complete safety, Pas dans le Vide has been used for both fashion shoots and adverts.

[www.compagniedumontblanc.fr](http://www.compagniedumontblanc.fr)



CHÂTEAUX  
& HÔTELS  
COLLECTION®  
Le charme, le vrai.

# Le Jeu de Paume

votre refuge ★★★★★



Le charme d'un chalet hôtel avec piscine, sauna, hammam, tennis. Une adresse réputée pour sa cuisine inventive et raffinée.

Réservation recommandée - Fermé le mardi midi et le mercredi midi

CHALET HÔTEL ★★★★★ RESTAURANT *Le Rosebud*  
705 route du Chapeau, Le Lavancher, Chamonix - 04 50 54 03 76  
[www.jeudepaumechamonix.com](http://www.jeudepaumechamonix.com)



LISE CHARMEL

Soutien-gorge corbeille et slip coordonné, collection Dressing Floral.

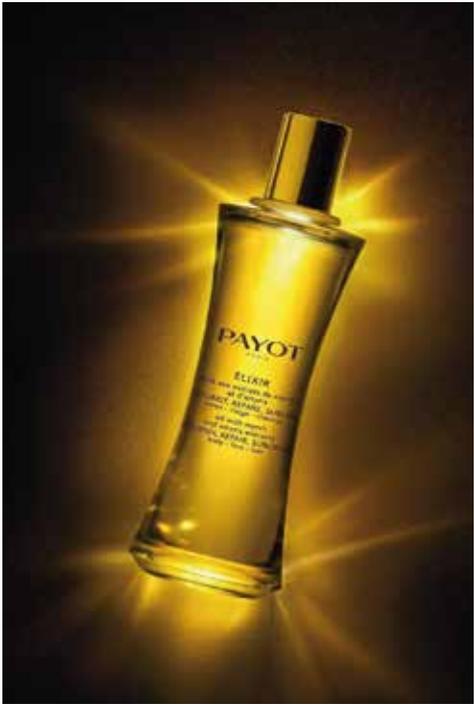
Half-cup bra and brief set, from the 'Dressing Floral' collection. Amazone Lingerie, av. Ravanel le Rouge.



UNA STORIA

Pendentif plaqué or rose filigrane, romantique à souhait, on aime sa finesse!

Ultra romantic, pink gold plated filigree pendant. We love this delicate look! Bijouterie SV Carat, rue Vallot.



PAYOT

L'huile sèche Elixir est une offrande de beauté au corps, au visage et aux cheveux.

Elixir dry regenerating oil pampers the body, face and hair. Spa Serenity, Park Hotel Suisse.

Nature & Douceur  
NATURAL DELIGHT

WOODONE

Les lunettes en bois tout confort, des montures écolos au design séduisant!

Glasses with a comfortable wooden frame, eco-friendly and with beautiful design!

Eyeshop, Optique Chaussin, rue Dr Paccard.



LA BIZ

Dans ce show room, vous trouverez une grande sélection de meubles et d'objets pour la maison.

A show room with a large selection of furniture and home decor.

La Biz, rue du Mont D'Arbois, Saint-Gervais.



BUMBLE & BUMBLE

SprayChalk, sprays qui colorent les cheveux, et qui s'éliminent en un seul shampooing.

Temporary hair colouring spray that washes out in one single go.

Le Salon, rue du Lyret.



ORIGINALS



.....  
**BOUTIQUE COLMAR**  
**CHAMONIX**  
**176 RUE JOSEPH VALLOT**  
**+33 4 50 93 52 73**  
.....



PETIT BATEAU

Un petit air marin avec cet ensemble short et débardeur.  
A marine look with matching top and shorts.  
Amazonie Lingerie, av. Ravelin le Rouge.



NAPAPIJRI

La veste Analous est imperméable et fonctionnelle, elle se fera toute petite dans votre sac.  
Waterproof and functional, the Analous jacket takes up hardly any space in your bag.  
Napapijri, rue du Dr Paccard.



SHU UEMURA

Le sérum Instant Replenisher repulpe instantanément le cheveu et le rend doux et brillant.  
The Instant Replenisher serum gives immediate body to your hair and gives a silky shine.  
Lucie et Estelle Coiffure, rue Whympier.



OPI

Découvrez une sélection de teintes choisies parmi les couleurs de la collection "Brazil" pour accessoiriser vos tenues les plus sobres comme les plus flashy!  
Try one of the shades of colour from the 'Brazil' collection to complement both your most stylish and most extravagant outfits.  
Le Salon, rue du Lyret.

Un été à l'air pur  
FRESH AIR FOR THE SUMMER



ALGOSUN

Algotherrm a élaboré une gamme de soins solaires au service de la peau et de l'environnement marin.  
Algotherrm have developed a range of sunscreen lotion gentle both with your skin and the marine environment.  
Deep Nature Spa, Hôtel Les Aiglons.



CHACHACHA

Un rhum réunionnais très aromatique aux notes d'olives noires. C'était avec ce rhum que le ChaChaCha a remporté le titre « Meilleur Cocktail Mojito de Chamonix 2013! »  
An aromatic, Reunion Island Rum with a hint of black olives. Using this Rum ChaChaCha won the title 'Best Chamonix Mojito Cocktail 2013!  
Av. Ravelin le Rouge.



PHOTOS : ESTELLE RANCUREL

**ROSSIGNOL**

**Rossignol Store Chamonix**  
205 rue Docteur Paccard  
74400 Chamonix-Mont Blanc  
+33 450 54 41 96  
rossignol.chamonix@rossignol.com

**Rossignol Outlet One Nation**  
Centre Commerciale One Nation  
Avenue JFK 78340 Les Clayes sous Bois  
+33 130 55 11 27  
rossignol.onenation@rossignol.com

**Rossignol E-Shop**  
[www.rossignol.com](http://www.rossignol.com)



SCOTT

Une chaussure originale maintes fois primée pour le trail et la course multi-terrain. La nouvelle version réunit tous les ingrédients d'une chaussure de trail gagnante.

Original shoes, awarded several times for trail and multi-terrain running. This new version combines all the winning ingredients for a top trail-running shoe. In partner stores.

Chez les magasins partenaires, [www.scott-sports.com](http://www.scott-sports.com).



COLMAR

Présente sa collection homme et femme pour le golf, chic et confortable.

The new golf collection for men and women is both chic and comfortable.

Colmar, rue Vallot.



ARPIN

Arpin privilégie le confort et la liberté de mouvement et revisite l'emblématique veste Norfolk des années 1960. Idéal pour l'inter-saison, confortable pour les balades estivales à montagne et élégant en milieu urbain.

Comfort and freedom of movement with this Norfolk jacket, based on a 1960s model. Ideal for the inter-season, it is comfortable in the mountains and elegant in town.

Arpin, rue des Moulins.



SALOMON

Avec la S-lab sense 3 ultra softground vous obtenez une arme phénoménale d'ultra-trail pour terrain meuble.

The S-lab sense3 ultra softground is a powerful tool for ultra-trail running in soft terrain.

Ravel & CO, Galerie Alpina.

# Sport tout-terrain

ALL TERRAIN SPORTS



ODLO

Améliorez votre performance, augmentez votre confort et combattez votre fatigue avec le cuissard de running.

Improve performance, increase comfort and fight against fatigue with this running short.

Odlo, place Balmat.



NAPAPIJRI

Veste femme sans doublure, avec tissu technique déperlant.

Women's single shell jacket, in water repellent techno fabric.

Napapijri, rue du Dr Paccard.



ROSSIGNOL

Cuissard vélo stretch R-Dry, offrant un bon transfert d'humidité et une excellente régulation thermique pour un confort optimal.

R-Dry cycling shorts, with good humidity evacuation and excellent heat control for maximum comfort.

Rossignol, rue du Dr Paccard.

# Lucie & Estelle Coiffure

Relooking - Visagiste - Coloriste expert - Manucure

15 rue Whymper - Chamonix - 04 50 53 50 92  
[www.lucie-estelle.fr](http://www.lucie-estelle.fr)

Institut  
**KÉRASTASE**  
PARIS

**REDKEN**  
5TH AVENUE NYC

**SHU UEMURA**  
ART OF HAIR.

**L'ORÉAL**  
PARIS  
PROFESSIONNEL

VERNIS  
**essie**



**ODLO**

Väg, le blouson coupe-vent ultra léger et compactable dans une mini banane à accrocher.

Väg is an ultra-light windbreaker that fits into its own tiny bag with a hook.

Odlo, place Balmat.



**COLMAR**

Veste à capuche réversible et non rembourrée, en nylon opaque haute densité avec traitement déperlant.

Reversible, hooded single-shell jacket. In high density opaque nylon with water-repellent treatment.

Colmar, rue Vallot.



**GUERLAIN**

La Crème Orchidée Impériale troisième génération concentre la nouvelle technologie Gold Orchid. Fine et fondante, la crème enveloppe le visage d'un film soyeux et confortable. La peau retrouve densité et fermeté, le contour du visage son harmonie. Les rides et les ridules se lissent, le grain de peau s'affine.

The third generation Crème Orchidée Impériale is a concentrate of the new Gold Orchid technology. Its fine texture coats your face with a silky and comfortable feeling. The skin is tighter and firmer, the face contour balanced. Wrinkles and fine lines are smoothed, skin pores reduced.

Parfumerie du Mont-Blanc, rue Vallot.

# Restons actifs!

STAY ACTIVE!



**SALOMON**

Dernier né de la gamme S-Lab Advanced Skin, le sac Hydro 12 est plus léger que jamais. Le choix longue distance de Julien Chorier pour sa victoire à l'UTMF.

The latest from the S-Lab Advanced Skin range, the Hydro 12 bag is lighter than ever. A long-distance choice by Julien Chorier for his UTMF victory.

Ravanel & Co, Galerie Alpina.



**WESC**

Jean unisexe, la forme est slim, coupe boyfriend.

Slim-leg unisex jeans in a boyfriend cut.

Wesc, rue du Dr Paccard.

**WILLIAM FEVRE**

Révélez votre côté Hipster! Un nouvel habillage collector, une décoration à l'encre UV révélée sous lumière noire, un QR Code permet d'accéder à une animation, une jauge transparente permettant de voir le niveau du Chablis.

Wake the hipster in you! A new collector's design, with a UV ink décor, a QR code that gives you access to more info, a see-through level indicator for the Chablis. On sale at partner wine merchants.

En vente chez les cavistes partenaires, [www.williamfevre.com](http://www.williamfevre.com)



**ROSSIGNOL**

Esprit casual pour cette doudoune ultra-légère pour homme pouvant être portée toute l'année, à la montagne ou en ville.

The casual look of this men's ultra light puffer jacket makes it ideal all year round, both in the mountains and in town.

Rossignol, rue du Dr Paccard.



# Rêves d'Hiver Concept Store

AMÉNAGEMENT  
D'INTÉRIEUR  
DE MONTAGNE

BIJOUX  
ACCESSOIRES  
CACHEMIRE

222 avenue Michel Croz | 74400 Chamonix | 04 50 53 64 68  
[www.revesdhiverchamonix.com](http://www.revesdhiverchamonix.com) 

**WESC STORE**  
61 rue paccard  
74400 chamonix  
04 50 53 28 13



**WESC**  
• WeAreTheSuperlativeConspiracy



ARPIN

Mise la carte de la couleur et de la douceur avec sa collection décoration. La marque habille votre intérieur avec audace et modernité.

Colour and soft materials for the new home décor collection. A bold and modern choice for your interior.

Arpin, rue des Moulins.



CINGOMMA

Une solution écologique, de vieux pneus de vélos recyclés en ceintures... Des idées cadeaux originales et amusantes.

Eco-friendly; discarded bicycle tyres are turned into belts... Fun and unusual gift ideas.

Fresh Air, rue des Moulins.



LA DENT D'OCHE

La Distillerie Artisanale de la Dent d'Oche respecte l'ancienne méthode artisanale de distillation et vous propose un génépi de grande qualité à consommer avec modération!

The distillery La Dent d'Oche respects the ancient fabrication methods and produces a high quality Genepi, to drink sensibly!

Refuge Payot, rue Vallot, rue du Dr Paccard, les Houches Bellevue.



MONT BLANC

Cette fragrance puissante, profonde et harmonieuse est à l'image de la force de caractère de l'Homme Emblem.

A powerful, profound and balanced scent to match the strong character of Homme Emblem.

Parfumerie du Mont-Blanc, rue Vallot.

Ambiance ambrée  
AN AMBER TOUCH



WESC

Sweat zippé à porter comme une seconde peau ou comme une veste quand la température est clémente.

A zipped sweatshirt to wear as a second skin or as a jacket when temperature allows.

Wesc, rue du Dr Paccard.



SCOTCH AND SODA

Des collections de style classique et vintage teintées d'inspiration glanée sur tous les continents.

Their collections in a classical vintage style have drawn inspiration from several continents.

Rêves d'Hiver, av. Michel Croz, (av. de la Gare).



KERASTASE

L'Elixir Ultime est un soin de sublimation multi-usage à l'Oléo-Complexe, un complexe associant quatre huiles précieuses.

Elixir Ultime is a multi-use sublimation treatment with Oléo-Complexe, an ingredient that combines four quality oils.

Lucie et Estelle Coiffure, rue Whympfer.

# LA MONTAGNE EN HÉRITAGE, LA VIE EN RELIEF

DÉCORATION - TISSUS SUR MESURE - VÊTEMENTS & ACCESSOIRES

*Arpin*



Le M de Megève  
Jean-Noël Picot, architecte

**Arpin, partenaire de votre décoration sur mesure**

Boutique Arpin  
138 rue des Moulins - 74400 Chamonix  
ARPIN1817.COM

FABRICANT FRANÇAIS DEPUIS 1817







Mont-Blanc Marathon

# Un, deux, trail...

Autour du Cross du Mont-Blanc, l'épreuve reine, de nombreuses autres courses sont venues sceller le succès de la station, qui devient, à chaque début d'été, une véritable vallée du trail attirant plus de 6 000 coureurs. Pour trois jours de partage et de sueur, sur les chemins.

Là-haut, la gare d'arrivée de la télécabine de Planpraz ressemble à un petit point, tout petit, suspendu au-dessus de la vallée. En bas, la place du Triangle de l'Amitié grouille de 400 concurrents en baskets et tee-shirt moulants qui se tapent sur les cuisses et s'étirent, encadrés par une foule de spectateurs à l'affût. Le silence dit la concentration, peut-être la tension face à cette pente aux airs d'ogre famélique qu'on n'ose encore affronter du regard : un sentier alpin en zigzags qui s'étire quasi à la verticale sur 3,8 km de distance pour 1 000 mètres de dénivelé positif, équipé par endroits de marches, câbles, pédales et mains courantes, le tout couronné par une arrivée à 2 000 mètres ! Un contre-la-montre qui a de quoi refroidir les ardeurs de tout marathonien normalement constitué !

Le KV, ou Kilomètre Vertical, est apparu en 2011 et fait désormais partie des nouvelles compétitions de course à pied intégrées au calendrier chamoniard, au même titre >>>

Marathon, Kilomètre Vertical, Cross, Ultra-Trail, la vallée de Chamonix est devenue en une dizaine d'années la Mecque incontestée de ceux qui courent...

*With the Marathon, Vertical Kilometre, Cross and Ultra-Trail, Chamonix valley has made itself a must destination for runners in the past ten years.*



➤➤➤ que le 80 km qui effectue, en ce 28 juin 2013, ses premiers pas. Les deux courses bénéficient en 2014 du label Skyrunning et viennent à ce titre de se voir intégrées, à l'instar du Marathon du Mont-Blanc, au calendrier de la Fédération internationale de Skyrunning, qui regroupe les courses de montagne majeures se déroulant au-delà de 2000 mètres d'altitude. Une consécration qui vient couronner le formidable engouement enregistré depuis une dizaine d'années, dans la vallée de Chamonix, pour le trail et les chevauchées nature.

#### UNE BALADE DE SANTÉ DE 6000 M

En ce 28 juin, pendant que les coureurs s'échauffent pour le KV, les premiers arrivants du 80 km, partis à 4 heures du matin, s'égrènent, au compte-gouttes. Une épreuve sur laquelle figurent tous les cadors de la discipline, une « balade de santé de 6000 mètres positifs » avalés en 9'45"57 pour François d'Haene et Michel Lannes, qui terminent main dans la main sous les vivats d'un public ébahi. « On a pris notre rythme, on a papoté, on s'est tiré la bourre, relate François, après, on s'est demandés si on restait ensemble... Mais finir à deux, c'est encore plus fort. ». Derrière les champions, le régional de l'étape, Bastien Fleury, termine 5<sup>e</sup>,

*À côté des stars, on trouve les anonymes, venus parfois de loin, attirés par la course nature et l'aura du mont Blanc.*

une sacrée perf pour ce Chamoniard de 24 ans qui bétonne ses succès dès la période hivernale à coup de montées sèches et de diététique. « J'ai commencé le trail il y a six ans et le ski alpinisme depuis deux ans. J'ai toujours progressé et je fais extrêmement attention à ma nutrition : je prépare tous mes en-cas moi-même en mélangeant plusieurs sortes de glucides et de protéines », explique le jeune accompagnateur en montagne en mangeant son gâteau à la farine de lupin. Bastien partage certains de ses entraînements avec Kilian Jornet, qui habite aux Houches. Kilian, c'est le supersonique de la discipline, l'icône du trail, plusieurs fois vainqueur de l'UTMB (Ultra Trail du Mont-Blanc) qui avale un mont Blanc en baskets à l'heure du petit-déjeuner. Bref, un gars qui écœure tous ses concurrents en même temps qu'il tire vers le haut les épreuves de course à pied au long cours. Mais en ce jour, le plus Chamoniard des Espagnols, inscrit sur le KV, ne termine que deuxième, battu sur son terrain d'entraînement par un Colombien !

#### FORÇATS DU DÉNIVELÉ

À côté des stars, on trouve aussi et surtout les anonymes, venus parfois de loin, attirés par l'attrait de la course nature et... l'aura du mont Blanc. Sous les câbles de la télécabine de



Planpraz, ces forçats du dénivelé enchaînent les virages, ahanant et transpirant à qui mieux mieux, langue pendante et cuisses tétanisées. Parmi eux, Yohan, venu de Picardie, qui s'est aussi inscrit sur l'épreuve du lendemain, le cross. *«J'ai déjà fait des trails ailleurs, mais ici, avec le Mont-Blanc, c'est mythique. Le kilomètre, c'est dur car je viens d'un pays plat... Pour m'entraîner, je cours sur un tapis incliné. Je suis arrivé jeudi (N.D.L.R. : la veille de la course), je manque d'acclimatation à l'altitude. J'ai fini dans les derniers mais ce n'est pas grave: l'important, c'est de participer.»*

Parmi les différentes épreuves organisées chaque année à la fin juin, 80 km, marathon, KV, 10 km, mini-cross et cross, c'est cette dernière qui recueille le plus de suffrages. 1 500 candidats se sont en effet inscrits à ce « mini-trail » de 23 km pour 1 454 mètres positifs, et le nombre de participants a été plafonné. *«Le cross reste l'épreuve mythique, la référence, confirme Bernard Ollier, alors vice-président de la communauté de communes délégué aux sports, les coureurs viennent de partout.»*

Course historique née à la fin des années 1970, bien avant que le trail n'emporte tout sur son passage, le cross reste en effet la marque de fabrique de la vallée, et sa popularité >>>

1 : Épreuve du Kilomètre Vertical de Chamonix.  
 2: Bastien Fleury le jeune Chamoniard emporte une belle 5<sup>e</sup> place de la 1<sup>re</sup> édition du 80 km de Chamonix.  
 3 et 4: Le Marathon du Mont-Blanc déroule un dénivelé positif de 2511 m!  
 1. The vertical kilometre challenge in Chamonix.  
 2. Bastien Fleury from Chamonix secures a fifth place in the town's first ever 80km race.  
 3 and 4: The Mont Blanc marathon includes a positive vertical climb of 2511m!

## LA VALLÉE DU TRAIL

Depuis trois ans, Chamonix a fortement investi dans une offre dédiée au trail afin d'accompagner le développement exponentiel de la discipline. La station a ainsi créé 18 parcours pour tous niveaux (balisés de poteaux de signalisation numérotés, qui indiquent des directions), répertoriés dans le cadre du site Internet [www.valleedutrail.com](http://www.valleedutrail.com) en partenariat avec la plateforme nationale Tracedetrail.fr, qui permet aux pratiquants de s'informer et de partager leurs sorties. Nouveauté de la saison : la Maison Nordique a été reconvertie, dès le printemps, en Maison du Trail. Celle-ci permet à tous les amateurs de se renseigner sur l'état des parcours, d'échanger, d'écouter, de connaître les offres de stage et de consulter des livres et topos.

## A TRAIL VALLEY

For the past three years, Chamonix has invested money in providing infrastructure for trail runners, as it is a growing business. 18 trail running itineraries for all levels have been created and are all listed on the website [www.valleedutrail.com](http://www.valleedutrail.com), in a partnership with the national platform Tracedetrail.fr, which includes a forum for trail runners. New for the season: Maison Nordique is transformed into Maison du trail at the end of spring. Come here to find out about conditions on the trails, share your experience and learn about various courses as well as consult books and maps at your disposal.



»»» doit aussi bien à son accessibilité au plus grand nombre, sous peine d'un minimum d'entraînement, aux paysages traversés qu'à son esprit bon enfant et cosmopolite.

### 6 000 COUREURS

Dans le sillage du cross, l'ensemble des compétitions génèrent à chaque début d'été un formidable enthousiasme. Pendant une semaine, Chamonix ressemble alors à un camp retranché où les «collants pipette» avoisinent les joggers du dimanche et les baroudeurs. Plus de 6000 coureurs débarquent dans la capitale de l'alpinisme, devenue capitale du trail, plus les familles et les bénévoles, une centaine qui s'activent pour la pleine réussite de l'opération. Jean-Claude et Jacques font ainsi le déplacement chaque année depuis Thionville et Nancy. «*Ce qui nous motive, c'est l'ambiance, disent-ils en cœur tout en refermant les sacs étanches contenant les effets des coureurs, nous nous sommes levés à 5h30 ce matin, et demain, nous remettons ça à 4h45.*»

Les épreuves du Mont-Blanc Marathon ont définitivement des charmes insoupçonnés du commun des mortels. ■



Le cross du Mont-Blanc organise une épreuve réservée aux enfants âgés de 7 à 15 ans. L'épreuve de Kilomètre Vertical engage les candidats sur des sentes escarpées.

*The Mont Blanc Cross includes a race for children aged 7 to 15 years old.*

*The Vertical Kilometre race takes contestants up some very steep slopes.*

## LES COURSES

- ▶ 80 km du Mont-Blanc : 6 000 m de dénivelé positif. Le 27 juin 2014.
- ▶ Marathon du Mont-Blanc : 42 km pour un dénivelé positif de 2 511 m et un dénivelé négatif de 1 490 m. Le 29 juin.
- ▶ Le Cross du Mont-Blanc : 23 km pour 1 454 m de dénivelé positif et 474 m de dénivelé négatif. Le 28 juin.
- ▶ Le 10 km : dénivelé positif de 325 m et dénivelé négatif de 325 m. Le 28 juin.
- ▶ Le Mini-Cross : de 800 m à 3 km, distance en fonction de l'âge, pour les enfants de 7 à 15 ans. Le 28 juin.

Plus d'infos : [www.montblancmarathon.net](http://www.montblancmarathon.net)

Texte : Laurent Gannaz | Photos : David Machet



**Ravanel**&co  
Ski, Run, Breathe. Since 1897 in Chamonix Mont-Blanc.

Spécialistes Trail - Randonnée - Alpinisme - Nordic Walking

# Born to be wild

Sacha Devillaz - Athlète Ravanel & Co

**Chamonix:** 53 Galerie Alpina / 04.50.53.02.49

[www.ravanel-sportshop.com](http://www.ravanel-sportshop.com)



# Ready, Steady, Mont Blanc Marathon Trail...

Following the success of the Mont Blanc trail, several parallel competitions have been created. Chamonix is a runner's paradise at the start of each summer, attracting over six thousand contestants.

Way up high, the Planpraz gondola station looks tiny, overlooking the valley. Down at the bottom, at Place du Triangle de l'Amitié, over 400 contestants in trainers and fitted t-shirts are warming up, intently watched by the crowd. The concentration and tension are intense, faced with an imposing zigzag trail that seems to go vertically up the mountain. It's 3.8km long and with 1000m vertical climb, fitted here and there with steps, cables and handrails, with the finishing line at 2000m altitude! It's a daunting race, which could cool off even the most hot-blooded marathon runner.

The Vertical Kilometre race was created in 2011, and is now a regular event on the Chamonix calendar, just like the 80km race that was held for the first time in June 2013. In 2014, both competitions have been labelled as a Skyrunning race, joining the ranks with the Mont Blanc marathon and recognised by the International Skyrunning Federation, who lists all major mountain

races taking place above 2000m elevation. For the past ten years, Chamonix valley has seen a huge rise in the interest for this type of race.

## A FITNESS RUN OF 6000M+

On the 28th of June in 2013, as the contestants for the vertical kilometre are still warming up, the first runners in the 80km race are heading for the finishing line. The race started at 4am, and all the major runners in this category were there. A "fitness run with 6000m positive altitude difference", devoured in 9'45"57 by François d'Haene and Michel Lannes, crossing the finishing line hand in hand, cheered on by the amazed spectators. "We had a good pace, we were chatting, and spurring each other on," tells François. "Then we wondered if we should stay together... But finishing as a team is even better." The best regional runner was Bastien Fleury, who finished an excellent 5th position. The 24-year-old from Chamonix builds his success through lots of running up steep hills and

a special diet. "I started trail running six years ago and alpinist skiing two years ago. I'm constantly improving and I'm extremely careful with what I eat. I make all my own snacks by mixing different types of carbs and proteins," he explains. A mountain leader, he sometimes trains with Kilian Jornet, a superstar in trail running and several times the winner of the UTMB (Ultra Trail du Mont Blanc). Kilian is the type of guy who runs up Mont Blanc in trainers before breakfast, provoking great envy. But at the same time, he raises the stakes in all the long running races. However, he was beaten on home ground by a Colombian and finished second in the vertical kilometre.

