



MEDIA MAGAZINE

DE FRANSE BERGEN,
GEEN BERG TE HOOG

03

DE BERGEN IN CIJFERS

04

ER EVEN HELEMAAL UIT

06

ONTSPANNING,
ECOTOERISME EN
GLAMPING

07

NIEUW DEZE ZOMER

08

LEEF HET LOKALE LEVEN,
BELEEF DE CULTUUR

10

WANDELEN

11

ACTIVITEITEN MET
HET HELE GEZIN

12

FIETSEN

13

AGENDA

14

TOP TIPS

Redactie en coördinatie:
France Montagnes
info@france-montagnes.com

Fotocredits :
Thomas Hytte / Thibaut Durand /
Pascal Lebeau / Monts Charvin /
Thermes Brides les Bains /
SavoieLysse / C.Cattin - ALPCAT
Médias / OT Les 2 Alpes / OT
Champagny / Upixa / Agence Urope /
C.Pallot / P. Augier / Propaganda /
SIVU Hautes Vosges / P. Tournaire /
Patrice Pachod / Monica Dalmasso /
OT Vaujany / Balnea / Annie Bene

Concept / Artistieke :
Valérie Lelong - www.copilote.pro

VOORWOORD

BESTE JOURNALIST, BLOGGER, VLOGGER OF ANDERE INFLUENCER,

■

Als Belg ronddwalen door de Franse bergen geeft je leven een compleet ander perspectief. Weg is het overzichtelijke vlakke land: opeens sta je in een wereld waarin je heel hoog, maar ook heel diep kan gaan. Waar geen weg recht loopt, je niet altijd ziet wat er om de volgende bocht ligt en je al je zintuigen en spieren nodig hebt om van A naar B te komen. Een ideale omgeving om helemaal los te raken van je dagelijkse leven!

Dit nieuwe MediaMagazine van France Montagnes - over de naderende zomer van 2018 - wijst de weg in die wondere wereld van de Franse bergen. Meer dan ook ligt de focus van onze toeristische partners op het aanbieden van Echte Ervaringen. Graag helpen ze de vakantieganger bij het realiseren van een zorgeloze tijd weg van huis, vol nieuwe ontdekkingen, panorama's, geuren en smaken.

En niet te vergeten: vol uitdagingen. Fietsen over een dijk met tegenwind is natuurlijk niet niks, maar jezelf over een steile weg omhoog trappen naar een top op eenzame hoogte? Dat is misschien toch wel een tandje spannender...

Maar: in dit zomerprogramma staat lang niet alles in het teken van sportieve prestaties. Steeds vaker wordt gestreefd naar het aanbieden van meer contemplatieve ervaringen. Neem de bewustmakende wandelingen in Les Gets, met onderweg yoga-oefeningen en tijd om werkelijk stil te staan bij de mooie uitzichten. Juist de beslotenheid van het berglandschap is een ideaal platform voor diepe meditaties en intense spirituele ervaringen.

Wat we ook zien, is een groeiende trots van onze 'bergmensen' voor hun lokale keukens en regionale producten. Kazen als de reblochon en de abondance, worstjes als de diot, de kruidentheeën, de genépi: steeds vaker willen de lokale producenten laten zien hoe zij werken en nodigen ze vakantiegangers van harte uit een blik te komen werpen in hun ateliers.

Een gezonde geest in een gezond lichaam. Deze eeuwenoude wijsheid krijgt voor de moderne mens in de Franse bergen een nieuwe dimensie. Kom het maar uitproberen!

Hartelijke groet en veel leesplezier gewenst,

JEAN-MARC SILVA,

DIRECTEUR FRANCE MONTAGNES





ACTIEF BERGTOERISME IN CIJFERS



45

Het aantal bergdorpen
dat het label Famille Plus
draagt



17.7%

van de toeristen
in Frankrijk trekken
naar de bergen



1

De mooie natuur is
de eerste reden waarom
Belgen naar Frankrijk gaan



1 op 5

1 Belg op 5 maakt wandelingen
van meer dan 3 km tijdens zijn
verblijf in Frankrijk



1.000.000

Het aantal Belgische
verblijven in de bergen
in de zomer



22,8

Het percentage bergen
van het Franse grondgebied:
120.000 km²



-ontelbaar-

Het aantal geluksmomenten dat jaarlijks wordt beleefd in de Franse bergen!

HERBoren worden tussen de bergen



Vind deze zomer jezelf terug op Franse hoogte.

Op vakantie gaan in de Franse bergen betekent tijdelijk vaarwel zeggen tegen het drukke bestaan van alledag. De knop om, de blik omhoog en iedereen in de relaxstand. Of lekker sporten natuurlijk. En: altijd frisse lucht en zuiver water in de buurt!

MEDITATIE EN BOVENNATUURLIJK MOOIE WANDELINGEN

Mediteren in Brides les Bains

De geleide Zenmeditatiestages van Nicolas Zoll zijn erop gericht om je interne krachtbronnen te stimuleren. Vergeet de dagelijkse stress, kom tot jezelf en word één met de natuur.

■ brides-les-bains.com

Wandelen in Val d'Isère

In Val d'Isère zijn wandelingen interactief dankzij de gratis applicatie "Mhikes" die je, net als een echte gids, wijst op bezienswaardigheden onderweg.

■ mhikes.com

Een Yoga-Festival in La Clusaz



Maak kennis met Satiam TM yoga (20/22 juli) midden in het fantastische decor van de Aravis en beleef een verrassend weekend waar je volledig van opknapt. De vier dagelijkse yogalessen van yogi Katy Misson hebben verschillende thema's en technieken. En de brunches zijn natuurlijk super healthy én lekker!