## SLAVES TO VERTICALITY

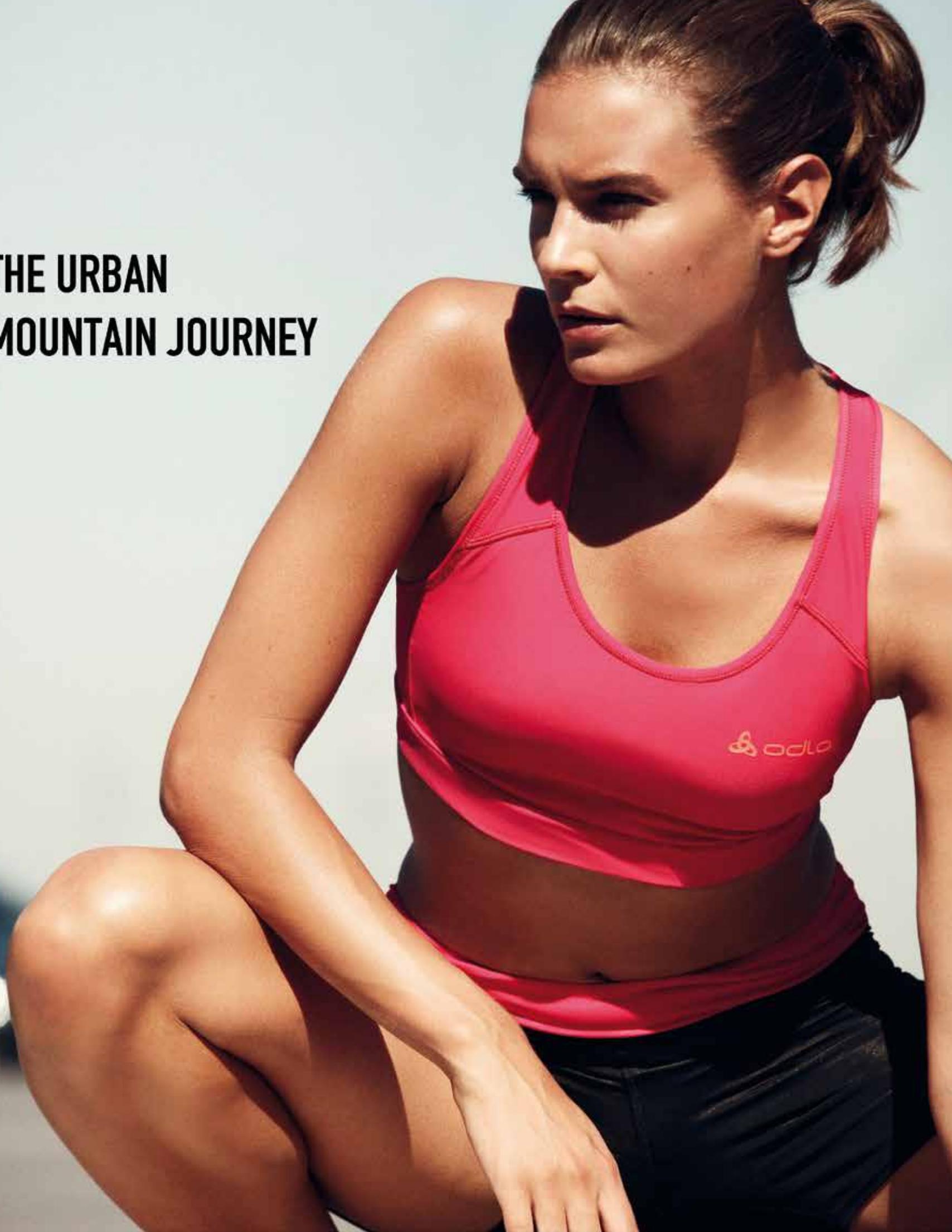
Next to all these fabulous runners, there are masses of anonymous contestants, coming from far and wide, attracted by the natural setting and... the aura of Mont Blanc. Beneath the Planpraz gondola, these slaves to verticality make it through one turn after the other, panting and dripping with sweat; thighs seizing up with lactic acid. We met Yohan from the north of France, who was also enrolled in the cross country race the next day. "I've done other trail running, but here at Mont Blanc it feels special. The vertical kilometre is hard, because where I'm from, it's flat. I train on a treadmill that I put on an angle. I turned up the day before the race and I'm not used to the altitude. I was among the very last, but it doesn't matter. It was important just to take part."

Among the different races organised each year at the end of June: 80km, marathon, vertical kilometre, 10km, mini-cross and cross, it's the last one that has the most contestants. Fifteen hundred runners enrolled in this 23km race with 1454m positive height difference and the number of participants had to be limited. Created in the 1970s, it remains popular thanks to its accessibility with a minimum of preparation, the beautiful scenery as well as its cosmopolitan and friendly atmosphere.

## SIX THOUSAND RUNNERS

All of these running races create great enthusiasm and Chamonix is turned into a boot camp, mixing serious runners with more leisurely joggers and hikers. Over six thousand runners turn up in the alpinism capital, now also trail running capital. They are accompanied by their families and supported by the local volunteers, who help to make it all run smoothly. Jean-Claude and Jacques make the trip each year. "We love the atmosphere," they say in one voice, whilst putting their belongings in water proof bags. "We got up at 5:30 this morning, and tomorrow we'll be up at 4:45." Apparently, the Mont Blanc Marathon has an appeal, which remains a mystery to us common mortals. ■

# THE URBAN MOUNTAIN JOURNEY



ODLO, 33 PLACE BALMAT, CHAMONIX, TEL. 04 50 53 63 25 / [chamonix@odlo.fr](mailto:chamonix@odlo.fr)  
SOUS-VETEMENTS TECHNIQUES, TEC-SHIRTS, RUNNING, BIKE, OUTDOOR ET ACCESSOIRES.

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



# Mont Blanc:



# pour quelques centimètres de moins

Exit les vieux manuels d'histoire : aux dernières nouvelles, le mont Blanc mesure 4810,02 mètres, mais la hauteur de sa calotte neigeuse fluctue chaque année au gré des précipitations et du vent. Avec les géomètres-experts, redécouverte d'un géant qui bouge.



Après deux jours d'ascension, deux GPS sont installés au sommet. Ils vont permettre d'établir un certain nombre de mesures en prenant appui sur des GPS fixes situés dans la vallée.

*After two days of climbing, two GPS units are installed at the summit. They will allow to determine a certain number of measurements by comparing data with fixed GPS units on the valley floor.*

Depuis treize ans, le mont Blanc s'est élevé de plus de trois mètres. De 4807 mètres, tel qu'enseigné dans les manuels d'histoire, sa hauteur a fluctué entre 4810,40 mètres en 2001 et 4810,02 mètres en 2013, redescendant temporairement à 4808,45 mètres en 2003, au gré des campagnes de mesure réalisées par la Chambre départementale des géomètres-experts de Haute-Savoie.

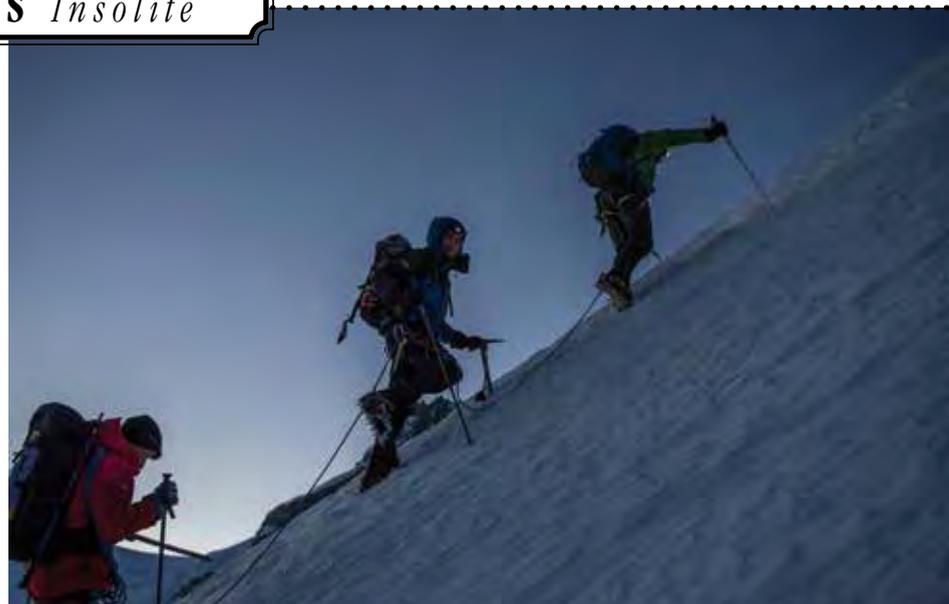
Tous les deux ans, les professionnels gravissent en effet le sommet de l'Europe occidentale pour y effectuer des relevés au niveau de sa calotte sommitale, l'objectif étant de fournir des données aux scientifiques, glaciologues notamment, données visant à observer sur la durée les évolutions du sommet et les éventuels impacts du changement climatique. Il s'agit par ailleurs de tester la solidité et la performance de nouveaux matériels, toujours plus légers et résistants, en les soumettant à des conditions climatiques extrêmes, tout en validant au grand jour le professionnalisme des experts géomètres.

## LES HOUCHES, POINT GÉODÉSIQUE

Mais avant de s'engager dans l'ascension, la campagne commence toujours dans la vallée. Ce mercredi 11 septembre 2013, elle a pris corps près de la gare des Houches. C'est là, sous un faible crachin, qu'une vingtaine de professionnels se sont retrouvés pour réaliser les derniers tests et étalonner leurs appareils GPS en fonction d'un point géodésique (point dont la position a été déterminée avec précision, NDLR) référencé à cet endroit. Ce sont ces stations GPS permanentes, appelées « pivots », installées aussi au Tour, en haut de la vallée, et à Combloux (sur d'autres points géodésiques similaires), qui doivent permettre aux stations GPS mobiles, positionnées au sommet du mont Blanc, de prendre par la suite des points d'appui et de déterminer avec précision une position.

## DIX-HUIT PERSONNES

Parmi les membres de l'expédition appelée à se lancer à l'assaut du mont Blanc dès le lendemain figurent donc des géomètres-experts de Haute-Savoie et d'autres régions – une première! – ainsi que >>>



»» des spécialistes représentant Leica Geosystems (appareils de mesure), Géomedia (qui réalise des logiciels de topographie et de cartographie) et EXAGONE, société chargée de gérer un réseau national de mesures de haute précision par satellite. En tout 18 grimpeurs chargés chacun de 18 kg de matériel (plus quatre personnes en vallée). Pour optimiser leurs chances de réussite, ces volontaires ont suivi deux week-ends d'entraînement avant de rejoindre le sommet. En guise de mise en bouche : Jonction et Albert I<sup>er</sup> suivis d'un sommet de 4000 mètres en Suisse. Le jour J, ils ont choisi, dans la même optique, de scinder l'expédition en deux, une partie de l'équipe progressant depuis le refuge des Grands Montets par l'arête Nord du Dôme, l'abri Vallot et l'arête des Bosses, l'autre accédant au sommet par la voie normale depuis le Nid d'Aigle après une nuit au refuge de Tête Rousse. La jonction des cordées s'est faite à l'abri Vallot vers 9 heures avant une arrivée à la cime le vendredi 13 septembre à 11 heures.

#### DEUX HEURES DE MESURES

Là-haut, les techniciens sont restés deux heures. « Pour gagner 5 centimètres en précision,

*il faut du temps et beaucoup de matériel* », rappelle Paul Chambon, responsable de la société EXAGONE. Deux GPS topographiques ont comparé les signaux émis vers un satellite depuis le sommet avec d'autres signaux émis depuis des antennes placées dans les vallées. Le premier a calculé l'altitude avec les corrections reçues du réseau de stations permanentes GPS TERIA, données qui ont ensuite été fournies à l'IGN chargé de les affiner afin de déterminer l'altitude officielle. Le deuxième a procédé à un relevé par « semis » de 500 à 1000 points

représentant l'ensemble de la calotte glaciaire sommitale de façon à la modéliser en 3D et à renseigner sur le déplacement du sommet dans l'espace. Pour les scientifiques, cette deuxième information est aussi importante que la première. « Nous mesurons la masse de neige surmontant le sommet, rappelle Jean-Michel Couvert, géomètre à Chamonix, il y a environ 50 mètres de calotte au-dessus du rocher. Le mont Blanc se déplace au gré du vent. Lors de la dernière mesure, nous avons constaté qu'il n'y avait pas de diminution du volume de neige. Au-delà de 4000 mètres d'altitude, le réchauffement climatique n'a pas d'influence. »

Au-delà des conséquences du changement climatique, qui ne sont en effet pas encore notables au sommet du mont Blanc (les températures y sont toujours négatives, même en été), les informations consignées par les techniciens constituent une base de données précieuse pour l'avenir. La campagne de mesure s'inscrit ainsi dans une logique d'observation et d'analyse sur le long terme : une référence pour les générations futures. ■

### 12 ANS DE MESURES

Année	Altitude mesurée	Volume de neige au-dessus de 4800 m
2013	▶ 4810,02 m	20213 m <sup>3</sup>
2011	▶ 4810,44 m	21281 m <sup>3</sup>
2009	▶ 4810,45 m	21626 m <sup>3</sup>
2007	▶ 4810,90 m	24062 m <sup>3</sup>
2005	▶ 4808,75 m	14248 m <sup>3</sup>
2003	▶ 4808,45 m	14598 m <sup>3</sup>
2001	▶ 4810,40 m	Non mesuré

Texte : Laurent Gannaz | Photos : Pascal Tournaire



Une pause bien méritée, au refuge, pour faire les derniers réglages avant l'ascension du lendemain. Au sommet, l'altitude du mont Blanc est mesurée ainsi que la forme de la calotte, grâce à un GPS monté sur un trépied qui établit des « nuages de points » restitués en 3D.

*A well-earned rest at the mountain refuge, checking the equipment for the next day. At the summit, the altitude of Mont Blanc is measured as well as the shape of the snow-cover, thanks to a GPS unit able to reconstruct its 3D image through taking a multitude of measurements.*

## LE POINT DE VUE DES GLACIOLOGUES

Pour Luc Moreau, glaciologue et docteur en géographie alpine associé aux campagnes de mesure, celles-ci revêtent davantage un aspect « symbolique », « leur intérêt résid(ant) dans la modélisation de la forme et de la morphologie de la calotte. » Son collègue et homologue Sylvain Coutterand explique que le sommet du mont Blanc est constitué d'« un glacier froid, collé au rocher, qui ne s'érode pas », surmonté d'une épaisseur de neige d'une vingtaine de mètres, épaisseur qui fluctue en fonction des vents et des précipitations. Au-delà de ces mesures, qui s'intéressent aux « variations des congères de neige », le spécialiste invite les géomètres-experts à prendre en compte un autre phénomène : la surrection du massif tout entier. « Il serait judicieux de mesurer ces remontées du massif, même faibles (moins de 1 mm/an, NDLR) », suggère-t-il.

 Fresh Air Chamonix

*Pour les cadeaux  
je suis très Fresh Air!*

*Ouiiiiiit! Je connais  
c'est rue des Moulins...*

*Pour l'apéro,  
j'peux pas j'ai poney!!!*

*Viens on passe avant l'apéro!*



*All you need is...*

**fresh air**  
COOPÉRATIVE DES TENDANCES

art

Nature

GLAMOUR

chamonix

IGLOO

music

**135 RUE  
des MOULINS  
chamonix**

Shop online... [freshairchamonix.com](http://freshairchamonix.com)

# Mont Blanc: a Few Centimetres Here and There

Out with the old geography books: Mont Blanc was last officially measured at 4810.02 metres, but the height of its snowy peak varies yearly depending on snowfall and wind conditions. Discover a giant in movement as seen by a land surveyor.

In the last 13 years, Mont Blanc has gained more than three metres. From 4807 m, as noted in geography books, its height actually fluctuated between 4810,40 m in 2001 and 4810,02 m in 2013, sinking temporarily to 4804,45 m in 2003, as reported by the local land surveyors' guild. Every two years, these experts climb Western Europe's highest mountain and measure it from its peak. The goal is to provide data for various scientists that will help understand the evolution of the peak and possible impact of climate change. At the same time, new equipment is tested in extreme conditions.

## LES HOUCHES, A REFERENCE POINT

Before starting the climb, there is some preparation to do in the valley. The expedition team met up near the train station at Les Houches on a Wednesday morning, September 2013. In a fine drizzle, a group of around twenty experts were testing their equipment and installing their GPS at a pre-determined reference point. These fixed GPS stations, with additional positions at Tour, at the top of the valley, and Combloux, allow precise measurements by the mobile units from the top of Mont Blanc.

## EIGHTEEN PEOPLE

Among the expedition team members, ready to attack the climb of Mont Blanc the next day, there were land surveyors from Haute Savoie and other French regions, as well as specialist from Leica Geosystems (measuring equipment), Géomedia (topography and map software) and EXAGONE, a company that manages high-precision measurements by satellite, nationwide. All in all, 18 climbers, each with an 18 kilo pack,



but also 4 people staying on the valley floor. Two preparation weekends of climbing other peaks meant the team had all their chances of making the expedition a success. They also decided to split the group in two, approaching the peak from two different routes before meeting up at Vallot on the Friday morning, just two hours before reaching the summit.

## TWO HOURS OF MEASUREMENTS

The technicians remained at the top for two whole hours. "For added precision of approximately 5 cm, you need time and lots of equipment," explains Paul Chambon from EXAGONE. Two

different GPS units compared the signals sent to a satellite from the peak with the signals sent from aerials in the valley. One calculated the altitude using the permanent TERIA GPS network, and sent the data to the office for calculation of the official altitude. The other one read between 500 and 1000 spots all over the snowy peak in order to recreate its 3D image and show the change in volume. The scientists need both figures just as much. "We measure the mass of snow on top of the peak," repeats Jean-Michel Couvert, one of the local land surveyors. "There is about 50 metres of eternal snow on top of the rock. Mont Blanc moves in the wind. Last time, we noticed

there was no decrease in snow cover. Above 4000m, climate change has no influence." Apart from climate change, which cannot be seen on Mont Blanc as temperature is always below zero, even in the height of summer, the data collected by the technicians are important for future reference. Measuring is performed with a long term perspective, providing future generations with pieces of history. ■

## A GLACIOLOGIST'S VIEW

Luc Moreau, glaciologist and Doctor in Alpine geography, participates in the project and sees it as largely symbolic, as "the interest lies in understanding the shape and morphology of the snow cover." His colleague Sylvain Couterand explains that Mont Blanc's summit is composed of "a cold glacier, stuck to the rock, and which doesn't erode," with a snow cover of about 20 meters, the thickness varying depending on snowfall and wind. Apart from these data, they would also like the land surveyors to report on another phenomenon: the rise of the whole massif. "It would be wise to measure this rise, even if minimal (less than 1mm/year)," he adds.

# RADIO MONT-BLANC

au sommet de la musique



[www.radiomontblanc.fr](http://www.radiomontblanc.fr)

Vallée de **Chamonix** 97.4 FM  
Chamonix centre 96.5 FM  
Vallorcine 89.6 FM  
Sallanches - Megève 94.6 FM  
Albertville 89.2 FM  
Saint Gervais 101.7 FM  
Cluses 95.9 FM

INFO - METEO - SPORT - CULTURE - JEUX

# David Ravel, une vie sur la corde

Héritier d'une incroyable lignée de guides, David Ravel préside désormais aux destinées de la prestigieuse Compagnie des guides de Chamonix, après avoir été professeur à l'ENSA et directeur technique de la Chamoniarde, société de prévention et de secours en montagne. Ce guide gentil, simple, disponible est aujourd'hui l'un des meilleurs connaisseurs de l'évolution des pratiques en montagne. Son témoignage est un bel hommage à la fois à son père qui l'a formé et à ses amis trop tôt disparus. Son regard est d'une incroyable lucidité.

David Ravel, escalade en Sardaigne, pour le plaisir de la grimpe, d'être en montagne, loin de l'ambition de performance.

*David Ravel, climbing in Sardinia for the fun of it, with no focus on performance.*

## **Vous êtes né dans une famille de guides...**

Je suis né en 1970 dans l'ancien hôpital de Chamonix pendant un hiver hyper rude. Mes parents sont tous deux montagnards. Mon père, Pierrot Ravel, est le petit-fils de Camille Ravel, frère du célèbre Ravel le Rouge. Je suis la 6<sup>e</sup> génération de guide! Enfant, surnommé Damou d'Argentière, je pratique le ski de fond puis entre au Comité Mont-Blanc. Je vais aussi régulièrement en montagne avec mon père pour me livrer à ce qui deviendra mon autre grande passion, l'escalade.

## **L'escalade devient vite une passion dévorante...**

C'est à cette époque que se forme notre inséparable bande de potes avec André-Pierre «Dédé» Rhem, Jérôme Ruby, Fred Vimal, avec lesquels je pars à fond dans la grimpe. On escaladait alors tout avec acharnement. On prenait une montagne – La verte, Les Droites – et on en faisait le tour, en réalisant toutes les voies... ou presque, restons modestes. En hiver et en été! On a vite progressé. En 1985, nous avons 15 ans. On réalise avec Dédé, après avoir fait le couloir Chevalier, l'éperon Migot face nord du Chardonnet. J'apprendrais plus tard que la première a été faite en 1865 >>>





« Je ne me suis jamais posé la question de savoir s'il fallait rejoindre la Compagnie des guides, c'était une évidence. »

Ci-dessus : Octobre 2012, sommet du toit de l'Europe, lors de la reconstitution de la première ascension du mont Blanc.  
Page de droite : Camille Ravelin devant le glacier de l'Argentière, puis au sommet du Grépon partageant avec son client le pot de l'amitié. 1927, Camille Ravelin et son frère Ravelin le Rouge participent à l'installation et à la bénédiction de la vierge au sommet du Grépon.

Above : October 2012, the re-enactment of the first ever ascent of Mont Blanc.  
Right page : Camille Ravelin in front of the Argentière glacier, and on the Grépon peak, having a drink with his client. 1927, Camille Ravelin and his brother Ravelin le Rouge during the installation and benediction of the Virgin statue on the Grépon peak.

»»» par mon arrière-grand-père Michel-Ambroise Ducroz. En 1986, on se lance dans trois grandes courses classiques : pilier Bonatti, éperon Walker face nord des Jorasses et face sud du Fou. En 1987-1988, lorsqu'un team escalade se crée à la Compagnie des guides, on se lance dans les compêts. Cette passion dévorante met légèrement entre parenthèses nos études. D'autant plus qu'il y avait à proximité du lycée du Fayet de magnifiques falaises. Avec Dédé, nous arrivions parfois en cours avec une demi-heure de retard, la corde sous le bras, le baudrier, les dégaines et les mains pleines de magnésie. Les profs ont rapidement vu qu'on était barrés. Finalement, je ne passe pas le bac. Nous aurions eu notre place dans un «escalade-études», mais cela n'existait pas !

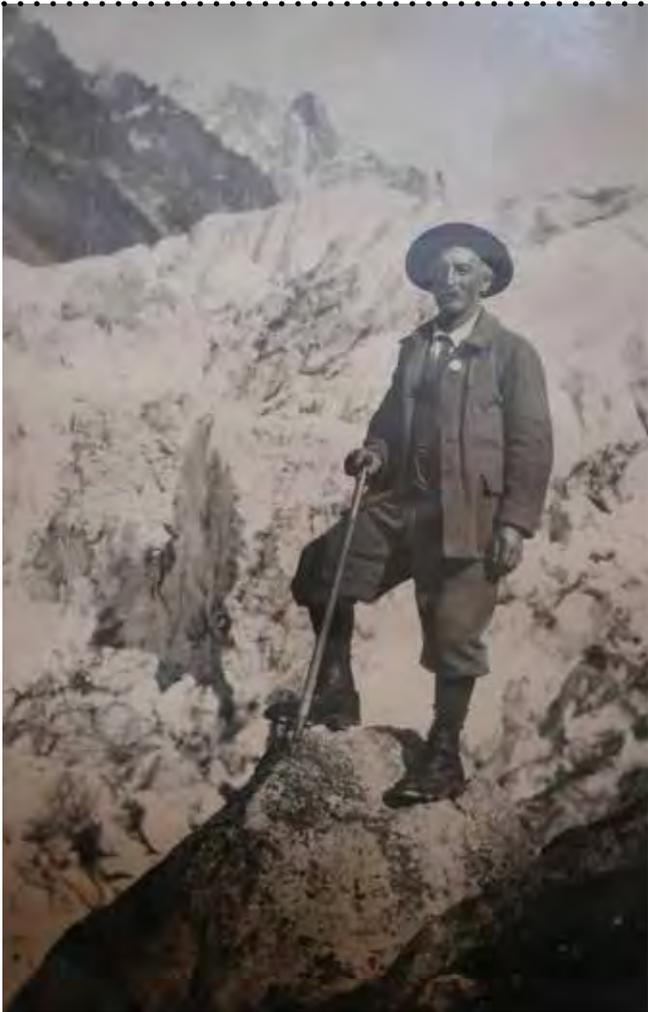
**Il faut alors trouver un métier.  
Avec cinq générations de guides avant vous, cela semblait logique ?**

Mes parents m'ont effectivement incité à trouver un boulot et ma famille a eu forcément une influence sur mes choix. Mais sans pression.

Je ne me suis jamais senti obligé d'être guide, jamais. C'est devenu une évidence au fil du temps. Je passe les examens montagne. Tout d'abord le brevet d'État d'accompagnateur, avec une connaissance nulle en petites fleurs. Puis j'entame un brevet d'État d'escalade que j'interromps, étant devenu, début 1990, aspirant guide.

**Vous commencez alors à exercer...**

Je ne me suis jamais posé la question s'il fallait rejoindre la Compagnie des guides. C'était une évidence. J'y entre avec Marc Ravelin, Sylvain Frenco, et mon meilleur pote, Dédé Rhem. Je bosse alors régulièrement avec mon père. Il ne parlait pas beaucoup, mais je peux dire que j'ai appris mon métier principalement en le regardant travailler. Il savait, en prenant un client au bout de la corde, à quel moment il allait être en difficulté, en fonction de la course, des conditions, de la fatigue... Il m'a enseigné que les deux grandes qualités du guide sont la capacité d'anticipation et la patience. Au début, ce fut difficile de s'adapter au changement de rythme. Par rapport à notre pratique amateur



entre copains, ça n'avancait plus... Je prends alors conscience que les activites de guide de haute montagne et d'alpiniste sont très differentes. Je continuais à grimper avec mes amis et vivais encore chez mes parents. Je parlais à mon père de ce que nous allions faire. Je lui demandais conseil. On étudiait des topos. Nous étions tout sauf des rebelles.

#### **Et puis, cette belle histoire s'assombrit brusquement...**

Avec l'accident mortel de Fred Vimal en 1992, on doit faire face à la réalité. On n'y pensait évidemment pas. On trouve ça injuste. On se pose des questions. Et on vit un vrai dilemme. Brusquement, tu prends conscience que ce que tu aimes le plus peut te détruire. Que ce qui apporte les plus grandes joies apporte aussi les plus grandes peines. Au fil des années, tu apprends peut-être à vivre avec, mais tu ne l'acceptes jamais. Jamais. À l'époque, je vivotais du sponsoring, de quelques partenaires équipementiers... j'ai tout de suite arrêté. Je ne voulais pas être soumis à une quelconque prime à la réussite ou prime à la parution. C'est

*« Mon père, Pierrot Ravanel est le petit-fils de Camille Ravanel, frère du célèbre Ravanel le Rouge. Je suis la 6<sup>e</sup> génération de guide ! »*

peut-être pour cela que je ne suis jamais all dans le très haut niveau. J'étais bon, mais je n'ai jamais dépassé certaines limites. En 2004, Dédé, mon plus vieil ami d'enfance, disparaît à son tour. Je me suis demandé si je pourrais me relever de a. Si j'étais encore capable d'aller en montagne. Si j'avais encore envie. Aujourd'hui, j'aime toujours être en montagne, mais il me manque une partie de moi-même. Certains de mes amis ne sont plus là.

**Vous auriez pu vous contenter d'être guide, mais vous avez toujours montré une envie**

#### **de faire le tour de l'activité montagne...**

C'est peut-être à cause de ma grand-mère. Quand je termine mon diplôme de guide en 1993, dont je sors major, elle me remet le carnet de courses de mon arrière-grand-père en me disant: « C'est bien, maintenant, il va falloir que tu te trouves un métier ». Elle voulait me dire que ce n'était pas suffisant. Finalement, elle n'avait pas tort... C'est bien d'avoir une autre corde à son arc.

Alors, très vite, je participe à de nombreux treks et expéditions aux quatre coins du monde, de la Patagonie à l'Himalaya. La première en 1992-1993 à l'Aconcagua, en partie financée par un prêt étudiant! Au Fitz Roy, avec Alain Ghersen, j'apprends qu'en montagne il faut aussi savoir renoncer à cause du mauvais temps. Il m'est arrivé de partir 14 semaines en une année... Aller à l'autre bout du monde sans téléphone reste un petit luxe assez égoïste. J'en abuse moins aujourd'hui.

Et puis passionné de photos, je deviens celui qui garde la trace des virées du groupe avec mon petit compact. La photographie, c'est une autre approche de la montagne. >>>



« *La Compagnie n'est pas une structure comme les autres. Son histoire est écrite par l'ensemble de ses membres. Le président ne fait que passer.* »

15 Août 1993 : David Raveland reçoit des mains de son père sa médaille de guide membre de la Compagnie de Chamonix, en présence du Premier ministre Édouard Balladur.

Juillet 1994 : Sommet des Drus avec son père et deux clients fidèles.

Séance photo aux Aiguilles Marbrées.

August 15, 1993 : David Raveland receives his guide badge from the hands of his father, and in the presence of Prime Minister Edouard Balladur.

July 1994 : on the peak of Les Drus with his father and two regular customers.

Photo session at Aiguilles Marbrées

»»» Conseillé à la fois par Claude Gardien de *Vertical* et le photographe Philippe Fragnol, j'achète un boîtier professionnel et commence à proposer mes photos à des magazines.

J'ai par ailleurs toujours aimé enseigner, transmettre, partager. Ainsi j'ai été entraîneur au club d'escalade de Chamonix puis professeur à l'année à l'ENSA, où je gardais d'excellents souvenirs de ma formation et de figures emblématiques comme Georges Payot, Tchouky (Michel Fauquet) ou Alexis Long. Je suis devenu ensuite chargé de mission auprès de la Chamoniarde, société de secours et de prévention de Chamonix. En tant que directeur technique de cette association, j'ai participé à la chaîne du secours (développement de matériel de secours en collaboration avec la cellule recherche du PGHM, Gestion de la DZ des Bois) et mis en place des actions de prévention : supports de communication, journées de formation terrain pour les scolaires et le grand public.

**Un excellent tremplin pour devenir président de la Compagnie des guides de**

**Chamonix, poste que vous occupez depuis début 2013. Comment concevez-vous cette nouvelle mission ?**

Elle est à la fois prenante et passionnante. Il faut concilier tradition et modernité. S'appuyer sur des ancrages historiques et innover. Être à l'écoute des membres et de la clientèle. Savoir diversifier les activités et valoriser notre cœur de métier. La Compagnie n'est pas une structure comme les autres. Son histoire est écrite par l'ensemble de ses membres et pas uniquement par un président. Je ne fais que passer.

**À titre personnel, qu'est-ce qui vous motive ?**

Au fil des années, je ne cherche plus la performance, même si je suis content de faire une belle course. Je vais juste essayer de passer un bon moment, de partager une tranche de vie, de prendre plaisir à me balader en montagne. J'espère qu'à 80 ans, je serai encore capable d'aller grimpuiller un bout de sommet en «4 sup» avec mes potes ! ■

Texte : Paul Contra | Photos : David Raveland

**Alp**  
**TAXI**  
*Chamonix*

CHAMONIX  
*Prestige VIP*  
MONT-BLANC

## Transfert privé avec chauffeur, véhicule de luxe à disposition

Private transfer with driver, luxury vehicle available



Genève - Milan - Lyon - Paris - Monaco - Cannes - Zurich

Transferts Station / Gare / Aéroports internationaux

**Tél.: +33 (0)681 787 951**

[www.alp-taxi.com](http://www.alp-taxi.com) [contact@alp-taxi.com](mailto:contact@alp-taxi.com)



15 août 2013, lors de la fête des guides, en tenue officielle, David Ravel alors président de la Compagnie se charge du discours annuel (photo Eric Courcier).  
*August 15, 2013, on the Mountain Guides' Day. David Ravel in official attire gives the annual speech in his role as president of the Compagnie.*

**You were born into a family of mountain guides...**

I was born in 1970 at the hospital in Chamonix, during a very harsh winter. Both my parents are true mountain dwellers. My Dad, Pierrot Ravel, was the grand-son of Camille Ravel, brother of the famous Ravel le Rouge. I'm the 6th generation of mountain guides. As a kid, my nickname was Damou from Argentière, I did a lot of cross country skiing. I also spent a lot of time in the mountains with my Dad, to practise my other favourite hobby – mountain climbing. Mountain climbing quickly turned into a passion... I started climbing all the time with my best friends Dédé Rhem, Jérôme Ruby and Fred Vimal. We climbed everything. We used to choose a mountain, like La Verte or Les Droites, and then we worked our way around all the routes (or very nearly) on all sides. Summer and winter! We quickly became really good. In 1985, we were 15 and Dédé and I climbed the Migot spur on the north face of Chardonnet. I found out later

# David Ravel, a Life on Rope

He comes from a long line of mountain guides and now David Ravel is at the helm of the prestigious Compagnie de Guides de Chamonix. He taught at the ENSA and was a director at La Chamoniarde, a mountain rescue and risk management company.

This kind and easy going man has unparalleled knowledge of the progression of mountain techniques and activities. His testimony pays homage both to his father, who trained him, and to his friends who left this life far too early.

that my great-grandfather had opened this route in 1865. The next year, we started going after classic mountain routes, like the Bonatti pillar and the Walker spur on the north face of Jorasses. In 1987/88, we started competing, and our passion for climbing hampered our studies. Especially as there were some great cliffs near the college in Fayet. Dédé and I would turn up half an hour late, with all our climbing equipment in trail and our hands still white from the magnesium powder. I never got my baccalaureate; a sports college for climbers would have suited us, but it didn't exist at the time!

**So you needed to find a job. With 5 generations of mountain guides before you, was it an easy choice?**

My parents were keen for me to find a job and of course my family history influenced my choice. But there was no pressure. I never felt obliged to become a mountain guide. It just seemed natural. I started taking some exams, first the mountain leader exam, even though I was rubbish at remembering all the flowers. I then undertook the climbing instructors' course, but abandoned it when I became a trainee guide in the early 1990s.

**You then started to work...**

It was always clear to me that I should work for Compagnie des Guides. I started at the same time as Marc Ravel, Sylvain Frendo and my best mate Dédé Rhem. I often worked with my Dad, who didn't talk much but I learnt my profession by watching him at work. As soon as he roped up with a client, he knew at what moment they would struggle, analysing the route, the conditions, the

effort... He taught me that the two most important things for a guide are anticipation and patience. To start with, it was hard to adapt to this new rhythm. Compared to going out with my friends, progress seemed very slow... And that's when I realised that being a guide and being an alpinist are two very different things. I kept climbing with my friends; I lived at home and discussed our outings with him, looking for expert advice.

**Your idyllic life then took a knock...**

Fred Vimal died in a climbing accident in 1992, and reality was staring us in the face. Of course it hadn't crossed our minds, and we found it unfair. We found ourselves in a dilemma, when we suddenly realised that what we loved the most could destroy us. What brought us the most joy could also bring us the greatest pain. Over the years, you learn to live with it, but you can never accept it. Never. I had some sponsorship deals at the time, but I put an end to all my contracts. I didn't want to feel obliged to push for prizes and awards. Maybe this is why I never went for the top level in my sport – I kept certain limits. In 2004, my oldest and best friend Dédé, also disappeared. I thought I wouldn't come back from that, and wondered if I still fancied going up into the mountains. Now, I still love being up there, but there's a part of me missing. Some of my friends are gone.

**You could have chosen to remain just a mountain guide, but you always seem to have wanted to get a more global view of the mountain professions...**

Yes, it's maybe because of my grand-mother.

When I got my guide exam in 1993, she gave me my great-grandfather's logbook and said: "Well done, now you just need to have a profession as well." She wanted to warn me that being a mountain guide might not be enough. She was right... It's useful to have more than one string to your bow.

I soon started taking part in various treks and expeditions all over the world, from Patagonia to the Himalayas. At Fitz Roy with Alain Ghersen, I learnt that you sometimes have to give up because of the weather. I went away for as long as 14 weeks some years... Going away to the other side of the world without a phone is quite a self-centred luxury. I do it less these days.

As I was interested in photography, I quickly became the one to document everything with my compact camera. Photography is another way of getting close to the mountains. Spurred on by Claude Gardien from Vertical and the photographer Philippe Fragnol, I invested in a professional camera and started selling my pictures to magazines.

I've also always loved teaching and sharing. I was a coach at the rock-climbing club in Chamonix and a year-round teacher at the ENSA, from where I had so many good memories of my own training and role models I met there. Then I worked at the rescue and risk management company La Chamoniarde. My missions included coordinating mountain rescue in cooperation with the mountain gendarmes and also organising preventive campaigns with schools and a wider public.

**An excellent background for becoming the president of Compagnie des Guides de Chamonix, a job that you've held now since the beginning of 2013. What is your view on this new mission?**

It is both challenging and fascinating. You have to make the link between traditions and the modern day; use past experience and innovate. Listening to both members and clients; extending the activities on offer and high-lighting our specialities. La Compagnie is not like other companies. It is the working members who make a difference for its history and reputation, not only the president. I'm just passing by.

**What's your motivation on a more personal level?**

After so many years in the mountains, I've stopped trying to break barriers, even if I'm pleased when I manage a good time on a specific route. But I'm really trying to have a good time and to enjoy living, just enjoying hiking around the mountains. I hope that when I'm 80, I'll still be able to get up some hilltop or other with my mates! ■

# CHACHACHA

WINE & SPIRITS - TASTING



## Cave – Dégustation commentée Bar à vin et à whisky

Venez découvrir ce lieu idéal pour déguster un verre de vin ou de whisky, participer aux dégustations thématiques (programme disponible en magasin), vous initier aux grands vins et demander conseils sur la bouteille pour votre soirée.

## ChaChaCha, Wine Shop and Bar

The ideal spot for enjoying a wine or whisky drink at the bar; tasting sessions (see in shop for dates); sampling fine wines and getting recommendations for your purchase.

■ Wine Tasting ■ Champagne ■ Fine Spirits ■ Extensive Wine Cave

134 av. Ravanel le Rouge - Chamonix  
10h30 - 13h00 / 16h00 - 21h00 - 7/7 jours

04 50 93 47 74 - chachacha74@orange.fr  
www.chachacha-chamonix.com

# « Laisser son cœur au pouvoir des fleurs »

Baume, onguent, crème, mais aussi liqueurs, sirops, pesto, flan, tartes... Il y a mille et une façon de transformer les plantes de montagne dont les vertus gustatives et médicinales sont réputées et avérées depuis l'Antiquité... L'association Plantes magiques guidera vos pas de cueilleur et d'apprenti sorcier...

Caroline Granet-Pelissier a longtemps vécu dans la banlieue de la capitale, dans ce qu'on peut appeler la ville, bien que ce fût proche de la campagne. À moins que ce ne soit l'inverse. L'œil constamment tourné vers ce qui pousse dans les champs au rythme des saisons. Après un voyage sac au dos de six mois en Amérique latine avec son mari, le retour en région parisienne est douloureux. La famille décide alors de s'éloigner des tours de la Défense pour gagner les aiguilles chamoniardes. C'était il y a treize ans. Caroline a d'abord travaillé pour une agence touristique japonaise avant de mettre son charmant sourire au service de l'accueil de la mairie des Houches. Elle découvre les macérations huileuses lors d'un atelier à la MJC de Chamonix. C'est la révélation ! Le virus ne la lâchera plus.

Valérie Couttet, petite-fille et fille de guide de haute montagne est née dans la vallée de Chamonix. Enfant, elle voit sa grand-mère travailler dans les champs. À la maison, les plantes trempent assez souvent dans l'alcool, et les fleurs dans l'huile. L'arnica, le lys blanc et les bourgeons de sapin n'ont pas de secret pour la famille qui depuis toujours se tient en bonne santé grâce à leurs vertus. Les savoirs se transmettent naturellement de génération en génération. Valérie, qui se définit volontiers comme sorcière, bénéficie de l'enseignement de ses parents et hérite d'une culture et d'une pratique exemplaires. Elle soigne son entourage familial et amical avec de réels résultats. Depuis toute petite, elle arpente la montagne en quête de sa richesse végétale y compris dans le jardin du Glaciorium du Montenvers où elle travaille désormais depuis quelques années.

### DUO DE «SORCIÈRES» D'EN HAUT

Caroline et Valérie se rencontrent en 2011 et échangent sur cette nature belle et généreuse qui a su mettre à notre disposition tant de merveilleuses plantes et fleurs. Elles créent assez vite l'association «Edelweiss du Mont-Blanc» (qui deviendra «Plantes magiques») avec pour objectif de réunir des passionnés de plantes médicinales, de remèdes de grand-mère et de cuisine sauvage. L'ambition est de



partager avec d'autres le plaisir de manger et de se soigner naturellement ; de mettre en commun des savoir-faire, sachant que cueillette et traitement des plantes, opérations délicates qui demandent une grande maîtrise et des connaissances, nécessitent un apprentissage. Caroline et Valérie potassent, se plongent dans les bouquins, suivent des formations, notamment à l'École lyonnaise des plantes médicinales, et participent à des stages avec des cueilleurs producteurs reconnus de plantes médicinales de montagne, tels que François Couplan ou Gilles Hiobergary.

### À L'ASSAUT DES PENTES

Du printemps à l'automne, au rythme d'à peu près une sortie tous les mois, une quinzaine de cueilleurs se retrouvent – principalement des femmes – pour une sortie thématique. Au col de la Colombière, au chapeau ou à la cascade d'Arpenaz, Caroline et Valérie guident leur petit groupe vers la plante magique du jour. Identification, explication sur les techniques de ramassage – laisser la racine, ne prendre que ce dont on a besoin –, et chacun est paré

pour entamer la récolte et remplir allègrement son petit panier ou son tupperware. Il peut arriver que chacun fabrique sur place sa macération à l'aide d'ustensiles et produits apportés par Valérie. Lors de notre sortie «ail des ours» à Sallanches, elle n'hésita pas, après la cueillette, à emmener chez son compagnon 15 personnes – ainsi qu'Indi, le border collie très joueur de Caroline – pour concocter pesto et câpres (voir recettes).

«Nous n'avons pas idée des pouvoirs incroyables et nombreux des plantes», avancent en chœur les deux magiciennes. Si elles ne peuvent pas tout soigner ou guérir et si certaines sont toxiques et doivent évidemment être écartées de toute préparation, le champ des possibles est cependant immense. Grâce aux différentes espèces présentes dans nos régions de montagne, comme la grande gentiane, l'arnica («la poilue mal coiffée»), le millepertuis ou l'hysope, Valérie et Caroline fabriquent des sirops contre la toux, des baumes (baume respiratoire, baume à lèvres), des crèmes hydratantes pour les mains et les pieds, des élixirs de jouvence, des >>>



*Partager avec d'autres  
le plaisir de manger  
et de se soigner  
naturellement.*



»»» tisanes et des boissons digestives... D'autres fleurs et plantes sont utilisées pour la réalisation de plats. La production de l'association est artisanale et fait la joie des familles et amis qui la reçoivent en cadeaux.

#### DE POTIONS EN PROJETS

Valérie et Caroline ne sont jamais ou très rarement malades, parce qu'elles agissent préventivement avec des cures de sève de bouleau par exemple, ou des traitements spécifiques anti-allergies. Elles utilisent aussi des huiles essentielles et foncent en priorité à l'herboristerie à la moindre alerte. L'association, encore modeste, ne demande qu'à grandir. Au-delà de la volonté bien légitime d'augmenter le nombre de ses membres et de multiplier sorties et ateliers, plusieurs projets d'envergure se profilent. Finaliser le jardin botanique créé à la Flégère en 2013. Une vaste étendue florale matérialisée au-dessus de la retenue d'eau où l'on trouve une trentaine de plantes différentes. L'idée est de renseigner chaque espèce à l'aide de panneaux avec photos et descriptifs puis d'organiser des visites.

Un projet similaire est en train de voir le

jour au Montenvers, entre le grand hôtel et le Glaciorium. On en doit l'idée originale à Valérie, employée de la Compagnie du Mont-Blanc qui l'a présentée à sa hiérarchie. Le projet a été validé. Un petit parcours va être créé. Des visites seront organisées. Et pourquoi pas des activités, comme du land-art, projet déjà initié spontanément par Valérie l'an passé avec des enfants en promenade. Par ailleurs, certaines fleurs et plantes seront utilisées dans la cuisine du restaurant du Montenvers. ■

Texte : Paul Contra | Photos : John Norris

#### CONTACT

Soucieux de votre bien-être et de votre environnement, vous êtes intéressés par les activités de cette association? Vous avez déjà pris conscience que la nature qui nous entoure est simplement "magique"? Munissez-vous d'un couteau et d'un panier, sans oublier chapeau et pique-nique et rejoignez Caroline et Valérie.

[www.edelweiss-mont-blanc.com](http://www.edelweiss-mont-blanc.com)



# Le Refuge Payot

épicerie fine

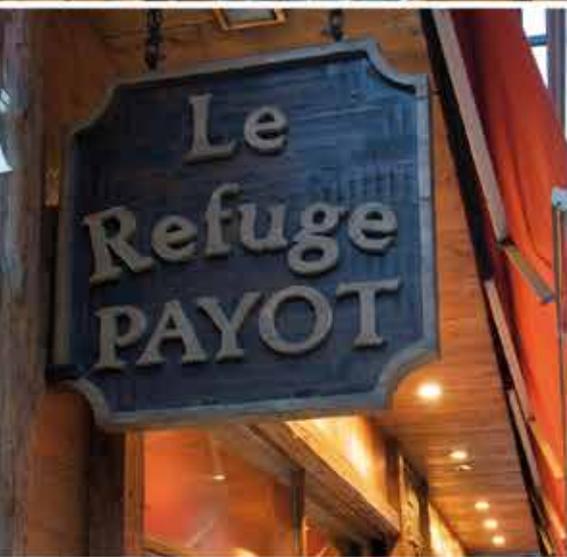
*référéncée au Guide Vert Michelin*



*Charcuterie,  
fromages,  
grands vins,  
alcools,  
produits  
régionaux*

...

*Livraison  
sur simple  
demande*



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

166 rue Vallot  
CHAMONIX  
04 50 53 18 71

255 rue Paccard  
CHAMONIX  
04 50 53 16 86

Place de la Fruitière  
LES HOUCHES  
04 50 34 87 09





# “Flower Power to win your heart over”

Creams and tinctures, but also liqueurs, pesto or quiches... There are thousands of ways to use alpine plants, whose medical proprieties and rich flavours have been widely known since Antiquity. *Plantes Magiques* will guide you to your first steps in collecting plants and concocting your own witches' brew...

Caroline Granet-Pelissier lived in the Parisian suburbs, on the border between countryside and urban landscapes, but she always kept an eye on what was growing in the fields throughout the seasons. After six months of backpacking in Latin America with her husband, it was too hard to come back to the Paris region and they decided to move to Chamonix. That was thirteen years ago. Caroline first worked for a Japanese travel agent and then got a job at the town hall in Les Houches. During a workshop in Chamonix, she learned about macerating plants in oils and she was immediately hooked! Valérie Couttet, both daughter and grand-daughter of eminent mountain guides was born in the valley. As a child, she'd watch her grand-mother work in the fields, and there were often plants soaking in alcohol and flowers in oil at home. Arnica, Madonna lily and fir shoots are just some of the plants the family used to maintain their good health. The knowledge is passed down through the generations. Valerie learnt the skills, and is happy to be called witch doctor. She cures her family and

friends of various ailments. Ever since she was little, she's been roaming the mountains in search of its valuable plants, even in the garden of the Glaciorium at Montanvers, where she's worked for the past years.

## A COUPLE OF “WITCHES” FROM UP THERE

Caroline and Valerie met in 2011 and found common ground in their plant interest. They soon created the association “Edelweiss du Mont Blanc” (later renamed “Plantes magiques”) so that they could share their interest and their knowledge about medical plants and “wild” cooking, even with other members. Picking plants correctly and processing them in the right way requires a lot of skill. They studied books, took theoretical courses in institutes and went field trips with renowned plant experts like Francois Couplan and Gilles Hiobergary.

## CLIMBING MOUNTAINS

From early spring to late autumn, about once a month, a group of around fifteen plant collectors

– mainly women – gather to go up the mountain together. At Col de la Colombière, Le Chapeau or the Arpenaz waterfall, Calorine and Valerie guide the group towards the plant of the day. Identification, explanations on how to pick the plant – leaving the root, taking only what you need – and the fun can begin. Sometimes, plant macerations are started on the spot, thanks to equipment brought by Valerie. We went for the wild garlic outing at Sallanches, and at the end of the day she invited all fifteen people and one dog for pesto and capers preparation at her house (recipes below).

“It's difficult to imagine the incredible and numerous powers of plants,” they both say in one voice. Of course, not everything can be treated with herb remedies, and other plants are toxic, but the possibilities seem endless. With alpine flowers such as gentian, arnica, St. John's wort and hyssop, Valerie and Caroline produce cough mixtures, various balms, hand and foot creams as well as youth elixirs, herbal tea and liqueur... Other species are used in cooking. This very low scale production is appreciated amongst friends and family, who often receive the homemade products as gifts.

## FROM POTION TO PROJECT

Valerie and Caroline are never, or rarely, ill. They claim they can thank their preventive treatments based on herbs and essential oils. The association is waiting to grow bigger, both by recruiting more members and increasing the number of activities, but a few more consistent projects are also on their way.

The botanical garden created at Flégère needs to be finished. There is already a large field of flowers above the dam, with around thirty different species. Each plant needs a sign and a picture, and then visits could begin.

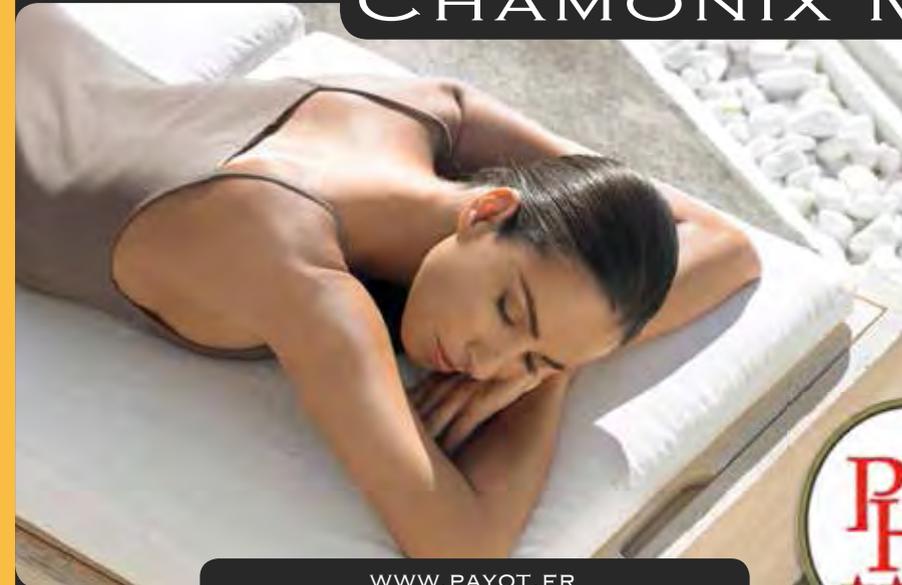
A similar project is on its way at Montanvers, between the grand hotel and the Glaciorium. The idea came from Valerie, who presented it to her employer, Compagnie du Mont Blanc. A trail will be created with guided visits. And perhaps also activities like land art, an idea that Valerie has already tried and tested on her walks with children last year. Also, some of the plants and flowers will be used in the kitchens of the Montanvers restaurant. ■

## CONTACT

If you care about your own well-being and the environment and the association's activities appeal to you, join Caroline and Valerie for an outing. Don't forget a pocket knife, a basket and of course a packed lunch.  
[www.edelweiss-mont-blanc.com](http://www.edelweiss-mont-blanc.com)

# Park Hôtel Suisse & Spa

CHAMONIX MONT BLANC



[WWW.PAYOT.FR](http://WWW.PAYOT.FR)

## SPA SERENITY

à Chamonix sur la terrasse du 6<sup>e</sup> étage

**Massage soins beauté**

visage et corps

Saunas, hammam, jacuzzi,  
piscine face au Mont Blanc



[WWW.CHAMONIX-PARK-HOTEL.COM](http://WWW.CHAMONIX-PARK-HOTEL.COM)

**Formules déjeuner & Spa**

22 € et 25 €

**Tél. : 04 50 53 07 58**



neima  
Or & Diamants  
[www.garel.fr](http://www.garel.fr)



BIJOUTERIE JOAILLERIE - CHAMONIX

202 rue Joseph Vallot - 74400 Chamonix Mont-Blanc

Tél. 04 50 91 72 62 - Fax. 04 50 91 72 63

[bijouterie@svcarat.com](mailto:bijouterie@svcarat.com)

BEHEYT  
jewels

GAREL  
PARIS

Clio  
blue  
PARIS

KENZO  
PARIS

ULTIMATE  
CERAMIC

Jean Paul  
GAULTIER

SEIKO

WEGELIN  
CRÉATEUR

una storia

One more

Thomas Sabo

ZADIG & VOLTAIRE

RODANIA

MICHEL  
HERBELIN

Ice  
watch

Christian Lacroix

## LE PESTO D'AIL DES OURS

- Laver les feuilles.
- Hacher les feuilles en ayant pris soin de retirer le pétiole.
- Ajouter petit à petit de l'huile d'olive, du sel, du poivre et du parmesan.

## WILD GARLIC PESTO

Wash the leaves, and chop them finely after removing the leafstalk. Little by little, add olive oil, salt, pepper and grated parmesan...



## LES CÂPRES D'AIL DES OURS

Avec 200 g de boutons floraux.

- Les rincer, faire bouillir 100 ml (10 cl) de vinaigre blanc avec 1c. à soupe de sucre + 5 cl d'eau, jusqu'à frémissement.
- Dans un petit bocal, mettre du romarin, thym, laurier, baies de genièvre, coriandre, quelques grains de sel.
- Ajouter les boutons floraux.
- Remplir avec bouillon chaud (vinaigre + sucre + eau).
- Fermer. Déguster après un mois de conservation.

## WILD GARLIC CAPERS

200 g of flower buds.

Rinse the buds and boil 100 ml of white vinegar with a table



spoon of sugar and 50 ml water, until frothy. In a small jar, add rosemary, thyme, bay leaves, juniper berries, coriander and a few grains of salt. Add the flower buds to the jar. Fill up with the hot vinegar mixture. Seal and store for one month before eating



## LA REINE-DES-PRÉS

À la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, les chimistes se sont intéressés à cette plante anti-inflammatoire et c'est en partie grâce à la reine-des-prés qu'ils ont mis au point le médicament le plus connu au monde : l'aspirine.

## MEADOWSWEET

At the end of the 19th century, chemists took interest in the anti-inflammatory plant and it is partly thanks to meadowsweet that they could produce one of the world's best-known remedies: aspirin.



## VIN DE REINE-DES-PRÉS

40 g de fleurs fraîches de reine-des-prés.  
1 litre de vin blanc.

- Mettre à macérer les fleurs dans le vin blanc pendant 8 jours à l'abri de l'air et de la lumière.
- Filtrer et boire, en ayant pris soin de sucrer avec du miel, selon votre goût.

- Consommation : 1 petit verre avant les repas, midi et soir.
- Pour aider la digestion ou stopper une diarrhée : cure de 1 semaine.
- Contre les accès de goutte ou les crises rhumatismales : cure de 2 à 3 semaines.
- En préventif : les cures peuvent atteindre 2 mois, préférentiellement en automne et au printemps.
- En application locale : sur les blessures, les plaies, les ulcères, on peut appliquer des feuilles nettoyées et pilées 2 à 3 fois par jour pour aider la cicatrisation. On peut mettre également le vin sur les compresses et les changer tous les jours jusqu'à cicatrisation.

## MEADOWSWEET WINE

40 g fresh meadowsweet flowers.

1 litre white wine.

Leave the flowers to soak in the white wine, protected from air and light. Filter and enjoy after sweetening to taste with honey.

Dosage: One small glass before meals, lunch and evening. To help digestion or stop diarrhoea (1 week).

Against gout or rheumatism (2 to 3 weeks).

As prevention: up to two months, preferably in autumn and spring.

As a tincture: Helps to heal sores, cuts and ulcers. Soak a compress in the wine and change daily until healed.

Alternatively, clean leaves can be mashed and applied directly on the skin to speed up the healing process.



## FLAN À LA REINE-DES-PRÉS

(pour 6 personnes)

1 c. à soupe de sommités de reine-des-prés.

1 litre de lait.

7 œufs.

150 g de sucre brun.

- Préchauffer le four, thermostat 6.
- Faites chauffer le lait. Dès le début de l'ébullition, arrêtez le feu. Plongez et faites infuser la reine-des-prés 15 min.
- Filtrez.
- Dans un grand récipient, battez les œufs et le sucre.
- Réchauffez le lait.



## *Le nouveau showroom de la Bisaique*



*Construction chalets bois, aménagement d'intérieur...*

254 rue du Mont d'Arbois - St Gervais les Bains - 04 50 55 51 38  
[www.labisaigue.com](http://www.labisaigue.com)

- Dès que le lait est à nouveau chaud, mais non bouillant, versez-le sur les œufs en remuant vivement au fouet pour que les œufs ne cuisent pas. Versez ce mélange dans de petits ramequins individuels, déposez-les dans un grand plat rempli d'eau chaude. Enfourez. Faites cuire 35 min. Vérifiez la cuisson à la pointe du couteau.
- Sortir du four et laisser refroidir.

## MEADOWSWEET CUSTARD

1 table spoon of meadowsweet flower tops.

1 litre of milk.

7 eggs.

150g brown sugar.

Heat the oven to thermostat 6.

Heat the milk in a saucepan, and turn off the heat as soon as it starts to boil. Infuse the meadowsweet for 15 minutes.

Filter. In a large bowl, mix the eggs and sugar. Reheat the milk, but do not boil. Pour the hot milk on the eggs while stirring vigorously to avoid curdling. Pour the mixture into individual moulds and cook in a bain-marie for 35 minutes. Check that they are set with the tip of a knife. Take out of the oven and leave to cool.



## LE PESTO DE PLANTAIN

Le plantain est une plante très courante que vous avez sûrement rencontrée dans les prés ou le long des chemins.

Elle comporte de très nombreuses variétés, dont le plantain lancéolé, appelé aussi herbe à cinq coutures, car si l'on tire sur une feuille, on voit comme cinq fils élastiques qui résistent.

Les feuilles de plantain hachées procureront un très bon pesto. Pour cela, il faut une vingtaine de jeunes feuilles, une gousse d'ail, 1c. à soupe de poudre de noisette (ou d'amende), de l'huile d'olive, 1c. à soupe de parmesan mouliné, du sel et du poivre.

- Hachez tous les ingrédients, mélangez et dégustez sur des tartines ou avec des pâtes.
- Les feuilles du plantain, préparées en tisane soignent les maladies respiratoires et frottées sur la peau elles calment les

piqûres d'ortie, d'insectes.

- Le plantain est très cicatrisant pour les coupures et petites blessures comme les ampoules aux pieds.

## PLANTAIN PESTO

Plantain is a very common plant that you've probably seen in the fields or on the side of the road. There are many varieties, including ribwort plantain, whose leaves can be used to make an excellent pesto sauce. You will need around twenty young leaves, a garlic clove, 1 tablespoon of ground hazelnuts or almonds, olive oil, 1 tablespoon of grated parmesan, salt and pepper. Chop all the ingredients, mix well and use on toast or with pasta.

Plantain leaves can be used in herbal tea against respiratory illness, or simply rubbed against the skin to calm a nettle or insect sting. Plantain can also heal small cuts or blisters.



## SIROP D'HYSOPE

100 g de sommités fleuries.

1 litre d'eau.

1 kg de sucre roux.

- Laisser macérer 1 h dans 1 litre d'eau chaude, retirer les fleurs, filtrer et cuire avec le sucre jusqu'à obtention d'un sirop.
- Conservation : 1 mois.

## HYSSOP SYRUP

100g of flower tops.

1 litre of water.

1 kilo brown sugar.

Heat the water and leave the flowers to soak for 1 hour. Filter and cook the liquid with sugar until syrupy.

Preservation: 1 month.



## SIROP DE BOURGEONS DE SAPIN

100 g de pousses de sapin

1 litre d'eau.

1 kg de sucre roux.

- Laisser macérer 1 h dans 1 litre d'eau chaude, retirer les fleurs, filtrer et cuire

avec le sucre jusqu'à obtention d'un sirop.

- Conservation : 1 mois.

## FIR SHOOT SYRUP

100g fir shoots.

1 litre of water.

1 kilo brown sugar.

Heat the water and leave the shoots to soak for 1 hour. Filter and cook the liquid with sugar until syrupy.

Preservation: 1 month



## LIQUEUR DE SAPIN

25 g de pousses fraîches par litre d'alcool à 45°.

- Laisser macérer 1 mois bouché.
- Filtrer puis sucrer : 30 à 40 morceaux de sucre ou 150/200 g de sucre en poudre.
- Conservation : 5 ans.

## FIR SHOOT LIQUEUR

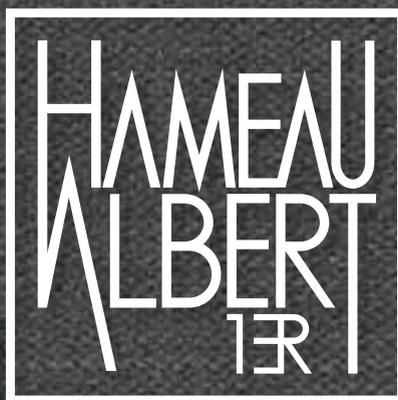
25g fresh shoots per litre of 45° alcohol.

Leave to macerate in a closed bottle for 1 month.

Filter and sweeten with 30-40 sugar cubes or 150-200 g caster sugar.

Preservation: 5 years.





Chambres à l' "Albert 1<sup>er</sup>" ■ Chambres à "La Ferme" avec piscine et spa  
Restaurant gastronomique l' "Albert 1<sup>er</sup>" ■ Restaurant de pays "La Maison Carrier"

Bar à vin le **QUARTZBAR** - Cocktails, live lounge music, tea time

*Rooms at "Albert 1<sup>er</sup>" ■ Rooms at "The Farmhouse" with swimming pool and spa*

*Gastronomic restaurant "Albert 1<sup>er</sup>" ■ Traditional cuisine, "La Maison Carrier"*

*The **QUARTZBAR** ■ Wine bar, cocktails, live lounge music, tea time...*

## HÔTEL RESTAURANTS FAMILLE CARRIER-MAILLET

Hameau Albert 1<sup>er</sup> 38 route du bouchet 74402 Chamonix Mont Blanc  
Tél 04 50 53 05 09 Fax 04 50 55 95 48 [www.hameaualbert.fr](http://www.hameaualbert.fr) [albert@relaischateaux.fr](mailto:albert@relaischateaux.fr)



# 24 heures en VTT, c'est long !





En septembre 2013, le club des sports a testé un nouveau format d'épreuve, les « 24 heures de Chamonix », une course de VTT en solo ou en relais sur une boucle de 8,4 km. Ambiance.



Nuit, pluie, boue, froid... les 113 participants de ce contest de VTT se souviendront de cette chevauchée en terres chamoniardes.  
*It's cold, dark, raining and muddy... the 113 contestants in this mountain bike race will definitely remember their ride over the Chamonix terrain.*



**A**u bout d'une vingtaine d'heures, dont une bonne moitié sous la pluie battante, on s'est forcément demandé un peu ce qui avait motivé ces valeureux vététistes, qui enchaînaient depuis la veille boucle après boucle, tels des forçats attachés à leur chemin. Les 24 heures de VTT de Chamonix ont en effet attiré 113 participants, et parmi eux, seule une quinzaine n'a pas passé la nuit. La veille, l'énigme de la durée s'apparentait déjà à un casse-tête pour ce couple qui avait fait la route le vendredi soir après le travail, depuis le sud de la France, rejoignant fils et belle-fille à Chamonix afin de faire attelage commun au sein de l'équipe Op Traken. « *On ne va rien voir; commentait alors le père Patrick Bonnetaud, habitué du "vélo plaisir" dans les Alpilles, il va falloir qu'on trouve une stratégie pour gérer la nuit, on est en train de se demander comment on va faire.* » >>>

## »»» COMPÉTITION ET REBLOCHON

Comme eux, un certain nombre de participants ne s'étaient jamais attaqués à un tel profil de course, inspiré des 24 heures du Lubéron : un circuit en boucle de 8,4 km et de 150 mètres de dénivelé positif, entre la plaine des Bois et la forêt de l'Arveyron, à répéter pendant 24 heures seul ou en relais par équipes de 2, 4 ou 6 coureurs. Comme eux, les équipes fourbissaient leurs armes, à chacune son plan de bataille. Ou pas : « *On ne se prend pas la tête, on veut pouvoir finir et se faire plaisir* », répétaient à l'envi les quatre compères de Culture Vélo Thonon, une équipe chablaisienne pourtant habituée des courses avec pneus crantés. « *Nous avons participé au Roc d'Azur et cela ne nous a pas empêchés de faire des bons gueuletons.* » Déployées sous la tente dans une cantine, à côté des mécaniques rutilantes, les victuailles, bananes, jambon et reblochon, confirmaient cet amateurisme rôdé à force de rendez-vous.

## CAVALIERS MODERNES

Mais revenons plutôt à la course, à nos montures, et à ces « cavaliers modernes » galbés – quoique – et casqués, quelques minutes avant le lancement des hostilités. Parmi les participants, un invité de dernière minute, venu des Houches, Luc Hamonic : « *Un copain de fac du Lubéron savait que j'habitais pas loin de Chamonix, il m'a donc demandé si je voulais faire partie de leur équipe. Je viens un peu en touriste, avec de l'eau et de la bière, mais je connais le parcours pour le pratiquer en ski de fond, en hiver.* »

La ligne de départ et d'arrivée étant aussi le point de chute des parapentistes, certains d'entre eux pliaient encore leurs toiles alors que les premiers vététistes s'échauffaient. Une poignée de supporters avait fait le déplacement pour encourager les coureurs qui rejoignaient petit à petit la plaine, après quelques tours de chauffe, et de repérage. Ambiance colonie de vacances ou Club Med, avec le G.O. de service ? - « *Ça va être bon, ça, 24 heures de pur bonheur; de souffrance, haranguait Ludo, le speaker, je vous répète, ça va être un départ 24 heures du Mans, quand on va donner le top, vous allez courir vers vos vélos, un coup de kick et c'est parti !* »

## DÉPART À « MAC 12 »

Les coureurs sont bien partis, ventre à terre. « *À Mac 12 !* », selon le speaker. Florentin Mattuidi, l'un des trois entraîneurs de la section VTT du



Les vainqueurs, Les Cigalos, ont parcouru 53 fois cette boucle de 8,4 km en 24 heures.  
À droite : Laura Joulot de l'équipe Les Lucioles qui termina 17<sup>e</sup> au classement général.  
*The winners, Les Cigalos, completed the 8,4km loop 53 times in 24 hours.  
Right: Laura Joulot from Les Lucioles team finished 17th in the overall ranking.*

club des sports, nous avait annoncé la couleur : « *L'idée est de partir vite pour ne pas être gêné par les autres coureurs.* » L'ouvreur d'une équipe complétée par cinq autres champions bien connus dans la vallée dont Damien Tarantola, le fondeur, 23 ans, et Yann Gachet, traileur et skieur-alpiniste, 37 ans, a bouclé son premier tour en 26,49 min. Un temps canon même si devant, l'équipe des Cigalos, venue du Lubéron, faisait déjà figure d'intouchable avec un chrono de référence, au deuxième tour, à 22'57. Pour tous, amateurs confirmés ou vététistes du dimanche, il restait pourtant un impondérable : la nuit. Comment gérer la solitude, le froid et la fatigue ? L'équipe du club des sports avait rôdé sa stratégie : « *L'année dernière (NDLR : en 2012), on a participé aux 24 heures du Lubéron. Ici, on a décidé de faire quatre tours chacun avant de passer le relais, de cette façon, on peut dormir 4 à 5 heures* », rappelait Florentin.

## LA NUIT ET LA PLUIE

Plus que la nuit, c'est pourtant la pluie, invitée aux débats, qui aurait pu doucher les ardeurs des courageux sportifs. Le dimanche matin, on les a retrouvés rincés, maculés de boue, les dents serrées, s'accrochant à leur guidon



pour terminer l'aventure, souvent seuls avant ce lancinant et éternel retour vers la ligne d'arrivée... et un nouveau tour.

Sous le déluge persistant, Les Cigalos ont mené la danse, terminant à la première place avec 53 tours en 24 heures, devant l'équipe du club des sports de Chamonix, forte de 49 tours. Luc Hamonic a réalisé 7 tours, contribuant au succès de son escouade venue du Lubéron, le Gang des Soiffards, 19<sup>e</sup> avec 33 tours. Quant au groupe Culture Vélo Thonon, on l'a retrouvé fourbu après une nuit blanche, mais heureux avec sa 9<sup>e</sup> place (40 tours). Ce jour-là, il en fallait peu pour contenter les participants : un bon casse-croûte, une boisson chaude et le sentiment d'avoir donné le meilleur de soi-même. ■

Texte : Laurent GANNAZ | Photos : John NORRIS

# ACCRO PARK



# ESCALADE

## CHAM' AVENTURE



La référence acrobatique pour tous les niveaux dans la vallée de Chamonix.

*The best tree adventure parc in the Chamonix valley, children to expert loops.*



Découvrir l'escalade et se perfectionner face au Mont-Blanc.

*Experience rock climbing and improve your climbing skills facing the Mont-Blanc.*

### Les Gaillands, source d'émotions...



☎ 04 50 78 26 49 - [www.chamonix-guides.com](http://www.chamonix-guides.com)

# DELUXE - TRANSFERS

.COM



Luxury chauffeured transport tailored to your personal or corporate requirements. Any destination, any distance, locally and internationally.



Transport luxueux avec chauffeur qui saura répondre à vos besoins. Toutes destinations, toutes distances.





## THOMAS ROWNTREE, UN ANGLAIS EN MODE 33 TOURS

Thomas Rowntree, un Anglais vivant aux Houches, a participé seul aux « 24 heures » au guidon d'un Fat Bike, vélo spécial utilisé à l'origine pour rouler sur la neige, sur des terrains gelés ou boueux. Grâce à ses pneus larges d'une dizaine de centimètres, faiblement gonflés, Thomas a parfaitement résolu l'équation posée par ce parcours humide et technique, « avec quelques passages avec des racines et des morceaux de granit, comme du savon. » Le jeune homme a terminé 18<sup>e</sup> au classement général et premier en solo avec 33 tours au compteur. Une sacrée performance ! Habitué des courses en équipe, Thomas n'avait couru qu'une fois seul, en Écosse. Autant dire que la pluie battante n'a pas effrayé ce ressortissant britannique qui dit « ne pas (s)'être reposé plus de 15 min. ». Chaque jour de la semaine, Tom relie Les Houches à Chamonix, où il travaille, sur son deux-roues, et l'hiver, il lui arrive de préférer le « fat » aux planches, s'exerçant sur les chemins damés. L'entraînement toute l'année.

## THOMAS ROWNTREE, THE ENGLISHMAN OF 33 LAPS

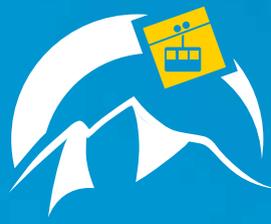
Thomas Rowntree is an Englishman who lives in Les Houches. He ran the 24 hours solo, using his Fat Bike, a bike conceived for cycling in snow, on ice or on muddy tracks. Thanks to its wide tires of nearly 10 centimetres and with low pressure, Thomas had the perfect equipment for manoeuvring his way through the wet and technical track, "with both roots and granite slippery like soap." He finished 18th in the overall ranking and first as a solo contestant, having completed 33 laps. An amazing performance! His only other solo race was in Scotland, so maybe the Brit was used to wet conditions, and he "didn't rest for more than 15 minutes." Each day of the week, Tom cycles from Les Houches to his work in Chamonix, and in the winter, even prefers his Fat Bike to skiing, allowing him to train all year round.

## UNE SECTION QUI TRACE

Même si l'épreuve des « 24 heures » n'est pas reconduite par le club des sports, organisateur, pour des raisons de logistique et de calendrier, elle témoigne du dynamisme de la « petite » section VTT (une centaine de licenciés). Celle-ci s'évertue à exister malgré une période de pratique écourtée par l'hiver que l'on sait, en organisant chaque année le trophée départemental du jeune vététiste ainsi qu'une épreuve de la coupe Rhône-Alpes de cross-country. De poussin à senior, on pratique cette discipline donc, ainsi que la descente, où brillent les meilleurs représentants chamoniards, Benjamin Verrier et Luc Paulhan, qui participent à des compétitions nationales et internationales. La Communauté de communes de la vallée de Chamonix a tracé des pistes dédiées et balisées, sur les domaines de La Balme, du Brévent, de Lognan ainsi qu'aux Houches. À côté de ces itinéraires pour descendeurs, il existe aussi une vingtaine de sentiers balisés en fond de vallée.

## A SECTION THAT'S FINDING NEW TRACKS

The Club des Sports behind this competition have decided not to hold the event in 2014, but the mountain bike section of the club is both active and dynamic, with over a hundred members. Even though the season is short because of the snow, they organise a young mountain biking trophy and a cross-country cup event. The club also has downhill riders, including Benjamin Verrier and Luc Paulhan, who successfully take part in both national and international competitions. The Chamonix Valley municipality have created dedicated and marked downhill trails in the areas of La Balme, Brévent, Lognan and Les Houches. There is also around twenty cross-country mountain bike trails on the valley floor.



mont blanc  
**COURMAYEUR**  
www.courmayeur-montblanc.com

# DÉCOUVREZ L'AUTRE CÔTÉ DU MONT BLANC

Treat yourself to an unforgettable culinary experience, with a taste of Valle d'Aosta typical cuisine in all the chalets scattered throughout the mountain.

Régalez-vous avec la cuisine typique du Val d'Aoste dans nos refuges.





# 24 Hours on a Mountain bike!

Une épreuve exigeante, au profil ardu, qui a mis à mal le physique et le mental des vététistes...

*A challenging adventure on steep slopes that exhausted the cyclists both physically and mentally...*

In September 2013, a new competition format was tested for the “24 hours of Chamonix”, a mountainbike race for individual riders and teams, doing a loop of 8.4 km.

After the first twenty hours, and half of which were in pouring rain, you had to ask yourself what on earth had possessed the contestants to keep going, lap after lap, as if they were chained to their bikes. The 24 hours of Chamonix on a mountain bike had attracted 113 contestants, and only fifteen or so had not made it through the night. The day before, some teams could be heard discussing the problem of the very limited visibility during the hours of darkness.

## COMPETITION AND REBLOCHON CHEESE

Many of the participants had never taken part in such an extreme race before: an 8.4km loop with 150m vertical climb, from the grassy plains of Les Bois to the forest at Arveryron, to be repeated for 24 hours on your own or in a relay team of 2, 4 or 6 riders. Each team had their own strategy, or not: “We’re not too worried, we just want to finish the race and have fun,” claimed the four-man strong team of ‘Culture Vélo Thonon’. “We did the Roc d’Azur race, and it was a party.” Their stall in the mechanics’ tent included bananas, ham and reblochon cheese, to keep spirits up.

## RIDING THROUGH THE STORM

Let’s go back to the race and our night riders: helmets on and raring to go. In the ranks, we meet Luc Hamonic from Les Houches, who was called up to take part at the last minute: “An old friend from Uni knew I don’t live far from Chamonix, so he asked me to join their team. I’m not really prepared, apart from with water and beer, but I know the trail well as I come cross-country skiing here in the winters.” The start and finish line is also a landing spot for paragliders, and you could see them folding up their equipment as the mountain bikers were warming up. A handful of supporters came to cheer their friends on and warm and friendly atmosphere was created by the speaker: “This is going to be

good, 24 hours of pure bliss and sufferance,” Ludo shouts out. “Remember it’s a Le Mans 24 hour start. When we say go, run for your bikes and kick start!”

## SETTING OFF AT “MACH 12”

All the riders set off “At Mach 12!”, as the speaker said. Florentin Mattuidi is one of three coaches at the mountain bike section of the sports club, and he’d told us his strategy: “You have to get away quick so that the other cyclists don’t get in your way.” Riding in a team of six, all local athletes, Florentin completed his first lap in 26.49 min. A great time, even if the Cigalos team from south of France had managed to set the standards high with 22’57. Some of the cyclists had more experience than others, but they all had the same challenge ahead: nightfall. Managing solitude, physical exhaustion and the cold is hard. “In 2012, we did a 24 hour race in the Luberon. This time, we’ve decided to do four laps each before passing the torch, which means sleeping for 4 or 5 hours,” explained Florentin.

## RAIN IN THE NIGHT

More than the darkness, it was the rain that poured down that plummeted spirits of these brave athletes. On Sunday morning, they were drenched, covered in mud and with clenched jaws, gripping onto their handlebars, determined to go on and complete the challenge, in lap after exhausting lap.

Les Cigalos coped best with the rain, finishing first with 53 laps in 24 hours, just ahead of the Chamonix sports club team with 49 laps. Luc Hamonic completed 7 laps and contributed to his festive team’s 19th place. We also met up with Culture Velo Thonon, tired after a sleepless night, but happy with a 9th place and 40 laps. That next day, it was simple things that made the contestants happy: a healthy meal, a hot drink... and the feeling of having given it their very best. ■



# PISCINE ALPINE

votre piscine rechauffée à plus de 1700 m.

montée à la  
piscine avec

12  
juillet

24  
août

10h30  
-  
17h00



centre

50% de reduction avec le forfait MBU annuel

tel: +39 347 45 17 516



# Un siècle d'architecture

Courtisée par les premiers alpinistes et l'intelligentsia du XIX<sup>e</sup> siècle, Chamonix est vite devenue un laboratoire pour les architectes et les promoteurs. Entre villas cossues et bâtiments de style, nous vous invitons à feuilleter un siècle d'histoire architecturale.

## A Century of Architecture

Coveted by the first alpinists and the intelligentsia of the 19th century, Chamonix rapidly became a playground for architects and property developers. Stylish villas and period buildings are all part of the last century's architectural history in Chamonix.

### LE CAFÉ DE LA TERRASSE, 1905

Le début des années 1900 consacre la rupture avec le XIX<sup>e</sup> siècle, ses fermes traditionnelles et ses grands bâtiments d'inspiration sarde. Place à l'Art nouveau, un vent venu des grandes capitales européennes, Paris ou Bruxelles. Un couple d'aubergistes chamoniards, les Bossonney, rapporte de l'exposition internationale d'Interlaken un pavillon à reconstituer. Celui-ci sera reconstruit en lieu et place de l'auberge datant de 1880, sur les rives de l'Arveyron. Le «prototype» détonne avec ses formes sinueuses, arabesques florales et courbes végétales. Le bois et le verre dominant dans un jeu réciproque, conférant à l'ensemble une vraie légèreté.

### LE CAFÉ DE LA TERRASSE, 1905

At the start of the 20th century, people were moving away from the traditional farms and large, Sardinian-inspired buildings of the previous century. It was time for Art Nouveau, popular in Paris, Brussels and other capital cities. Innkeepers Bossonney brought back a model to copy from the international fair in Interlaken. They replaced the inn from 1880, and this "prototype" attracted a lot of attention with its curved lines and floral arabesques. The wood and glass details lend lightness to the overall impression.

## LE MAJESTIC, 1914

Chamonix rêve de rivaliser avec les stations balnéaires huppées, Cabourg, Nice et Biarritz. Déjà propriétaire du «Nouvel Hôtel Mont-Blanc», la famille Cachat investit 1 million de francs de l'époque pour ériger Le Majestic, troisième du genre et peut-être le plus somptueux. Dessiné par Alexandre Bordigoni, architecte français résidant à Genève, et construit par les meilleurs artisans, le palace est entouré d'un immense jardin. Il compte alors 300 chambres avec salles de bain individuelles ainsi que des salons superbement décorés. Clou du spectacle : la salle Michel Croz (rénovée en 2010), avec ses colonnes en stuc façon marbre, ses chapiteaux de faux bronze doré, ses médaillons en bas-relief et bustes sculptés.



## LA BANQUE PAYOT (« LAYDERNIER »), 1928

Ce bâtiment construit par l'architecte Marcel Cochet pour Paul Payot, banquier chamoniard, est caractéristique de l'Art déco, mouvement développé après l'Exposition des Arts décoratifs de 1925. Si la bâtisse chamoniarde est loin des célèbres buildings new-yorkais des années 1930 (Empire State Building), témoins de ce style, elle affiche tout de même d'augustes façades en béton, matériau nouveau pour l'époque, avec surfaces planes et volumes simples agrémentés de pilastres et de corniches. La décoration fait la part belle aux mosaïques dorées, aux ferronneries en arabesque, fleurs et autres pommes de pin.

## LE MAJESTIC, 1914

Chamonix wanted to compete with stylish seaside resorts like Nice and Biarritz. The Cachat family, owners of "Nouvel Hotel Mont Blanc", invested 1 million francs to build Le Majestic, the third and perhaps most elegant of its kind. Designed by French architect Alexandre Bordigoni and built by renowned craftsmen, it was surrounded by huge gardens and included 300 rooms with private bathrooms and superbly decorated salons, including the opulent Michel Croz room, which was renovated in 2010.

## LA BANQUE PAYOT (« LAYDERNIER »), 1928

This house was built by architect Marcel Cochet for banker Paul Payot in an Art Deco style. The Chamonix building is far less famous than the 1930s' examples in New York, that include the Empire State Building, but it has all the characteristics of the style, with concrete facades, flat surfaces and simple volumes adorned with pilasters and mouldings. Golden mosaics and wrought-iron arabesques are other features.

MONT-BLANC  
CHAMONIX

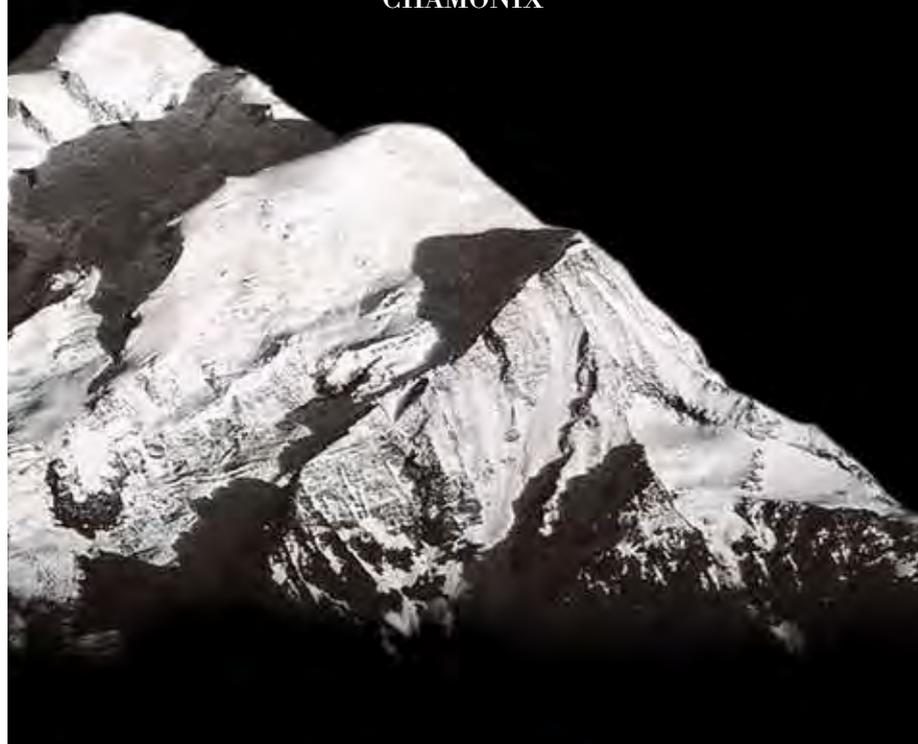


## LES CHALETS DES ANNÉES 1930

À la périphérie de Chamonix, les quartiers des Moussoux et des Glières voient pousser de nouvelles résidences secondaires dont le style rompt avec le faste et l'opulence des maisons de maître construites au début du xx<sup>e</sup> siècle. Les lignes sont plus épurées, avec un soubassement en pierre, des baies de fenêtres ou de portes arrondies ainsi qu'un bardage de bois sombre en partie supérieure. Les balcons et les terrasses s'étirent le long de la façade exposée au soleil. Deux promoteurs chamoniards, Mechoud et Taberlet, popularisent ces chalets types équilibrés et confortables qui préfigurent le «style» du «chalet skieur» lancé par Henry Jacques Le Même.

### CHALETs FROM THE 1930s

In the outskirts of Chamonix, new second homes were built in a style that completely broke off from the opulent style from the early 20th century. Lines were simpler, with stone foundations, bay windows or vaulted doors as well as dark wood cladding on the top floors. Balconies and terraces were added on the south-facing facades. Mechoud and Taberlet were two local property developers who contributed to this fashion, a precursor to the 'ski chalet' style by Henry Jacques Le Même.



This chalet surrounded by greenery and provides superb panoramic view towards Chamonix and Mont-Blanc.

Four bedrooms, swimming pool, wellness room.

Ce chalet est le reflet d'un jeu habile de volumes et de lumières, offrant une vue panoramique sur Chamonix et le Mont-Blanc.

Quatre chambres, piscine, espace bien-être.

ENTREZ DANS LE CERCLE  
CLIP IMMOBILIER  
[www.clip-immobilier.com](http://www.clip-immobilier.com)

+33 (0)4 50 53 95 13  
305 rue Joseph Vallot  
CHAMONIX-MONT-BLANC



## LES CHALETS DES ANNÉES 1940

Le Même est passé et les chalets chamoniards construits lors de cette décennie portent son empreinte. Leur architecture se caractérise par un plan simple, proche du carré, avec une toiture à deux pans (le plus souvent couverte en tôles). Le soubassement maçonné, parfois en pierres apparentes, supporte une partie supérieure habillée d'un bardage en bois et de planches étroites disposées de temps à autre en oblique. De grands balcons-terrasses jaillissent de la façade exposée au soleil, celle-ci affichant de nombreuses ouvertures pour profiter de la lumière naturelle. Les couleurs, souvent vives, s'affichent sur les volets ou sur les frises des toitures et les embouts de pannes.

### CHALET FROM THE 1940s

Architect Le Même was popular and the Chamonix chalets built during this decade were mostly in his style. The architecture was simple, nearly square and with a gabled, tinned roof. The ground floor was in masonry work, and the top floors in narrow wood cladding. Large balconies and picture windows facing south to make the most of the natural sunlight, and vivid colours on shutters and mouldings were other features.



## LES CHALETS DES ANNÉES 1950

Ce chalet est la demeure de l'architecte Henri Chevallier, qui l'a construit sur le coteau du Brévent en 1953. Avec sa toiture à un pan aux larges débords, ses grandes baies vitrées ouvertes au sud, qui drainent la vue sur le massif - et la chaleur -, et son insertion dans la pente, le bâtiment rompt résolument avec les codes des chalets érigés avant-guerre. Cette architecture contemporaine va faire florès en station, notamment à Courchevel. Les notions de proportion et d'équilibre restent toutefois le fondement d'une approche qui n'oublie pas l'héritage des fermes traditionnelles : soubassement en pierres, façade en enduit et partie nord en partie enterrée.

### CHALET FROM THE 1950s

This chalet belongs to the architect Henri Chevallier, who built it at Coteau du Brévent in 1953. Its one-sloped roof, large picture windows offering views and sunshine, as well as its location on a slope make it very different from the pre-war chalets. This contemporary design flourished in ski resorts, and particularly in Courchevel. The proportions, however, were based on the traditional farm buildings, just like the stone foundations, rendered walls and the north-facing side partly underground.



À l'image de nos rêves...



CRÉATION AGENCENCE **MERCI**

*Grosset Janin*  
CRÉATEUR DE CHALETS

**CHAMONIX - DOMANCY - LES GETS - MEGÈVE - BOURG-SAINT-AURICE**

+33(0)4 50 55 35 35 - [www.grossetjanin.com](http://www.grossetjanin.com) - [chamonix@grossetjanin.com](mailto:chamonix@grossetjanin.com)



## LE FRANCOTEL, 1962

Dessiné par le cabinet Bouvier-Chevallier architectes en 1960, le bâtiment situé au début de la montée de la Croix des Moussoux reprend les codes de la maison contemporaine à toiture plate, mais à plus grande échelle : lignes épurées, grands avant-toits, coursives et balcons protégés... Avec ses deux ailes orientées sud-est et sud-ouest, la bâtisse a été pensée pour optimiser les vues tout en garantissant l'intimité des logements-cellules, avec des jeux d'ombre et de lumière. L'édifice traduit aussi l'influence d'Henry Jacques Le Même, avec qui Henri Chevallier a travaillé. Un escalier central vient articuler les deux ailes reposant sur un socle (qui abrite les parkings) taillé de petites lucarnes biseautées.

### LE FRANCOTEL, 1962

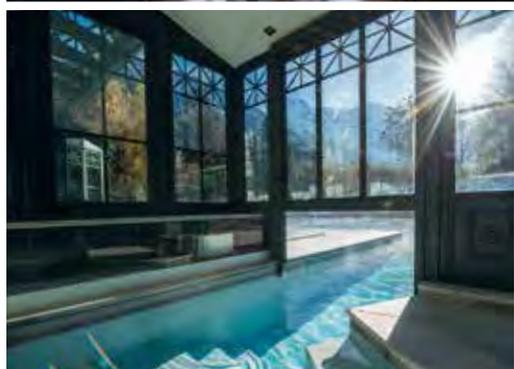
Designed by the architect studio Bouvier-Chevallier in 1960, this building at the start of the hill to Croix des Moussoux is also in a contemporary style with a flat roof, but even more exaggerated. Simple lines, a large overhang to protect balconies... The two wings are south-east and south-west facing, and were built to optimise the vistas for everyone, whilst preserving some privacy for each unit. The building also reflects the influence of Henry Jacques Le Même, with whom Henri Chevallier cooperated. A central staircase links the two wings and the car park with its irregular windows.

## LA CITÉ SCOLAIRE ET LE CENTRE SPORTIF, 1970-1971

Lancé par le ministère de la Jeunesse et des Sports de l'époque, le projet a engendré une véritable polémique quant aux formes de l'architecture en montagne. Cette « utopie » mise en forme par l'architecte Taillibert visait à faciliter le transfert entre les activités scolaires et sportives, à l'abri des intempéries. L'ensemble comprend un centre sportif de 6 000 m<sup>2</sup> couverts ainsi qu'un centre culturel de 41 000 m<sup>2</sup> regroupant un ensemble scolaire, la bibliothèque municipale ainsi que l'ENSA. Les bâtiments ont été construits en béton selon le principe de voûtes sphériques épaisses et massives, conçues pour supporter le poids de la neige, les deux tours abritant l'internat du lycée professionnel.

### THE SCHOOL AND SPORTS CENTRE, 1970-71

Built by the government, this project created quite a stir as far as mountain architecture was concerned. This vision by architect Taillibert aimed to simplify the link between education and sports activities without being exposed to the weather. The centre has 6000m<sup>2</sup> of indoor sports facilities as well as 41000m<sup>2</sup> dedicated to cultural activities, including a school, a library and the ENSA. The buildings were made in concrete with thick vaults, designed to carry the weight of the snow. The two towers house the boarding units for the vocational college.



ésope création chamonix - photos @Pascal Tournaire



## HOTEL MONT-BLANC

CHAMONIX

### HÔTEL

40 chambres et suites  
TÉL +33 (0)4 50 53 05 64  
FAX +33 (0)4 50 55 89 44  
info@hmbchamonix.com

### RESTAURANT

LE MONT-BLANC  
TÉL +33 (0)4 50 55 35 46  
FAX +33 (0)4 50 55 89 44  
restaurant@hmbchamonix.com

### SPA

By [comfort zone]  
TÉL +33 (0)4 50 53 71 09  
FAX +33 (0)4 50 55 89 44  
spa@hmbchamonix.com

62 ALLÉE DU MAJESTIC 74400 CHAMONIX MONT-BLANC  
www.hotelmontblancchamonix.com



## L'ESPACE TAIRRAZ, 1993 ET 2001-2005

En contre-pied à l'architecture moderne des décennies précédentes, et à ses excès, les années 1990 sont marquées par la volonté d'un retour à des constructions plus simples, intégrées dans leur environnement. L'espace Tairraz, construit entre 1993 (parking) et 2005 (espace d'exposition, musée et espaces publics), participe de cette tendance. L'ensemble a été volontairement effacé au profit des montagnes : enterrée aux trois quarts, nimbée dans une palette végétale subtile, la façade visible du bâtiment semble une faille rocheuse recouverte de pierre de granit locale. De multiples fissures, discrètes, garantissent les apports de lumière naturelle dans les différents étages du parking.

### ESPACE TAIRRAZ, 1993 AND 2001-2005

In contrast to modern architecture and its excesses, the 1990s marked a return to simpler and more traditional design, blending into the environment.

The Espace Tairraz, with its car park built in 1993, and the exhibition hall, museum and public areas completed in 2005, reflects this trend. The building was deliberately designed to leave the mountains in the background dominating. It is three quarters underground and in natural colours. The most visible façade is covered in local granite. Discreet openings allow natural light to filter through to the car park.

### SOURCES

- Christine Boymond-Lasserre, co-auteur du livre *Découvrir Chamonix Mont-Blanc*, guide du patrimoine. [www.visites-guidees-74.fr](http://www.visites-guidees-74.fr)
- CAUE 74. «Architectures de la vallée de Chamonix», à consulter sur le site : [www.caue74.fr](http://www.caue74.fr)
- Renaud Chevallier, cabinet Chevallier Architectes. [www.chevallier-architectes.fr](http://www.chevallier-architectes.fr)

## LA GARE DE DÉPART DE L'AIGUILLE DU MIDI, 2008

Il fallait à la Compagnie du Mont-Blanc, qui gère l'une des animations les plus célèbres au monde, un bâtiment puissant et sublime, à la hauteur du site de l'aiguille du Midi. Lors du projet de rénovation, porté par l'atelier d'architecture Wilmotte & Associés, la pierre s'est naturellement imposée en vêtue, avec ses correspondances avec le granit constituant le massif. L'édifice a été dessiné sous forme d'une rotonde, mise en exergue au milieu de la place, et sa forme en U vient embrasser la gare historique. La monumentalité de l'ensemble est tempérée par le travail sur les lignes et les élévations, par l'usage du bois, la présence de baies, allèges et bardages.

### AIGUILLE DU MIDI CABLE CAR STATION, 2008

Compagnie du Mont Blanc, who own and run one of the most famous tourist attractions in the world, needed a powerful and beautiful building that could match the natural beauty of Aiguille du Midi. During the renovation work, conducted by the architects' studio Wilmotte & Associés, stone seemed a natural choice to reflect the surrounding massif. The building was designed in a round shape, with a u-shape surrounding the original station. The monumental aspect is lightened by the careful work on the design, as well as the use of wood and glass.

Texte : Laurent Gannaz | Photos : David Machet



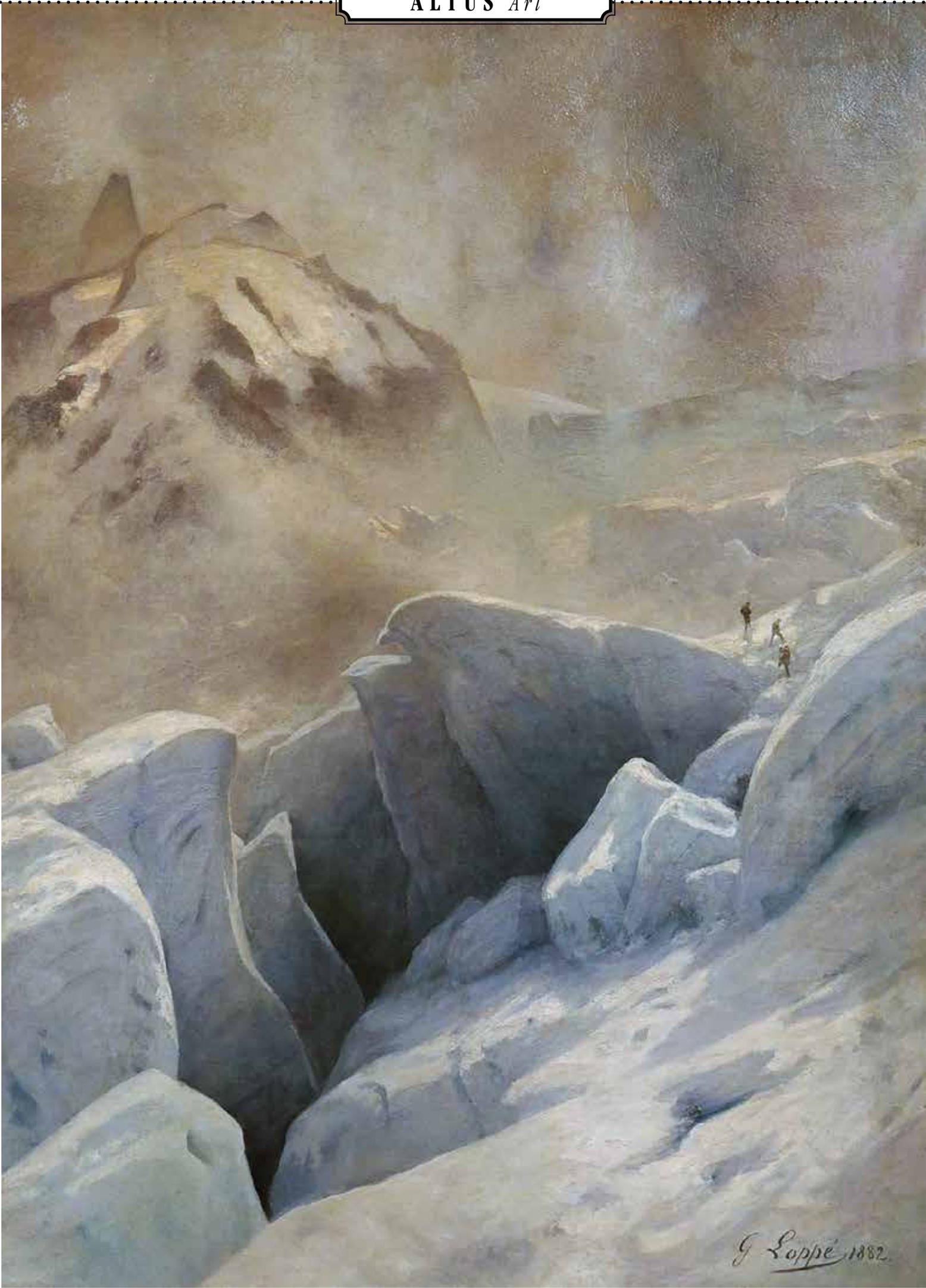
# LES RIVES D'ARGENTIÈRE

## CHAMONIX MONT-BLANC

A hamlet of 4 luxury chalets in the heart of Argentière



[www.lesrivesdargentiere.com](http://www.lesrivesdargentiere.com)  
info@lesrivesdargentiere.com - 06 85 49 69 82



# Gabriel Loppé, artiste de l'altitude



À gauche : crevasses sur la Mer de Glace, 1885, huile sur toile, collection association des Amis du Vieux Chamonix. Ci-dessus : portrait de Gabriel Loppé dans une causeuse, photographie, sans date, collection particulière.

Left: *Crevasses at Mer de Glace, 1885. Oil on canvas, Amis du Vieux Chamonix collection.*

Above: *Portrait of Gabriel Loppé in a loveseat. Photograph, undated, private collection.*

À l'occasion du centenaire de sa disparition, Chamonix a célébré la peinture et le travail photographique de Gabriel Loppé (1825-1913), artiste-alpiniste, ambassadeur de la vallée et du massif. L'occasion de revenir sur le parcours d'un passionné des sommets.

Des nuages qui se déchirent devant la dent du Géant, des séracs, des crevasses insondables et trois frères silhouettes qui évoluent dans un chaos bleuté. En 1882, sous le pinceau de Gabriel Loppé, toute la haute montagne est là, restituée avec un réalisme farouche, telle que l'alpiniste la vit. Peintre-alpiniste ou alpiniste-peintre? Peu importe, pendant presque cinquante ans Gabriel Loppé va mettre sa passion de l'alpinisme dans le massif du Mont-Blanc au service de son regard d'artiste.

Né à Montpellier, son ascension en 1841 du pic Saint Loup (658 m) va révéler son amour de la peinture et de la montagne, qu'il va parcourir carnets de croquis en poche. Gabriel Loppé découvre la vallée de Chamonix en 1849. Il monte jusqu'au Montenvers. Coup de foudre! Installé, à partir de 1851 à Annecy puis à Genève, il séjournera, tous les étés, dans la vallée. À cette époque, selon l'expression de son ami écrivain alpiniste Leslie Stephen, le

mont Blanc va devenir «le terrain de jeu de l'Europe». Loppé investit ce terrain avec son carnet à dessin et ses pinceaux. Le 23 juillet 1861, il réalise sa première ascension du mont Blanc, suivie de deux autres le 25 juillet et le 13 août. De ce séjour, il ramène des dessins dont un, en 1862, sera à la base de la grande et émouvante toile *L'ancienne cabane des Grands Mulets*. Cette année-là, il retranscrira aussi directement sa vision du sommet, au matin, vers l'est, à travers une toile encore plus grande (230 x 340 cm), exposée au centre de congrès Majestic, sous le titre *Lever de soleil sur les Grandes Jorasses*.

Le sommet du mont Blanc, Gabriel Loppé le foulera au moins huit fois. Il tente même en janvier 1876 la première hivernale avec James Eccles. Devancés par miss Straton, ils réussirent l'ascension en mars de la même année. Gabriel Loppé est réellement un alpiniste confirmé à qui l'on doit plusieurs premières. Reconnu par ses pairs, il est >>>



*L'ancienne cabane des Grands Mulets*, 1862, huile sur toile, collection association des Amis du Vieux Chamonix.

*The old cabin at Grands Mulets, 1862. Oil on canvas, Amis du Vieux Chamonix collection.*

*Le sommet du mont Blanc, Gabriel Loppé, alpiniste confirmé, le foulera au moins huit fois.*

»»» membre honoraire de l'Alpine Club de Londres dès 1864, du Club alpin suisse et dès sa création de la section parisienne du Club alpin français.

Loppé ne se lasse pas des séjours en altitude – il passe une semaine avec sa fille, au col du Géant, à la fin de l'été 1877. Pendant ces périodes, il croque, «poche» les neiges, les glaces, les rochers, la lumière de la haute montagne. Loppé se différencie des autres peintres de montagne de l'époque, qui s'adonnent soit à des vues de paysages panoramiques soit à des représentations romantiques, exaltées des cimes. Au cœur du milieu dans lequel il évolue, Loppé produit une peinture réaliste, précise, qui décrit des lieux encore peu cartographiés ou représentés. Ses tableaux permettent aux alpinistes de l'époque de découvrir le terrain de leurs futures ascensions.

À l'art de la peinture, Loppé va ajouter celui

de la photographie. Dès son apparition, la photographie a trouvé rapidement une place capitale dans la représentation de la montagne – en juillet 1861, les frères Bisson réalisent les premières photos au sommet du mont Blanc. Pour Loppé, la photo s'inscrit pleinement dans sa recherche de réalisme. Néanmoins, si dès 1850, Gabriel Loppé s'intéresse de près à cette nouvelle pratique, il ne fera l'acquisition de son premier appareil qu'en 1887. En montagne, Loppé est un photographe de paysages, de nuages. Il met souvent en scène sa famille. Sur la Mer de Glace, au Montenvers... Cet art, Loppé l'exercera aussi avec succès loin des montagnes, à Paris, Londres... et le musée d'Orsay à Paris recueille depuis 1989 plusieurs de ses photos.

S'il a voyagé dans d'autres massifs des Alpes, le mont Blanc et la vallée de Chamonix tiennent une place essentielle dans la »»»

●  
T E M M O S  
HOTEL DE MONTAGNE



LE MORGANE  
*Boutique Hotel*  
CHAMONIX

145 Avenue de l'Aiguille du Midi  
74400 Chamonix Mont-Blanc  
contact : +33 (0)4 50 53 57 64

## DES RESTAURANTS PENSÉS POUR TOUS À CHAMONIX



LE BISTROT\*

*DÉCOUVREZ UNE CUISINE D'EXCEPTION SIMPLE ET RAFFINÉE  
DELICIEUSEMENT CONFECTIONNÉE PAR NOTRE CHEF ÉTOILÉ*



[www.morgane-hotel-chamonix.com](http://www.morgane-hotel-chamonix.com)



LES AIGLONS  
RESORT & SPA  
CHAMONIX

270 Avenue de Courmayeur  
74400 Chamonix Mont-Blanc  
contact : +33 (0)4 50 55 85 52  
[restaurant@hotelaiglonschamonix.com](mailto:restaurant@hotelaiglonschamonix.com)



LE RESTAURANT LE A

*SAVOUREZ UNE CUISINE GOURMANDE ET ÉLÉGANTE  
DANS UN CADRE UNIQUE FACE AU MONT-BLANC*



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



»»» vie de Loppé. À plus d'un titre: non seulement sa peinture, – qu'il expose à Paris, à Genève, à Londres (à l'Alpine Club) – est une vitrine de Chamonix et de ses montagnes, mais Loppé s'investit aussi fortement dans la vie de la vallée à laquelle il est sentimentalement attaché (une de ses filles y naît en 1865 et sa femme est enterrée au cimetière de Chamonix). Après s'être fait réaliser un chalet, il construit en 1870 un autre bâtiment qu'il nomme «Peinture Alpestre Gabriel Loppé», destiné à ses expositions. Il se lie aussi d'amitié avec certains Chamoniards, la famille Tairraz, François Couttet, dit «Baguette». Gabriel Loppé a son guide, en la personne de Benoît Simond. Loppé est un alpiniste amateur qui s'intéresse au développement et aux enjeux de cette pratique dans la vallée. Ainsi, il sent la nécessité pour les guides de Chamonix d'évoluer dans leur fonctionnement. S'il

œuvre pour améliorer leur condition, il estime qu'ils doivent être plus exigeants sur les compétences demandées aux futurs entrants. En 1865, il demande au préfet de Haute-Savoie de modifier le règlement de la Compagnie des Guides dans ce sens. En 1892, un arrêté du préfet placera le recrutement sous l'autorité départementale. Loppé par ailleurs n'hésite pas à s'engager dans des caravanes de secours et à organiser des souscriptions pour les familles d'accidentés.

Gabriel Loppé qui meurt en 1913 aura séjourné à Chamonix jusqu'en 1912. Passionné, amoureux du site, il a réellement saisi, dans cette époque où le voyage touristique se développe, l'unicité de ces lieux «sublimes». Véritable passeur, grâce à son art, il a su la communiquer. Et nous fasciner. ■

Texte: Hervé Bodeau | Photos: Archives Musée

*Vallée de Chamonix en hiver,*  
1893-1901, huile sur toile,  
collection association des  
Amis du Vieux Chamonix.  
*Chamonix valley in winter,*  
1893-1901. Oil on canvas,  
Amis du Vieux Chamonix  
collection.

## POUR ALLER PLUS LOIN

- *Gabriel Loppé, 1825-1913.*  
Publication centenaire Loppé, 2013.  
Musée Alpin de Chamonix.
- *Gabriel Loppé, Voyages en Montagne,* Fage Éditions, 2005.
- Les tableaux exposés au centre de congrès Le Majestic.

# LA RE MI SE

RESTAURANT  
ARGENTIÈRE

Dans ce lieu cosy et feutré situé dans la vallée de Chamonix, Francine et Sébastien vous proposent de savourer une cuisine raffinée, créative et respectueuse des produits de saison...



Francine et Sébastien  
Vandenkoornhuyse

1124, route d'Argentière  
74400 Argentière

☎ 04 50 34 06 96



Flashez ce code pour  
garder nos coordonnées

En espérant avoir le plaisir de vous rencontrer, nous sommes à votre disposition tout au long de l'année pour organiser vos repas d'anniversaires, de communions et d'affaires...

[www.laremise.eu](http://www.laremise.eu)



# Gabriel Loppé, an artist of great heights

To commemorate the centenary of his death, Chamonix paid homage to the paintings and photography of Gabriel Loppé (1825-1913), and artist-alpinist, who promoted the valley and the Mont Blanc massif. His life work reflects his passion for the mountains.

Clouds tearing at each other in front of Dent du Géant, seracs, deep crevasses and three delicate figures moving steadily forth in this chaos of shades in blue. In 1882, Gabriel Loppé's brushstrokes captured high altitude mountains with a vivid realism, as seen by the alpinist. Artist-alpinist or alpinist-artist? Whichever way around, Gabriel Loppé used his artistic eye to portray his passion for mountaineering in the Mont Blanc massif for over 50 years.

Born in Montpellier, he climbed Pic Saint Loup (658m) in 1841, and it started a life long passion for painting and mountains. He roamed the mountains, sketchbook in hand, and first saw Chamonix valley in 1849. He reached Montanvers and it was love at first sight. From 1851, he lived in Annecy and then Geneva, and spent each summer in the valley. Writer Leslie Stephen called Mont Blanc "the playground of Europe". On July 23, 1861, he climbed Mont Blanc for the first time, and again on July 25 and August 13. From those trips, he brought back several drawings, including the one that was the model for his large and moving painting of the Grands Mulets cabin, completed in 1862. That year, he also painted his view of the summit in the sunrise, on a large canvas hung at the Majestic congress centre. Gabriel Loppé climbed Mont Blanc at least eight times. In January 1876, he attempted the first winter climb with James Eccles. Beaten to it by Miss Straton they finally reached the peak in March. Gabriel was an accomplished mountaineer, with numerous firsts. Recognised by his peers, he became an honorary member of the London Alpine Club in 1864, but also the Swiss and the French Alpine Clubs. Loppé never tired of his altitude endeavours – at

the end of the summer of 1877, he spent a week at Col du Géant with his daughter. He spent a lot of time sketching, immersing himself in the environment of snow and ice and studying the light of the high altitude mountains. Loppé's work offers a different take on the mountains compared to his contemporaries, who were mainly romantics, while Loppé was a realistic painter. He also painted sites that weren't yet properly documented or mapped. Some of his paintings helped alpinists seek out their next adventures and routes.

Loppé also added photography to his skills. Cameras were introduced in the mountains soon after their invention. In July 1861, the Bisson brothers took the first images of the Mont Blanc summit. Loppé took a keen interest in the new technique, but waited until 1887 before acquiring his own equipment. He photographed landscapes, clouds, and often set up scenes depicting his family. At Mer de Glace, or Montanvers... He also took photos in Paris and London, and since 1989, some of his work can be seen at Musée d'Orsay in Paris.

Although he also travelled to other massifs in the Alps, it was Mont Blanc and the valley of Chamonix that had special meaning in Loppé's life. His paintings are clearly a showcase for his love of the valley, and he exhibited in Paris, Geneva and London. He was also emotionally attached to the valley, one of his daughters was born there in 1865, and his wife lies buried at the cemetery in Chamonix.

After having built himself a chalet, he also had another house built in 1870, for his exhibitions. He was friendly with some locals, like the Tairraz family or François Couttet. His personal guide was Benoît Simond. He soon realised the potential

of the mountaineering business and helped the Chamonix guides to develop their activity. In fact, he was one of the people behind setting the standards high for aspiring mountain guides, and had the local government change the rules of the Compagnies des Guides. Loppé also participated in rescue missions and helped collect money for families that were suffering from mountaineering accidents.

Gabriel Loppé passed away in 1913, having remained in Chamonix until 1912. Fascinated and enthralled by the setting, he grasped, at the very beginnings of mountain tourism, the uniqueness of this sublime environment. Through his art, he communicated his fascination, and he continues to fascinate.

Gabriel et Elisabeth Loppé face aux glaciers des Bossons et de Tacconnaz, photographie, sans date, collection particulière.  
*Gabriel and Elisabeth Loppé facing the Bossons and Tacconnaz glaciers. Photograph, undated, private collection.*



# Not all real estate agents are the same...



- user-friendly website
- accurate descriptions and locations
- interactive floor plans
- truly international client base
- quality photographs

Mountain Base is a real estate agency run by qualified property professionals, each with over 20 years' experience in the market.

We are part of the Knight Frank Global Network of international property consultants with 330 offices in 48 countries, including Geneva, Moscow, Dubai, Singapore and London.

Purchasers can search for our properties by GPS position or desired location via their smart phones using the Knight Frank app.

Please contact us for a free valuation if you are interested in selling your property.

**mountainbase**  
chamonix property

France +33 (0)4 50 91 78 41

UK +44 (0)20 7099 5727

[info@mountain-base.com](mailto:info@mountain-base.com)

[www.mountain-base.com](http://www.mountain-base.com)

74 Place Edmond Desailoud, 74400 Chamonix Mont-Blanc

Carte Professionnelle no. T 1497/74

# Événements **été** 2014 ✨



- 23 JUIN AU 01 NOVEMBRE Exposition photographique Les Passagers du vent, Espace Tairaz
- 27 AU 29 JUIN Marathon du Mont-Blanc
- 29 JUIN AU 06 JUILLET Chamonix Mountain Festival
- 01 JUILLET AU 02 NOVEMBRE Exposition Alpes Encres de Chine, musée Alpin
- 05 JUILLET Les Foulées du Sel, le lendemain de la transhumance
- 05 AU 19 JUILLET Festival baroque du pays du Mont-Blanc
- 10 AU 12 JUILLET Coupe du monde d'escalade
- 27 JUILLET ET 24 AOÛT Les Z'arts dans la rue
- 28 JUILLET AU 03 AOÛT CosmoJazz Festival
- 06 AOÛT FIFO festival de danse folklorique
- 09 ET 10 AOÛT Journées minéralogiques de Chamonix
- 15 AOÛT Fête des guides de Chamonix
- 13 JUILLET AU 17 AOÛT Festival des Heures d'Orgue
- 25 AU 31 AOÛT The North Face Ultra Trail du Mont-Blanc
- 30 ET 31 AOÛT Village des savoir-faire du Mont-Blanc, foire artisanale
- 13 ET 14 SEPTEMBRE Tour du Mont-Blanc des vieilles voitures
- 21 SEPTEMBRE Combat de Reines
- 28 SEPTEMBRE Trail des Aiguilles Rouges



**SIEMENS**

Des designs élégants où se cache  
une technologie de pointe.

[siemens-home.fr](http://siemens-home.fr)

Du 15 avril au 15 juillet 2014

**70 ou 250€**  
remboursés pour l'achat  
d'1 ou 3 appareils Siemens.\*

Du 15 avril au 30 septembre 2014

**50 ou 70€**  
remboursés pour l'achat  
d'1 appareil Siemens.\*

Des offres à découvrir chez votre revendeur.

**CONFORT ELECTRIQUE**  
*L'électroménager de qualité*

**LES HOUCHES**  
23 route de Taconnaz  
04 50 91 38 95  
[confortelectrique@wanadoo.fr](mailto:confortelectrique@wanadoo.fr)

\*Offre valable sur une sélection d'appareils. Voir modalités complètes chez votre revendeur.



## Atmosphère

Au cœur de la trépidante place Balmat de Chamonix, le restaurant Atmosphère vous accueille pour le dîner comme pour le déjeuner, dans une chaleureuse salle ou dans la véranda surplombant l'Arve et avec vue sur le massif du Mont-Blanc. La cuisine, dirigée par le chef Ludovic Lafont, allie tradition gastronomique française et simplicité de la cuisine savoyarde. Fondues, pierre chaude et autre tartiflettes ne sont pas de reste tout comme les filets de féra du lac, la sole « petit bateau » meunière ou grillée, le pain perdu de la maison ou les profiteroles au chocolat. L'établissement est aussi réputé pour sa cave de plus de 300 références, des vins de petits producteurs, aux grands crus du vignoble français. Un joli panel de vins servis au verre, tels que le Muscat de Rivesaltes ou un Sainte Croix du Mont, est aussi proposé ainsi qu'une collection de Porto allant jusqu'à plus de vingt ans d'âge.

### Suggestions :

- Salade « Atmosphère » au saumon fumé et gambas grillées.
- Ravioles de langoustines au basilic et émulsion de crustacés.
- Carré d'agneau persillé.
- Rôti et petit jus parfumé au thym.
- Croquant au chocolat, mousse aux fruits exotiques.
- *Atmosphère" salad with smoked salmon and grilled king prawns.*
- *Langoustine ravioli with basil and shellfish emulsion.*
- Rack of lamb with parsley.
- *Chocolate biscuit and tropical fruit mousse.*

*At the heart of the lively Place Balmat in Chamonix, the Atmosphere restaurant welcomes guests for lunch or dinner in the dining room or on the veranda set above the river and with views of Mont Blanc. Chef Ludovic Lafont serves dishes that are a blend of French gastronomy traditions and the simplicity of mountain food. Fondues or tartiflettes are available as well as freshwater fish, homemade French toast or les profiteroles au chocolat.*

*The restaurant is famed for its cellar with over 300 different wines. A fine selection, including Muscat de Rivesaltes and a Sainte Croix du Mont, is served by the glass. The port collection offers wines of up to twenty years of age.*

# GUIDE

Restaurants,  
Bars,  
Bien-être  
& spas

123 place Balmat, Chamonix.  
[www.restaurant-atmosphere.com](http://www.restaurant-atmosphere.com)  
Tél. : 04 50 55 97 97



## Les Cheserys

En ce restaurant situé en plein cœur d'Argentière, on découvre notamment sur la terrasse avec vue sur la chaîne du Mont-Blanc, une cuisine évolutive entièrement faite maison. Face au glacier d'Argentière, on peut aussi s'accorder ici une pause ensoleillée dans la journée, pour boire un verre. Dans la salle chaleureuse au décor montagne mais moderne, on trouve une ambiance décontractée, un accueil soigné, et on apprécie une carte originale mitonnée à base de produits de grande qualité, soigneusement sélectionnés et identifiés. L'agneau est d'Aragon, le confit de canard du Sud-Ouest et les spécialités sont savoyardes. Bien sûr, tous les desserts sont faits maison, comme le reste. Belle carte de vins, variée et accessible.

### Suggestions :

- Bœuf Black Angus d'origine américaine.
- Pluma de Pata Negra de Salamanque.
- Confit de Canard Label Rouge du Sud-Ouest.
- Noix de Saint-Jacques.
- American Black Angus beef.
- Pata Negra Pluma from Salamanca.
- Confit of Duck from the South-West.
- Scallops.

*This restaurant in the heart of Argentière offers a lovely terrace with views over the Mont Blanc massif and delicious, home-made food. Across from the Argentière glacier, it is also an ideal stop for a drink during the day. The welcoming dining room is decorated in a modern mountain style, and the menu is filled with quality products, carefully selected and labelled. The lamb is from Aragon, the duck from the south-west of France and the specialities local. Of course, all desserts are home-made, just like the rest. A varied wine list at reasonable prices.*

*Open non-stop from 10am to 10pm. Lunch served from 12pm to 2.30pm, evening meals from 6.30pm to 10pm. Advance booking recommended.*

285, rue Charlet Straton, Argentière.

Ouvert non-stop de 10h à 22h.

Déjeuner servi de 12h à 14h30,

dîner de 18h30 à 22h.

Réservation conseillée.

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

Tél. : +33 (0)4 50 18 23 48



## La Ferme des 3 Ours

Une escale gourmande à ne pas manquer, un petit coin de paradis niché en haute vallée de Chamonix, un intérieur chaleureux, et surtout une magnifique terrasse sur laquelle vous dégusterez des mets régionaux généreusement servis avec sourire, bonne humeur et professionnalisme par l'équipe de Bruno et Nadia. Fondue, raclette au feu de bois, croûte, tartiflette, mais aussi bœuf charolais et autres gourmandises salées ou sucrées proposées midi ou soir, en intérieur ou en extérieur.

### Suggestions :

- Terrine de foie gras maison.
- Tartare de bœuf charolais coupé au couteau.
- Carré d'agneau à la tomme.
- Magret de canard au miel d'acacia.
- Ici, ce n'est pas un café gourmand, mais un café de vrai gourmand que l'on vous sert!
- Homemade foie gras.
- Handcut beef tartar.
- Rack of lamb with tomme cheese.
- Acacia honey duck breast.
- And a gourmet coffee to round off.

*A food stop not to be missed. A little haven tucked away at the top of Chamonix Valley with a welcoming interior and a beautiful terrace. Try one of the regional dishes served in a friendly and professional manner by Bruno and Nadia's team. Fondues, raclette and tartiflette, but also steak and other delicious food both lunchtimes and evenings, indoors or al fresco.*

Le plan droit, Vallorcine.

Grand parking attenant au restaurant accessible toute l'année. Réservation souhaitée.

[www.restaurant-laferme-des3ours.com](http://www.restaurant-laferme-des3ours.com)

Tél. : +33 (0)4 50 54 63 06



## Le Bistrot

C'est toujours au rez-de-chaussée de l'hôtel Morgane que Le Bistrot, dirigé par le chef étoilé Mickaël Bourdillat, prodigue ses merveilles. Le maestro de la gastronomie a choisi d'étonner encore plus ses convives en changeant la carte tous les quinze jours. Une carte qui donne la vedette aux produits nobles et d'origine certifiée, une cuisine moderne et créative respectueuse des produits de saison. Quant à Valéry Allard, le responsable du restaurant, il saura faire apprécier la très belle carte de vins de l'établissement. Le Bistrot, c'est aussi un bar, appréciable l'après-midi pour une pause thé ou café, ou à l'heure de l'apéritif, agrémenté d'un verre de vin ou d'un cocktail et d'une assiette de fromages ou de charcuterie de pays.

### Suggestions :

- Menus dégustation à 55 € (3 plats et dessert) 70 € (4 plats, fromage et dessert) ou 85 € (5 plats, fromage et dessert).
- À midi, formule classique, plat du jour et dessert à 20 €.
- Sample menus at 55€ (3 dishes and dessert), 70€ (4 dishes, cheese and dessert) or 85€ (5 dishes, cheese and dessert).
- Lunchtime menu with dish of the day and dessert at 20€.

*It's at the ground floor of the Morgane Hotel that Le Bistrot with star chef Mickaël Bourdillat continues to produce delicious meals. The master of gastronomy has decided to be even more avant garde by changing his menu every two weeks. The menu centres on excellent raw ingredients and seasonal food. Valéry Allard is the restaurant manager, and he knows exactly what wine goes with what dishes. Le Bistrot is also a bar, where you can have a tea or coffee in the afternoon and a good glass of wine or your favourite cocktail and cheese and cold cut meat platters in the evening.*

Mickaël Bourdillat

151, av. de l'Aiguille du Midi,

Chamonix.

Tél. : +33 (0)4 50 53 57 64





## Le A

Quel plaisir de profiter du panorama à couper le souffle qu'offre la terrasse du restaurant le «A»! Dans le cadre somptueux de l'hôtel les Aiglons\*\*\*\* Resort & Spa, entre la piscine extérieure chauffée toute l'année, le jardin et la vue imprenable sur le mont Blanc, profitez en toute simplicité de la cuisine du chef David Cochereau. Entre raffinement, créativité et traditions françaises relevées de saveurs d'ailleurs, ce dernier vous fera savourer les produits qu'il aime. Le «A», restaurant entièrement rénové à l'automne 2013, est le cadre idéal pour vous retrouver entre amis ou en famille, pour partager des moments propices à la détente et au plaisir.

### Suggestions :

- Gaspacho de tomates et mozzarella Buffala.
- Cascade de fruits rouges et mascarpone en coque de chocolat.
- Le «vrai Hamburger maison» du Chef.
- Le «A» propose la formule Lunch and Spa à 25,50 € : entrée + plat ou plat + dessert, accès à la piscine, Hammam et Sauna extérieur.
- Tous les jeudis soirs, venez nombreux pour l'apéro rosé!
- Tomato gazpacho with buffalo mozzarella.
- Red berry and mascarpone cascade in a chocolate shell.
- The Chef's "genuine homemade burger".
- Le "A" offers a Lunch and Spa menu at 25.50€ : starter+main or main+dessert with access to the pool, hammam and outdoor sauna.
- Come along for a rosé aperitif party each Thursday!

*What a privilege to enjoy the breathtaking views of the terrace at Le "A"! In a grand setting between the heated outdoor pool, garden and sumptuous view of Mont Blanc, you can sample chef David Cochereau's cooking. Refined, creative cuisine based on classic French food spiced up with international flavours. Le "A" was entirely refurbished in the autumn of 2013 and is ideal for a meal out with friends or family in a relaxing atmosphere.*

270, av. de Courmayeur, Chamonix

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

Tél. : +33 (0)4 50 55 90 93



## Albert 1<sup>er</sup>

Ambiance contemporaine pour le restaurant gastronomique Albert 1<sup>er</sup>, deux macarons au Guide Michelin. Belle histoire de famille depuis cinq générations. Pierre Maillet, chef de cuisine perpétue la tradition de la maison dans le respect du goût et des produits de saison. Les menus invitent à un tour d'horizon des mets les plus nobles des grandes régions gastronomiques. Les produits des Savoie côtoient ceux du Piémont; dans l'assiette se retrouve également une touche méditerranéenne. L'équipe de sommeliers propose de belles découvertes. L'une des plus belles caves de la région. L'apéritif et le digestif peuvent se prendre au QuartzBar, avec une ambiance «live lounge music». Un établissement de prestige pour un moment de délice en toute simplicité.

### Suggestions :

- Langoustines juste saisies à la vinaigrette de verveine. Canette laquée en croûte d'orange, amande, coriandre et citron confit.
- Risotto à la truffe blanche d'Alba (l'automne). Soufflé chaud à la Chartreuse verte, glace Chartreuse.
- Midi, formule à 39 €, le soir à partir de 60 €. Menu dégustation à 156 €.
- À découvrir : matinée piscine et déjeuner gourmet à 75 €.
- Seared langoustine with a verbena dressing.
- Duck lacquered in an orange crust, almonds, coriander and lemon preserve.
- Risotto with white Alba truffle (in the autumn).
- Warm green Chartreuse soufflé, Chartreuse ice cream.
- Lunchtime menus from 39€, Evening menus from 60€.
- Taster menu at 156€.
- New package : 'Morning swim and Gourmet lunch' at 75€.

*The Albert 1<sup>er</sup> gastronomic restaurant with 2 Michelin stars proposes a contemporary ambience. A family-run business, spanning 5 generations. Pierre Maillet is the chef who keeps the tradition alive, favouring flavour and seasonal produce. The menus are a grand tour of dishes from the best gastronomic regions. A mix of Savoie and Piedmont produce, but also with a touch of the Mediterranean. The sommeliers will be delighted to help you discover some of the finest wines from one of the best wine cellars in Chamonix.*

Hameau Albert 1<sup>er</sup>, 38 rte du Bouchet, Chamonix.

En saison creuse, le Hameau Albert 1<sup>er</sup> offre une nuit d'hôtel pour ceux qui choisissent le menu dégustation accompagné de sa sélection de vins (offre soumise à conditions).

[www.hameaualbert.fr](http://www.hameaualbert.fr)

Tél. : +33 (0)4 50 53 05 09



## La Maison Carrier

Aux abords du Hameau Albert 1<sup>er</sup> se dresse la silhouette imposante de l'ancienne ferme du restaurant La Maison Carrier. La famille Carrier-Maillet qui dirige l'établissement hôtelier commande aussi aux destinées du restaurant de pays dont la cuisine paysanne et montagnarde est revisitée par le chef Stéphane Gassot. Dans les salles en vieux bois à la haute cheminée, véritable hommage à l'architecture de montagne, on redécouvre les plats d'antan, les spécialités au fromage, et les desserts de nos grands-mères. Chaque jour, une viande cuite à la rôtisserie devant le feu de l'immense cheminée de la Maison. Serge Ratton, responsable de salle saura vous dévoiler les découvertes, mais également les grands noms de sa carte des vins. La Maison Carrier vous accueille aussi à l'heure du goûter.

### Suggestions :

- Salade de légumes croquants et herbes du jardin, copeaux de parmesan.
- Boudin noir fait maison et carti à la Chirve (poires, pommes de terre et lard).
- Carré d'agneau rôti dans la cheminée.
- Quenelles de brochet et écrevisses du Léman.
- Fondant au chocolat, îles flottantes, tarte aux poires...
- Midi, menus à partir de 20 €; le soir à partir de 31 €.
- Crunchy vegetable and garden herb salad, parmesan shavings.
- Homemade black pudding with pears, potatoes and bacon.
- Rack of lamb roasted in the open fire.
- Lake Lemman pike and crayfish dumplings.
- Chocolate cake, îles flottantes, pear tart.
- Lunchtime menus from 20€, Evening menus from 31€.

*On the other side of the Hameau Albert 1<sup>er</sup> grounds, sits the impressive old farmhouse, home to 'La Maison Carrier' restaurant. Along with the Hameau Albert 1<sup>er</sup>, the Carrier-Maillet family also run this authentic, traditional restaurant where mountain dishes are revisited by chef, Stéphane Gassot. In the old wooden dining room with its impressive chimney built in true mountain tradition, one can rediscover classic dishes, cheese specialities, old-fashioned desserts...and meat, spit-roasted in the open fire. In the summer, lunchtimes can be enjoyed on a shaded terrace facing Mont Blanc with a buffet of appetizers. La Maison Carrier also welcomes you for afternoon tea and cakes.*

Hameau Albert 1<sup>er</sup>, 44 rte du Bouchet, Chamonix.

[www.hameaualbert.fr](http://www.hameaualbert.fr)

Tél. : +33 (0)4 50 53 00 03



## Le Carlina

Situé en plein cœur de Chamonix, le Carlina vous offre une cuisine créative et raffinée dans un cadre chaleureux. De midi à 23 heures, cette brasserie fort appréciée des locaux propose des poissons frais grillés, mais aussi des spécialités savoyardes et des viandes dorées dans la rôtisserie qui saura satisfaire les palais des plus gourmands. L'équipe dynamique, pilotée avec brio par Stéphane, vous conseillera avec professionnalisme, pour le plus grand bonheur de vos papilles. Assis face à la chaîne du Mont-Blanc, profitez de la terrasse ensoleillée et des mets concoctés au rythme des saisons. Assiettes fraîches et copieuses, service personnalisé, atmosphère conciliant le respect du terroir et des hauts lieux de la gastronomie, rejoignez-nous au Carlina pour une expérience mémorable.

### Suggestions :

- Poissons frais, filets de perche, cuisses de grenouille.
- Menu du jour le midi à 17,80 € (entrée + plat ou plat + dessert).
- Spécialité de fromage et menu enfants.
- Fresh fish, fillet of perch, frog's legs.
- Lunch menu at 17.80€ (starter+main or main+dessert).
- Cheese specialities and children's menu.

*Located in the heart of Chamonix, the Carlina serves creative and refined food in a welcoming atmosphere. From lunchtime to 11pm, this bistro, popular with locals, offers freshly grilled fish as well as mountain specialities and spit-roast meat. The professional and dynamic team, managed brilliantly by Stéphane, will help you choose your perfect meal. The sunny terrace faces the Mont Blanc massif, and the dishes are freshly prepared with generous portions. The personal welcome and the local flavours with a note of gastronomy will make your food experience at the Carlina a memorable part of your holiday.*

*Non-stop service from 11am to 11pm, open daily.*

76, av. Michel Croz, Chamonix.  
Service non-stop de 11h à 23h, ouvert tous les jours.

[www.carlina-chamonix.com](http://www.carlina-chamonix.com)

Tél. : +33 (0)4 50 53 18 98



## L'Épicerie du Midi

Ouverte depuis le 23 décembre à côté de l'hôtel l'Héliopic Sweet & Spa 4 étoiles Chamonix Mont-Blanc, L'Épicerie du Midi propose, à toute heure de la journée, une restauration rapide ainsi qu'une miniboutique. Breakfast, lunch et boissons s'emportent ou se savourent sur place face à l'Aiguille du Midi. Les amateurs de « prêt-à-déguster » trouveront en ce temple de la restauration nomade, des produits naturels et des recettes du jour composées d'ingrédients de saison. Wraps, cookies, muffins, salades, sandwiches inventifs et généreux, jus de fruits naturels, soupes fraîches, smoothies, la carte est équilibrée et le dépaysement compris. Dans un lieu design et chaleureux, où les jambons suspendus cohabitent avec un mobilier contemporain, on se laisse tenter par un café light ou corsé, un vin chaud revisité, un cappuccino à l'italienne que l'on apprécie aussi en terrasse. Une cafétéria néo-rétro qui pourrait devenir l'adresse pratique et incontournable du centre de Chamonix.

### Suggestions :

Au mini-market de l'Épicerie on trouve : de la charcuterie et des fromages à la coupe, des crèmes glacées Ben & Jerry, tous les accessoires et articles indispensables à la montagne : thermos, piles, stick lèvres...

*At the minimarket, you'll find: cold cut meats and cheese, Ben & Jerry's ice-cream, and a range of useful accessories and equipment for the mountains such as thermos flasks, batteries and lip balm.*

*Open since December 23, next to the 4 star hotel Heliopic Sweet & Spa, L'Épicerie offers healthy fast food throughout the day, as well as a mini-market. Breakfast and lunch can be taken away or eaten on site, opposite Aiguille du Midi. Seasonal products and natural ingredients are sold as wraps, cookies, muffins, salads, delicious sandwiches, fresh juice, soups or smoothies. With a welcoming and contemporary design, modern furniture and whole hams hanging from the ceiling, this café could well become the most practical and inspiring place to stop for a coffee or a homemade glühwein in the centre of Chamonix.*

*Free WiFi. Open daily from 7am to 4pm.*

50, place de l'Aiguille du Midi, Chamonix  
Wifi en libre accès gratuit.  
Ouvert tous les jours de 7h à 16h.

[www.heliopic-hotel-spa.com](http://www.heliopic-hotel-spa.com)

Tél. : +33 (0)4 50 54 55 56



## La Table des Granges

Notre restaurant vous propose son menu des Granges et son menu Veste Blanche en fonction des produits de saison, ainsi qu'une carte de nos meilleures recettes. Spécialités savoyardes toute l'année. Ambiance détendue, vue panoramique sur les aiguilles de Chamonix, grande terrasse extérieure. Pensez également à notre formule exclusive Spa & Lunch à 37 € disponible toute l'année (2 heures d'accès au spa + menu des Granges). Formules spa & dîner et afternoon tea & spa également disponibles. Pour votre confort, réservations recommandées.

### Suggestions :

- Menu à partir de 29 €, formule déjeuner 2 plats à 21 €.
- Spa & lunch à 37 €, spa & dîner à 52 €.
- Formule spéciale les dimanches midis à 25 €: la broche des Granges ou BBQ selon la saison.
- Set menus from 29€, lunch menu with two dishes at 21€.
- Spa & Lunch 37€, Spa & Dinner 52€.
- Special Sunday lunch menu at 25€: Les Granges roast or BBQ according to season.

*The two different set menus with seasonal produce and the à la carte menu with the kitchen's very best recipes will inspire you, just as the mountain specialities available throughout the year. The atmosphere is relaxed and the panoramic views over the surrounding peaks can be admired from the large terrace. You can also try the Spa & Lunch package at 37€ (2 hours' spa access and Menu des Granges). Spa & Dinner and Afternoon tea & Spa also available. Book in advance to avoid disappointment.*

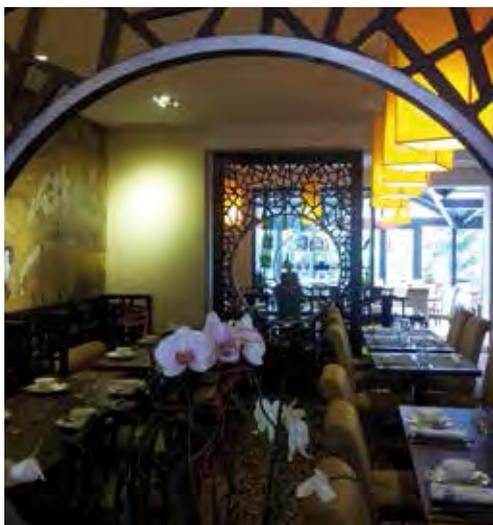
*The restaurant is open lunchtimes and evenings, Wed-Sun in low season and daily in July and August.*

Route des Chavants, Les Houches.

Restaurant ouvert le midi et le soir du mercredi au dimanche en basse saison et tous les jours juillet et août.

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

Tél. : +33 (0)4 50 54 65 36



## Chez Yang

Le traditionnel restaurant de cuisine chinoise de Chamonix, honorable institution au pied du mont Blanc depuis 1991, a totalement fait peau neuve. Désormais, c'est dans un cadre asiatique contemporain, épuré et design, que vous pourrez déguster les délices de la famille Yang, originaire de Shanghai. C'est dans cette ambiance chic et tendance, ou sur la terrasse chauffée au bord de l'Arve, que vous pourrez vous régaler du véritable canard laqué pékinois servi en deux fois, du fameux poulet croustillant à la sauce au gingembre et de quelques spécialités thaïlandaises à la citronnelle. Un restaurant gastronomique aux mets délicats et raffinés, qui propose aussi la vente à emporter.

Suggestions :

- Large choix de spécialités à la vapeur.
- Plats thaïlandais.
- Bœuf à la mongole sur plaque chauffante.
- Langoustine sauce impériale.
- Cuisses de grenouilles à la sauce piquante.
- Filets de canard au Satay.
- Wide range of steamed specialities.
- Thai dishes.
- Mongolian style beef on a heated slab.
- Langoustine with imperial sauce.
- Frog's legs in a spicy sauce.
- Satay fillet of duck.

*This traditional Chinese restaurant in Chamonix, set at the foot of Mont Blanc since 1991, has had a complete facelift. The delicious food by the Yang family, from Shanghai, is now served in a contemporary Asian décor. Enjoy the food indoors or on the heated terrace by the Arve river, crunchy ginger chicken, traditionally served Peking duck or Thai dishes with lemongrass. A gourmet stop with delicate and refined food, which is also available to take away.*

17, rue du Docteur Paccard, Chamonix.  
Ouvert tous les jours midi et soir. Accueil jusqu'à  
minuit. Service de groupe.

Tél. : +33 (0)4 50 53 18 35



## La Calèche

En plein cœur de Chamonix, lieu authentique de la restauration Savoyarde depuis sa création en 1946 par pépé Luc, la calèche vous transporte dans l'univers Chamoniard d'antan, dans un décor aux multiples objets tout droit sorti des greniers de nos grands-mères. Plus qu'un restaurant La Calèche est un véritable musée du temps jadis. En cette maison des spécialités savoyardes, on trouve toutes sortes de fondues, tartiflettes et autres gratins de crozets. À La Calèche, la raclette est servie à l'ancienne, en demi-roue et la charcuterie présentée sur une ardoise. Le ton est donné, authenticité et convivialité font de cet établissement de cuisine traditionnelle régionale, un incontournable lors de son séjour en montagne.

Suggestions :

- Spécialités savoyardes et recettes du Valais et du Val D'Aoste.
- Voyage culinaire dans l'histoire de la Savoie d'hier aux saveurs d'aujourd'hui.
- Mountain specialities, as well as local recipes from the surrounding valleys.
- A culinary journey from the Savoie of the past to the flavours of today.

*In the heart of Chamonix, this restaurant was created by grandpa Luc in 1946 and will take you for a tour in old day Chamonix. The dining room is decorated with a fascinating collection of traditional objects rescued from barns and attics. Specialising in mountain food, you'll find a wide range of fondues, tartiflettes and other local dishes, served in traditional manner. La Calèche has an authentic and friendly atmosphere and is a must stop during your stay in Chamonix.*

*Non-stop service from 12pm to 11pm.*

18, rue du Docteur Paccard, Chamonix.  
Service continu de 12h à 23h.

[www.restaurant-caleche.com](http://www.restaurant-caleche.com)

Tél. : +33 (0)4 50 55 94 68



## La Cabane des Praz

C'est une des adresses les plus cosy de Chamonix. Un chalet de rondin, un intérieur design, une cheminée entre tradition et modernité, des canapés posés sur des tapis en peau de vache, un lieu plaisant, situé dans un havre de paix, à côté du golf, face au massif du Mont-Blanc que l'on admire de la terrasse. Côté cuisine, le chef Denis Leclair propose une carte semi-gastronomique sans oublier les spécialités régionales : fondues, tartiflettes, pierrades et l'assiette du golfeur servie à toute heure. La Cabane s'impose aussi comme un bar pour une pause feutrée l'après-midi ou à l'heure de l'apéritif. Depuis l'été dernier, la Petite Cabane propose un service continu de snacking élaboré, à toute heure de l'après-midi.

Suggestions :

- Agneau de 7 heures confit, jus au miel et thym.
- Noix de Saint-Jacques et risotto aux truffes.
- Sole meunière et grand choix de viandes.
- Formule midi à 21 € (3 entrées et 3 plats au choix).
- Lamb confit with honey and thyme jus, scallops with truffle risotto, sole meuniere and a wide range of meat cuts.
- Lunchtime menu at 21€ (selection of 3 starters and 3 main courses)

*One of the most intimate restaurants in Chamonix, the log cabin with its contemporary interior design and fireplace is in a quiet spot near the golf course, facing the Mont Blanc massif. Chef Denis Leclerc offers semi gastronomic food, but also classic regional dishes and a golfer's platter served throughout the day. La Cabane is also a stylish lounge bar, ideal for the afternoon or early evening. In the Petite Cabane, you will find a variety of delicious light meals throughout the afternoon.*

*Extended lunch service from 12pm to 3pm.*

Route du golf, Chamonix.  
Service déjeuner prolongé de 12 à 15h.

[www.restaurant-cabane.com](http://www.restaurant-cabane.com)

Tél. : +33 (0)4 50 53 23 27



## Le Cap-Horn

Un seul lieu magique, unique, trois ambiances pour une soirée inoubliable... c'est la promesse du Cap Horn. Vous naviguerez entre mer et montagne dans un décor atypique, entre bateaux et vieux bois de chalet d'alpage. Vous dégusterez une cuisine du monde mettant les poissons et les spécialités de montagne à l'honneur. Ceviche, makis, sushis répondent aux fondues, tartiflettes et autres pierrades et se savourent dans un lieu spacieux, imaginé sur plusieurs niveaux, si cosy que l'on se sent comme à la maison. Si bien que, le repas terminé, on prolonge la soirée quelques marches plus bas aux Caves autour d'une bouteille de champagne.

### Suggestions :

- Sushi et maki (également à emporter).
- Spécialités montagnardes.
- Magret de canard laqué sauce au miel.
- Marmite du pêcheur.
- Formule midi à 19€.
- *Sushi and maki (available to take away).*
- *Mountain specialities.*
- *Crispy duck breast with a honey sauce.*
- *Fisherman's casserole.*
- *Lunchtime set menu 19€.*

*One place, three distinct atmospheres, that's the promise of restaurant Cap Horn. Sail between the seaside and the mountains with the unusual décor. World cuisine with focus on fish and mountain specialities. Ceviche, maki and sushi sit comfortably next to fondues, tartiflettes or hot stones. The spacious restaurant on several floors still has a cosy, home-away-from-home feel to it. To make the evening last, go downstairs to the Caves and why not enjoy a bottle of champagne.*

74, rue des Moulins, Chamonix.

[www.caphorn-chamonix.com](http://www.caphorn-chamonix.com)

Tél. : +33 (0)4 50 21 80 80



## Le Rosebud

Le Rosebud, cher à Citizen Kane l'aurait été à son réalisateur Orson Welles. Son chef Eric de Ganck, amoureux des plantes et des montagnes, a su donner vie à des assiettes justes et pleines de saveurs. Une cuisine contemporaine déclinée en trois thèmes : les saveurs du monde, les classiques revisités et les plats régionaux. Un moment de détente dans un lieu magique, loin de la foule et de l'agitation, avec une cave qui réserve quelques belles surprises et un service de qualité. Réservations fortement recommandées.

### Suggestions :

- Ravioles végétales d'écrevisses du Léman, orange, safran et pomme verte.
- Dos d'agneau fermier cuit sur l'os en croûte aromatique.
- Chocolat croustillant, mangue et pain d'épices.
- *Lake Geneva crayfish ravioli with orange, saffron and green apple.*
- *Farmyard saddle of lamb in a herb crust.*
- *Chocolate crunch with mango and gingerbread cake.*

*Chef Eric de Ganck loves plants and mountains and has mastered the art of balanced dishes full of flavour. Three main themes on the menu: world cuisine, classic dishes and regional food. Relax in this unique place and enjoy the wine menu that includes some real gems. Advance booking strongly recommended.*

Route du Chapeau, Le Lavancher, Chamonix.

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

Tél. : +33 (0)4 50 54 03 76



## Le Crystal

Dans un cadre intimiste et délicat, découvrez notre restaurant gastronomique au sein de notre établissement Les Granges d'en Haut : le Crystal. Les gourmets seront séduits par l'expérience gastronomique et unique offerte par Fabrice Taulier, chef étoilé, passionné et créateur de saveurs. Tous nos mets sont concoctés avec des produits régionaux et de saison. Un service élégant et attentionné sous la direction de Ludovic Mailletas, voilà la promesse d'expériences exceptionnelles dans un luxe inégalé.

### Suggestions :

- Grande carte de vins.
- La plus grande carte de champagne de la vallée.
- Produits de saison et fournisseurs locaux.
- Service de navette gratuite sur demande à partir de 4 personnes.
- *Excellent wine list with a wide choice.*
- *Widest selection of champagne in the valley.*
- *Seasonal produce and local suppliers.*
- *Free shuttle service on demand and for 4 people minimum.*

*In an intimate setting, explore the gastronomic restaurant that is part of Les Granges d'en Haut : Le Crystal. Food lovers will be bowled over by the unique culinary experience offered by star chef Fabrice Taulier. Passionate about his profession, he has a singular, creative spirit. All dishes are made using seasonal, regional produce. Add the impeccable service supervised by Ludovic Mailletas and you have a promise of an exceptional experience in a luxurious environment.*

*The restaurant is closed Sun, Mon, Tue in low season.*

*Open all evenings in July and August.*

Route des Chavants, Les Houches.

Restaurant fermé les dimanches, lundis et mardis en basse saison. Ouvert tous les soirs en juillet et août.

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

Tél. : +33 (0)4 50 54 65 36



## Le Mont-Blanc

Le Mont-Blanc, qui a ouvert ses portes après deux ans de travaux, invite à partager des expériences gastronomiques inoubliables dans un cadre spectaculaire. Sous la houlette de Guy Martin, chef du Grand Vefour à Paris, Fabrice Gouret officie derrière les pianos de cet établissement dirigé par la famille Taittinger. Il y dévoile une cuisine du marché, raffinée et généreuse. En vedette, le produit, toujours de saison, sublimé au travers d'assiettes contemporaines et colorées aux saveurs transalpines : foie gras poêlé, asperges blanches et vertes jutes rôties, en chaud-froid et éclats de cajou ; pigeon cuit doucement, épeautre à l'orientale et jus tajine ; agneau de l'Aveyron en déclinaison, tomates farcies au fenouil, polenta croustillante et jus à la réglisse... En salle, Antoine Rouvier, grand spécialiste des vins de Savoie, et son équipe vous accueillent dans une ambiance chic et décontractée et vous font découvrir une carte des vins d'environ 400 références (à partir de 30 €).

### Suggestions :

- Bar de ligne au caviar Kristal, émulsion iodée ; Homard rôti gnocchi citron, artichauts barigoule et côtes de sucre ; Soufflé au Ratafia et sorbet Champagne rosé.
- Le midi, menu à 23 € et 29 €, le soir, menus à 46 €, 72 €, 95 €.
- Sea bass with Kristal caviar, iodine emulsion ; Roast lobster with lemon gnocchi, barigoule artichokes and gem lettuce stalks ; Ratafia soufflé with pink champagne sorbet.
- Lunchtime set menus at 23€ and 29€ ; Evening set menus at 46€, 72€, 95€.

*The Mont-Blanc restaurant has opened after two years of renovation work and greets you in a welcoming and spectacular setting, offering a culinary experience beyond the ordinary. Chef Fabrice Gouret offers seasonal cuisine, both refined and generous. The raw ingredient takes pride of place and is beautifully complemented with contemporary flavours: Pan-fried foie gras, white and green asparagus with cashew slivers; gently cooked pigeon, oriental spelt wheat, tajine jus; Version of Aveyron lamb, fennel stuffed tomatoes, crunchy polenta and liquorice jus... Antoine Rouvier will look after you in an elegant, yet relaxed atmosphere. A specialist in local wine, he will guide you through the wine list with nearly 400 entries (from 30€). Open in the evenings from 7.30pm. Closed Mondays. Open lunchtimes from mid-June to mid-September.*

62, allée du Majestic, Chamonix.  
Restaurant ouvert le soir à partir de 19h30 ; le midi de mi-juin à mi-septembre. Fermeture le lundi.

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

Tél. : +33 (0)4 50 55 35 46



## Le Café Comptoir des Chalets du Plane

Un lieu, une âme... Niché en plein cœur du village de Vallorcine, le Café Comptoir est un lieu où l'on aime l'authenticité... Les plats, préparés dans la cuisine «atelier» ouverte sur la salle, y sont savoureux, appliqués, composés de produits frais transalpins, travaillés du jour. On y sert, entre autres, de grandes salades vitaminées, le «Mystère», spécialité de la maison composée de reblochon fondu aux morilles et trompettes-de-la-mort, ou bien une côte de bœuf généreuse, servie avec légumes frais, croquants... L'ambiance est celle de ces moments précieux que l'on affectionne : déguster un bon petit plat mijoté « maison » entre amis, ou une spécialité revisitée, en amoureux à la lueur des bougies après une belle randonnée, découvrir un artiste de la région venu exposer ses toiles, ou même écouter une chanteuse de blues au soleil en admirant les Aiguilles Rouges... bref, ne pas donner prise au temps, laisser divaguer son esprit en contemplant le lustre à pampilles...

### Suggestions :

- À midi, carte et cuisine du jour maison (entrée, plat et dessert à 17 €).
- Le soir, carte et spécialités revisitées (entre 16 et 32 €).
- À toute heure, pâtisseries et desserts maison.
- Lunchtime: A la carte or menu of the day (starter, main and dessert, 17€).
- Evenings: A la carte or mountain specialities with a twist (from 16 to 32 €).
- All day: Homemade pastries and desserts.

*A place with soul... Set in the heart of the village of Vallorcine, Le Café Comptoir values the authentic. All meals are prepared in the workshop kitchen, visible from the dining room. Full of flavour and lovingly prepared with fresh produce from the area. Try one of the vitamin-packed salads, or "Le Mystère", a house speciality of melted reblochon cheese with morels and black trumpet mushrooms, or perhaps a rib steak with fresh vegetables. The restaurant has a homely feel and is ideal for enjoying a "home-cooked" meal with friends, trying a local speciality with a twist or sharing a candle-lit dinner with someone special after a day of hiking in the mountains. You can also admire the work of local artists exhibiting their work or listen to live music whilst taking in the view of Aiguilles Rouges. Open daily. Advance booking recommended.*

Le Plan Envers, Vallorcine.  
Ouvert tous les jours. Réservation préférable.

Tél. : +33 (0)4 50 18 72 43



## L'Auberge du Bois Prin

La terrasse de l'auberge du Bois Prin, l'un des plus beaux endroits du monde et la cuisine est à la hauteur ! La charmante et passionnée équipe de Denis Carrier au service de votre gourmandise vous fera découvrir les produits et les vins savoyards. La cuisine généreuse et goûteuse de Julien Razemon, déjà plébiscitée par les gourmets de la région, jongle avec la gastronomie contemporaine et la cuisine traditionnelle de Savoie avec l'accent du Périgord. Les herbes, fleurs, salades et légumes en provenance du grand potager bio cultivé amoureusement par Denis égayeront vos assiettes. Vous succomberez aussi aux desserts de Cyril Gérard notre technicien de la gourmandise. Un petit coin de paradis à savourer midi ou soir avec le massif du Mont-Blanc en écran géant.

### Suggestions :

- Menu 29 € le midi, 48 €, 80 €, 105 € vins compris.
- Salade santé aux herbes fleurs et légumes de notre potager bio et filet de fêra sauvage fumé au Bois Prin.
- Agneau rôti au serpolet, pommes soufflées.
- Sphère croustillante aux fruits rouges et chocolat Manjari.
- Lunchtime menu at 29€, set menus at 48€, 80€, 105€ including wine.
- Healthy salads with herbs, flowers and vegetables from our organic garden and wild fêra fillet smoked at Bois Prin.
- Roast lamb with wild thyme, souffleed potatoes.
- Crunchy sphere with red berries and Manjari chocolate.

*The terrace of the Auberge du Bois Prin might just be one of the most beautiful spots in the world and the quality of the restaurant does it perfect justice! Denis Carrier and his team are at each food lover's service and will help you discover new, local produce and wine. The tasty dishes of Julien Razemon have become popular all over the region, and are a mix between contemporary gastronomy and traditional food from the area. Herbs, flowers, lettuce and vegetables from their own, organic kitchen garden heighten the flavours and Cyril Gérard will take you by storm with one of his fantastic desserts. A piece of paradise to enjoy, live from the heart of the Mont Blanc massif.*

69, chemin de l'Hermine,  
Les Moussoux, Chamonix.  
Fermé le lundi midi, mardi midi et mercredi midi. 10 chambres, sauna et spa.

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

Tél. : +33 (0)4 50 53 33 51





## La Remise

Dans ce lieu cosy et feutré, Francine et Sébastien Vandenkoornhuysse vous proposent de savourer une cuisine raffinée. Aux fourneaux, Francine et son équipe vous concoctent une cuisine créative et respectueuse des produits de saison. Compression de foie gras maison aux noisettes, pigeon rôti raviolis de pomme de terre aux morilles, tatin aux pétales de tomates confites et gambas snackées, queue de lotte en cocotte, et côte de veau devraient réveiller vos papilles. En salle, Sébastien a choisi un cadre authentique reflétant l'âme de la maison. La pierre, le bois et la cheminée répondent aux modernes tonalités de gris. Petites tables intimistes et carte de vins étoffée... de quoi réaliser un joli voyage gastronomique. La Remise c'est aussi sa grande terrasse face à la chaîne du Mont-Blanc.

### Suggestions :

- Formule à partir de 19 € (le midi).
- Carte et menus 31 €, 43 €, 59 €.
- Foie gras en deux façons : maison cuit au torchon et l'escalope poêlée, sirupeux à la cerise burlat.
- En mi-cuit, le saumon d'Écosse Label rouge, jeunes pousses de printemps, émulsion de livèche.
- Turbot en nage de thé des Alpes, jus fin de crustacé, premiers légumes et coquillages au vert.
- Queue de lotte en croûte d'épices, sauce vierge, mousseline de pommes de terre au citron confit et beurre noisette.
- Lunchtime menu from 19€.
- Set menus at 31€, 42€, 59€ and à la carte.
- Foie gras 'au torchon' or pan-fried. Burlat cherry syrup.
- Semi-cooked Scottish salmon, salad shoots, lovage emulsion.
- Turbot in a lake of Alpine tea, fine shellfish jus, spring vegetables and shellfish with greens.
- Monkfish tail in an herb crust, sauce vierge and fine potato mash with preserved lemons and hazelnut butter.

*In this cosy restaurant, Francine and Sébastien Vandenkoornhuysse offer chic and refined dishes. Francine and her kitchen staff cook up creative food with seasonal produce. Homemade foie gras with hazelnuts, Roast pigeon and potato ravioli with morels, Tatin with crystallised tomatoes and king prawns, or perhaps the veal chops could tempt your palate. Sébastien manages the dining room, decorated in wood, stone, a contemporary grey colour scale and with a fireplace. The extensive wine list will complete your gastronomic journey. La Remise also has a large terrace facing the Mont Blanc massif. Closed Mondays.*

1124, route d'Argentière, Argentière  
Fermé le lundi

Tél. : +33 (0)4 50 34 06 96



## Les Caves

### CAVE À VIN

En quelques années, Les Caves se sont imposées comme LE lieu des soirées chamoniardes. Dès 17 heures, on s'installe sur les fauteuils club recouverts de peaux de mouton et on se laisse tranquillement porter jusqu'à l'heure de l'apéro que l'on égaye par quelques tapas, ou plateaux de sushis et de fruits de mer. Un verre de vin à la main, sélectionné par le sommelier de la maison, et l'ambiance se réchauffe très vite, portée par la plate liste du DJ. Peu à peu, les convives du Cap Horn quittent leur table et descendent aux Caves pour déboucher une bouteille de champagne et danser jusqu'à 2 heures du matin. Un lieu décalé pour débiter ou terminer votre soirée.

### Suggestions :

- Choix de vins au verre.
- Belle carte de champagnes.
- Cocktails.
- Tapas, plateaux de sushis et fruits de mer.
- Selection of wine by the glass.
- Good champagne menu.
- Cocktails.
- Tapas and sushi or seafood platters.

*In only a few years, Les Caves has become THE place to spend Chamonix evenings. From 5pm onwards, you can settle into a sheepskin covered armchair and linger for pre-dinner drinks. Tapas, sushi and seafood platters will complement a glass of wine selected by the sommelier. The DJs playlist creates a lively atmosphere, and little by little, dinner guests from Cap Horn join the party at Les Caves for a bottle of champagne and dancing until 2am. Ideal for both starting and ending an evening out in style. Open from 4pm-2am.*

74, rue des Moulins, Chamonix  
Ouvert de 16h à 2h du matin

Tél. : +33 (0)4 50 21 80 80



## Bar du Moulin

### BAR À COCKTAILS

Le Bar du Moulin, bar à cocktails bien connu de la festive rue des Moulins, ponctue un des meilleurs moments de la vie nocturne de Chamonix. Avec son style montagnard moderne, il est l'endroit idéal pour se donner rendez-vous à l'heure de l'apéritif autour d'un verre de champagne et d'une assiette de tapas locales. Un début de soirée que l'on peut aussi apprécier sur la terrasse d'été au bord de la rivière. Profitez de l'un des nombreux cocktails inventifs de la maison ou acceptez simplement de vous détendre avec un verre de vin dans cette atmosphère particulièrement conviviale. Ici, les soirées s'animent sur le tempo du DJ, des concerts et des événements spéciaux, de 16 heures à 2 heures du matin...

### Suggestions :

- Grand choix de spiritueux et de whiskys fins provenant du monde entier.
- Large gamme de cocktails, des plus classiques aux créations les plus contemporaines!
- Wide range of fine spirits and whiskys from all over the world.
- A large selection of cocktails, including some real classics and contemporary innovations!

*Bar du Moulin is a well known venue on the lively Rue des Moulins. With its contemporary mountain design, this bar is ideal for meeting up around a glass of champagne and a plate of local tapas. In the early evening, enjoy the terrace by the river. Try one of the many house cocktails or simply have a glass of wine and a relaxing moment. The evenings are lively with DJs, concerts and events, from 4pm until two in the morning.*

80, rue des Moulins, Chamonix  
Ouvert tous les jours de 16h à 2h du matin  
[www.bardumoulinchamonix.com](http://www.bardumoulinchamonix.com)

Tél. : +33 (0)4 50 18 63 27



## Spa du Mont-Blanc

AGRÉÉ CINQ MONDES

Pour des moments de bien-être divins, direction le Spa agréé Cinq Mondes de la Résidence 5 étoiles Vallorcine Mont-Blanc, véritable joyau niché au cœur de la vallée de Chamonix. Découvrez tous les rituels de soins Cinq Mondes prodigués dans l'une des trois cabines de soins et laissez-vous chouchouter par les mains expertes des praticiennes. Profitez de la piscine chauffée, relaxez-vous sur un transat en admirant la vue sur les montagnes... dépaysement garanti !

### Suggestions

- Gommage éclat à la purée de Papaye de 20 min, 45 €.
- Gommage relaxant au Monoï de 20 min, 45 €.
- Massage délassant de 20 min, 45 €.
- Bain douceur d'arômes & de fleurs de 20 min, 45 €.
- Soin anti-âge KoBiDo de 50 min, 85 €.
- Massage sublime de Polynésie de 50 min, 85 €.
- 20 minute papaya purée cleansing scrub. 45€.
- 20 minute relaxing Monoï scrub. 45€.
- 20 minute unwinding massage. 45€.
- 20 minute fragrant flower bath. 45€.
- 50 minute KoBiDo anti-age treatment. 85€.
- 50 minute Polynesian reviving massage. 85€.

*For divine moments of well-being, head for the Cinq Mondes certified spa in the 5-star Vallorcine Mont-Blanc residence, a real gem set in the heart of Chamonix Valley. Sample one of the Cinq Mondes treatments and let yourself be pampered by the expert therapists. Enjoy the heated swimming pool and relax on a deck chair whilst admiring the mountain vista... it's a whole other world! From 16 years. The spa is closed Mondays and Tuesdays in the low season.*

Résidence Vallorcine Mont-Blanc  
Accès 20 min de Chamonix.

Ouverture : 10h à 13h, 15h30 à 20h00  
À partir de 16 ans. Le Spa est fermé les lundis et mardis en basse saison.

[www.chamonix-vacances.com](http://www.chamonix-vacances.com)

Tél. : +33 (0)4 50 54 75 63



## Deep Nature Spa Les Aiglons★★★★

Ouvert à tous et situé au sein même de l'hôtel Resort & Spa des Aiglons vous pourrez faire l'expérience du bien-être alpin avec la piscine extérieure chauffée face au Mont-Blanc, les chalets hammam et sauna, l'hydrojet, le hammam intérieur avec ciel étoilé, les douches multisensorielles, la salle de fitness, et la salle de repos sans oublier les cinq cabines de soins dont une en duo pour partager des moments de détente.

### Suggestions

- Parcours bien-être (accès au Spa, plateau cosmétiques, massage sur Hydrojet - 35 €).
- Deep Nature by Hei Poa (gommage au sucre, massage Lomi Lomi, modelage visage et crâne, 75 minutes, 125 €).
- Massage BAMBOU : 50 min, 90 €.
- Well-being package (spa access, cosmetics tray, hydrojet massage - 35€).
- Deep Nature by Hei Poa (sugar scrub, Lomi Lomi massage, face and head massage, 75 minutes, 125€).
- Bamboo massage: 50 minutes, 90€.

*Open to the public and situated in the Hotel des Aiglons, enjoy some Alpine wellbeing in the heated outdoor pool facing Mont Blanc, the sauna and steam rooms in separate huts, the hydro jet, multi sensorial showers or indoor steam room with its starry ceiling. There are also 5 treatment rooms (one double), a fitness room and a relaxation lounge.*

270, av. de Courmayeur, Chamonix.  
Ouvert à la clientèle extérieure.  
[aiglons@deepnature.fr](mailto:aiglons@deepnature.fr)

Tél. : +33 (0)4 50 55 96 37



## Deep Nature Spa Le Morgane★★★★

Intimiste, rouge, brun, blanc, les couleurs chaudes donnent au lieu un caractère flamboyant et à la fois secret. Trois cabines de soins dont une cabine au sol une piscine intérieure chauffée, sauna, hammam, le spa invite à la détente dans une ambiance très sélecte. Les soins signés Naturelle d'Orient, directement inspirés des secrets de beauté des femmes orientales, vous feront découvrir une gamme de cosmétiques formulée à base d'huile d'Argan BIO et labélisée COSMEBIO.

### Suggestions :

- Soin douceur : Gommage gourmand + Enveloppement au Rhassoul de l'atlas + Modelage visage pure relaxation (60 min, 80€).
- Shiatsu (massage habillé sur futon) (55 min, 95€)
- Massage THAI (massage habillé sur futon) (75 minutes, 130€)
- Gentle treatment: Atlas Rhassoul wrap + Gourmet scrub + pure relaxation face massage (60 minutes, 80€)
- Shiatsu (clothed massage on a futon mattress) (55 minutes, 95€)
- Thai massage (clothed massage on a futon mattress) (75 minutes, 130€)

*The intimate atmosphere with warm colour tones gives a sense of secrecy and extravagance. Three massage booths, an indoor heated pool, sauna and steam room make this a relaxing establishment with an exclusive feel. Naturelle d'Orient treatment products inspired by the beauty traditions of the East offers cosmetics formulated with an organic argan oil base.*

145, av. de l'Aiguille du Midi,  
Chamonix.

Ouvert à la clientèle extérieure.

[morgane@deepnature.fr](mailto:morgane@deepnature.fr)

Tél. : +33 (0)4 50 53 13 22





## Le Bachal

LE HAMEAU ALBERT 1<sup>er</sup>

Le Bachal se trouve au cœur du Hameau Albert 1<sup>er</sup>, hôtel 5 étoiles et Relais et Châteaux à cinq minutes à pied du centre de Chamonix. Sous la charpente en vieux bois, la piscine vous invite à la relaxation. Quelques brasses face au mont Blanc vous laisseront un souvenir impérissable. Imaginez encore, un moment de détente dans le jacuzzi à côté du feu de bois, un cocktail à la main, observant les sommets enneigés de la vallée. L'équipe d'esthéticiennes s'appliquera à vous donner le soin qui vous correspond. Un spa de 300 m<sup>2</sup> qui comprend la piscine chauffée intérieure et extérieure, jacuzzi, hammam, petit mur d'escalade, trois cabines de massage avec son salon de repos ainsi qu'un sauna et salle de sport dans le bâtiment principal.

### Suggestions :

- Soins signature de l'été : Massage pour un trailer, huiles essentielles de Rhododendron et Genévrier (tonicité et tensions musculaires), 90 €.
- Ligne de cosmétiques Anne Sémonin.
- Massage aux pierres chaudes, massages détentes à partir de 55 €.
- Soins beauté visage, corps, main, pied.
- Réflexologie.
- À découvrir : Matinée piscine et déjeuner gourmet à 75 €.
- Signature spa treatment for the summer: Massage for trail runners - Rhododendron and juniper essential oils (for tonicity and muscular tension) 90€.
- Anne Sémonin cosmetics range.
- Hot stone massage, relaxing massages from 55€.
- Beauty treatments for your face, body, hands and feet.
- Reflexology.
- New package: 'Morning swim and Gourmet lunch' at 75€.

*Le Bachal is at the heart of the Hameau Albert 1<sup>er</sup>, a 5-star hotel only 5 minutes' walk from the centre of Chamonix. Relax in the pool or beneath the old, wooden beams. A few strokes overlooking Mont Blanc will leave you with lasting memories. Imagine soaking in the Jacuzzi by the open log fire, sipping a cocktail and watching the snow gently fall. A team of professional therapists will advise and help you choose the perfect treatment. A 300m<sup>2</sup> spa including heated indoor and outdoor swimming pool, Jacuzzi, steam room, climbing wall, three treatment rooms and a relaxation lounge, as well as a sauna and fitness suite in the main Albert 1<sup>er</sup> building.*

38, rte du Bouchet, Chamonix.  
Soins à partir de 45€.  
Gamme complète et tarifs sur  
[www.hameaualbert.fr](http://www.hameaualbert.fr)  
Tél. : +33 (0)4 50 53 05 09



## Spa Serenity

PARK HOTEL SUISSE

Vivez un moment hors du temps pour le plaisir des sens, dans un espace dédié à votre bien-être. Une bulle de calme et de douceur dans une ambiance feutrée et intime. Vous succomberez aux délices de ce lieu unique perché au dernier étage de l'hôtel où vous pourrez vous relaxer au jacuzzi ou dans la piscine extérieure chauffée. Testez aussi le hammam, et les saunas vitrés avec une vue sur les sommets. Et pour finir en beauté, laissez-vous aller dans un écrin de douceur entre les mains de nos professionnelles avec des soins pour toutes vos envies.

### Suggestions :

- Formules entrées au spa avec un repas au restaurant (entrée + plat ou plat + dessert) 22 € ou (entrée + plat + dessert) à 25 €.
- Nombreux soins : gommages, enveloppements, soins du visage, modelages...
- Nouveau à découvrir : Après-midi détente : 1 entrée Spa + 1 gommage au choix + 1 massage 30 min, le tout pour seulement 85 €.
- Spa and meal packages (starter+main or main+dessert) 22€ or (starter+main+dessert) 25€.
- Range of treatments: scrubs, wraps, facials, massages...
- New: Relaxing afternoon: Spa entrance + choice of one scrub + 30 minute massage, all for just 85€.

*Put time on hold and enjoy this calm and gentle cocoon with an intimate atmosphere. Let the delights of this unique top floor spa win you over and relax in the Jacuzzi or outdoor heated pool. Or why not try the hammam, or the sauna with picture windows facing the mountains. Finish off in style and let one of the professional therapists give you one of the many treatments on offer. Open daily from 10.30am to 7.30pm. Open to non-residents.*

75, allée du Majestic, Chamonix.  
Ouvert tous les jours de 10h30 à 19h30.  
Ouvert à la clientèle extérieure.  
Tél. : +33 (0)4 50 53 07 58



## Terme di Pré Saint Didier

De l'autre côté du mont Blanc, il y a des rêves de bien-être qui deviennent réalité... Les Thermes de Pré Saint Didier sont un joyau qui, depuis 1800, brille dans le cœur de la Vallée d'Aoste, tout proche de Courmayeur. Plus de 4000 m<sup>2</sup> de bien-être, un lieu hors du temps où l'on se laisse bercer par les eaux thermales, et où l'on savoure les bienfaits des hammams, saunas et massages. Le parcours wellness est composé de plus de quarante modules : bassins hydromassages à intensité différenciée, bassins relaxants, cascades tonifiantes, sauna à thème, bain turc aromatisé, salle de chromo thérapie, salle d'aromathérapie, stube en bois, salle de repos panoramique...

### Suggestions :

- Ouverture du QCTerme Pré saint Didier spa and resort\*\*\*\* : un lieux paisible et calme pour vivre des moments exceptionnels de bien-être, et savourer la cuisine du Resto, mélange culinaire de poésie, terroir et innovation.
- Apéritif aux thermes : tous les vendredis à 19 h avec musique live et dégustation de produits locaux.
- Nouveau massage du visage pour se détendre et retrouver une nouvelle luminosité.
- QCTerme Pré Saint Didier Spa and resort\*\*\*\*: ideal for a relaxing break, where you can eat at the Resto, a culinary mix of poetry, local produce and innovation.
- Drinks at the baths: each Friday at 7pm with live music and a local produce buffet.
- New relaxing face massage that will illuminate your skin.

*The other side of Mont Blanc, you can make your wellness dreams come true. The Terme di Pre Saint Didier has been at the heart of the Aosta Valley since 1800, near Courmayeur. Over 4000m2 in size, time is suspended and you can enjoy the benefits of the spring water, steam rooms, saunas and massages. The wellness area with more than 40 features includes hydromassage, waterfalls, saunas, Turkish baths, aromatherapy booths, a panoramic relaxation lounge... Open daily, 30 minutes from Chamonix. Fridays and Saturdays « Relax under the stars », open until 11pm.*

Via Allée des Thermes, Pré Saint Didier,  
Vallée d'Aoste. Tous les jours, à 30 min  
de Chamonix. Vendredi et samedi « Relax sous  
les étoiles », ouverture jusqu'à 23 h.  
[www.termedipre.it](http://www.termedipre.it)  
Tél. : +39 0165 867272



## Hôtel Hélicop★★★★

SPA BY NUXE

Prenez soin de votre esprit et ressourcez votre corps au spa Nuxe du nouvel l'hôtel 4 étoiles Hélicop, face à l'Aiguille du Midi. Grands miroirs et murs de lauze, le décor est épuré et les matières sont brutes. D'un côté, la piscine intérieure chauffée à 29° et son bain bouillonnant, de l'autre, les fauteuils suspendus de la tisanerie où se lover comme dans sa bulle et cocooner auprès de la cheminée avec un thé parfumé. Coin make-up, sèche-cheveux, vestiaire... pour une relaxation dans les meilleures conditions. Pour un plaisir absolu et une expérience beauté incomparable, initiez-vous au spa NUXE. Visage ou corps, détox ou jeunesse, NUXE Massages® doux ou intenses... profitez d'un savoir-faire d'exception prodigué par des mains expertes et attentives.

### Suggestions :

- Banc de relaxation intégré au tépidarium.
- Hammam et luminothérapie.
- Rituel nordique : bain de chaleur et grotte de glace.
- Bania traditionnelle russe.
- Soins en duo.
- Tépidarium relaxation seats.
- Hammam and light therapy.
- Nordic ritual : heat treatment and ice cave.
- Traditional Russian bania.
- Duo treatments.

*Nurture your spirit and restore your body in the Nuxe spa at the new 4-star Hélicop hotel, opposite Aiguille du Midi. The interior design is minimalistic with slate walls and large mirrors. On one side, you'll find the 40° swimming pool and bubble bath. On the other, the tea room with its hanging seats, ideal for curling up by the open fire with a herbal tea. Make-up corner, hairdryers, dressing rooms make relaxing easy. Treat yourself to a fantastic beauty experience with NUXE spa. Face or body, detox or youth restoring, gentle or intense NUXE Massages®... exceptional techniques by experienced and caring therapists.*

*Open to non-residents upon reservation of a Nuxe treatment of minimum 45 minutes.*

50, place de l'Aiguille du Midi, Chamonix.

L'accès au Spa est possible à la clientèle de l'extérieur sur réservation d'un soin Nuxe d'une durée minimum de 45min.

[spa@helicop.com](mailto:spa@helicop.com)

Tél. : +33 (0)4 50 54 55 56



## Spa de l'Hôtel Mont-Blanc★★★★★

Refuge de bien-être au cœur de Chamonix, le spa de l'hôtel Mont-Blanc est un écrin chaleureux de 250 m<sup>2</sup>. Il abrite un hammam, un sauna, une douche expérience, une douche norvégienne, une salle de fitness ainsi qu'un espace détente où le client est invité à se relaxer après avoir profité de mains expertes avec un massage sur mesure aux huiles essentielles biologiques. Faites l'expérience complice en cabine duo et entrez dans la douceur et la relaxation totale avec le rituel Tranquillity by Comfort Zone. Le long couloir fait de bois et de mosaïques aux couleurs d'ocre, vous mènera à la piscine et au jacuzzi extérieurs offrant une vue imprenable sur le massif du Mont-Blanc.

### Suggestions :

- Massage de récupération musculaire réalisé par des praticiennes expérimentées.
- Une approche holistique de la longévité à travers la dernière gamme de [Comfort Zone]: SKIN REGIMEN.
- Voyagez sous l'orage des Caraïbes de notre douche expérience.
- Un coach sportif disponible sur demande.
- Bons cadeaux.
- Muscle specific massage practice by experimented masseuses
- Global approach of the longevity thought the last range of [Comfort Zone]: SKIN REGIMEN
- Travel into the Caribbean storm of our experience shower
- Coach available on demand
- Gift box.

*The Spa of the hotel Mont-Blanc in the heart of Chamonix is a real haven of relaxation with over 250m<sup>2</sup> which invites you to unwind in the steam room, the sauna, the experience shower, the Norwegian shower and in the beautiful relaxation room after a Tailor-Made Massage made by expert hands with organic essential oils. Enjoy a unique moment in our special Dual treatment room, drifting into a complete relaxation with the Tranquillity Ritual by comfort zone. The gym with fitness equipment of latest technology invites sport lovers to warm up and the large heated outdoor swimming pool and Jacuzzi with an impeccable view on the Mont-Blanc Mountain range; propose an elegant combination of luxury and wellbeing. Open to non hotel guest upon the reservation of the treatment. Treatment menu available on our website.*

62, Allée du Majestic, Chamonix.

Ouvert à la clientèle extérieure sur réservation d'un soin. Carte des soins disponible sur notre site internet. [spa@hmbchamonix.com](mailto:spa@hmbchamonix.com)

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

Tél. : +33 (0)4 50 53 71 09



## Le Spa des Granges

BY CAUDALIE

Offrant une vue imprenable sur les sommets mythiques de la Vallée de Chamonix, le spa Caudalie des Granges d'en Haut est un véritable havre de paix. Piscine, jacuzzi, sauna, hammam en intérieur. Notre terrasse extérieure est également aménagée avec un sauna, un jacuzzi et un bain suédois. Le Spa des Granges invite l'expertise et le savoir-faire de la prestigieuse marque cosmétique Caudalie et propose des soins uniques de Vinothérapie® alliant les vertus de la vigne et du raisin. Un lieu de rêve, hors du temps... Laissez-vous guider par les mains expertes des vithérapeutes et offrez-vous les bienfaits d'un gommage Crush Cabernet, d'un enveloppement Merlot ou encore d'un massage Pulpe Friction au raisin frais...

### Suggestions :

- Bain suédois en extérieur avec panorama exceptionnel.
- Massages duo à la bougie.
- Entrée spa avec les formules spa & lunch, spa & dîner et afternoon tea & spa ou entrée seule.
- Coffrets cadeaux Caudalie.
- Outdoor, Swedish hot tub with exceptional views.
- Candle massages for couples.
- Packages with spa & lunch, spa & dinner or afternoon tea & spa, or just the spa entrance.
- Caudalie gift boxes.

*With breathtaking views of the summits of Chamonix Valley, the Caudalie Spa des Granges d'en Haut is a true haven. An indoor pool, Jacuzzi, sauna and steam room. The outdoor terrace has been fitted with a sauna, a Jacuzzi and a Swedish hot tub. Spa des Granges has trusted the expertise of the prestigious Caudalie brand and offers unique Vinothérapie® treatments, that uses the healing properties of grapes and vines. Put yourself in expert hands and enjoy the benefits of a Cabernet Crush scrub, a Merlot wrap or perhaps a Pulp Friction massage with fresh grapes...*

*Open from Wednesday to Sunday in low season and daily in July and August. Advance booking strongly recommended for treatments and massages.*

Les Granges d'en Haut, rte des Chavants, Les Houches.

Ouvert du mercredi au dimanche en basse saison et tous les jours en juillet et août. Réservations fortement conseillées pour les soins et massages.

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

Tél. : +33 (0)4 50 54 65 36

# APPARTEMENTS & CHALETS

Chamonix



*Transactions  
Immobilières*



*Locations  
Haut de Gamme  
avec services*



*Conseil en  
investissement  
immobilier*



*Exclusive Rental - Real Estate*

www.chamonix-location.net - +33 (0) 450 90 67 60  
177 Avenue de l'Aiguille du Midi – Chamonix Mont-Blanc

# 3 SPAS À CHAMONIX

ouverts à tous

BOUTIQUE HÔTEL  
LE MORGANE\*\*\*\*

☎ 04.50.53.13.22  
morgane@deepnature.fr

HÔTEL RESORT & SPA  
LES AIGLONS\*\*\*\*

☎ 04.50.55.96.37  
aiglons@deepnature.fr

RÉSIDENCE P&V  
LA GINABELLE

☎ 04.50.55.37.37  
ginabelle@deepnature.fr



DEEP NATURE  
SPA & THALASSO

[www.deepnature.fr](http://www.deepnature.fr)