■ katymisson.com

De gletsjer op in Les 2 Alpes

Met een berggids naar een gletsjer op meer dan 3000 meter hoogte wandelen: fantastisch. Ver van de bewoonde wereld is het daar boven puur genieten van het mooiste 360° uitzicht op de allerhoogste bergtoppen. De wandelingen zijn geschikt voor kinderen vanaf tien jaar. Je gaat via de adembenemende Belvédère des Écrins (3400 m) naar de Grotte de la Glace (3200 m). Uiteindelijk brengt de skilift je weer veilig naar het skistation op 1600 meter.

■ les2alpes.com/nl

Montgenèvre voor contemplatief loopplezier



Het skigebied van Montgenèvre is in de zomer een echt speelparadijs voor de fanatieke trailrunner, maar ook wandelaars die het rustiger aan willen doen kunnen er genieten van immense panorama's.

■ montgenevre.com

Ontdek wat je kan in Les Gets

Neem de tijd om jezelf te verwennen, tussen 1 en 5 augustus op het evenement 'Les 100 ciels'. Yogalerares Barbara en biodynamisch therapeute Catherine bieden dan workshops en individuele activiteiten: yoga, meditatie, pilates, autohypnose workshops, qi-gong, maar ook workshops in boetseren.

■ lesgets.com

Ken de koe, in Le Grand-Bornand

Volg het 'Parcours de l'Art Vache' om een volstrekt originele kijk op de ons zo vertrouwde herkauwende viervoeter te krijgen. Routebeschrijving via het Office de Tourisme.

■ legrandbornand.com

De hoogte in bij Châtel

Verken de bergkammen en cols in het grensgebied tussen Frankrijk en Zwitserland. Vertrek vanuit het dorp op 1200 meter hoogte en bereik uiteindelijk Morclan op bijna 2000 meter! Hier aangekomen helpt een oriëntatietafel alle Zwitserse en Franse bergtoppen te herkennen, terwijl ietsje verderop waaghalzen hun parapente uitvouwen en een sprong in de afgrond wagen. Je kunt in Morclan met de lift naar beneden maar ook doorlopen over de bergkam. En onderweg op krachten komen met lokale boerenproducten. Het hele parcours vraagt 5,5 uur en is uitstekend bewegwijzerd.

■ presse.chatel.com

 Courchevel: tijd voor jezelf

Jezelf verwennen en helemaal ontspannen tijdens een tweewekse retraite met verschillende soorten yoga, ayurvedische massages en wellness-workshops.

■ courchevel.com

 La Rosière - Espace San Bernardo

Een gemakkelijke wandeling voor jong en oud rond het thema spoorzoeken. Kinderen krijgen na afloop een officieel 'stropersdiploma' op het Office de Tourisme!

■ larosiere.net

 Les Arcs - Bourg St Maurice

Hier wacht een netwerk aan eenvoudige wandelingen over bergweides en bospaden. Zelfs geschikt voor met de kinderwagen!

■ nl.lesarcs.com

 Méribel: mooier kan het haast niet

De wandeltochten rond Méribel zijn prima aangegeven en gaan door prachtige landschappen met eindeloze vergezichten, waar zowel flora als fauna uitzonderlijk zijn.

■ guides-meribel.com

 Geologische wandelingen in Vaujany

Boeiend: speciale geologische wandelingen met het Centre de Géologie in Oisans, op zoek naar kristallen en fossielen. Ze vinden plaats in de zomer, tussen 19 juli en 16 augustus. Wel even reserveren van te voren (via +33 (0)4 76 79 96 35, kosten 5 euros + 17 euros voor de cabinelift).

Via hetzelfde nummer kunnen wandelaars zich ook inschrijven voor de begeleide tocht La Petite Vadrouille, een kleine omzwerving door de gehuchten rond Vaujany met een bezoek aan het museum EDF Hydrelec, over het fenomeen waterkracht.

■ musee-edf-hydrelec.com

 Gérardmer: bijzondere bostherapie voor meer harmonie

Wellness met veel aandacht voor muziek en de positieve effecten van het bos en van beukenbomen: genieten van boswandelingen die je laten luisteren naar je binnenste ik en je weer in harmonie brengen met je omgeving.

■ sens-a-sons-nature.com



GLAMPING EN VOORDELIG UIT ZIJN!

Val d'Arly: daar kan je de boom in!

Kamperen maar dan (heel) anders: hoog in de bomen in Flumet/Saint Nicolas la Chapelle. De drie luxe boomhutten van ieder 30 m² en een even groot terras met uitzicht op de Mont Blanc zullen de meest verwendende kampeerder verrassen. De 2- à 4-persoons boomhutten zijn van alle moderne gemakken voorzien. Eentje heeft zelfs een sauna en een spa. Nieuw dit jaar is de boomhut "Ruisseau", speciaal voor gezinnen met kinderen, met een spectaculaire overdekte glijbaan, hangbedden en een spannende touwbrug om je een paar dagen lang midden in de natuur helemaal alleen op de wereld te voelen.

■ cabanes-entreterreetsciel.fr

Onder de sterren in Morzine

Onder de sterrenhemel slapen midden in de natuur maar wél met alle moderne comfort? Kom helemaal tot rust in een van de twee originele bolvormige studio's met een doorzichtig dak in de prachtige vallei van de Manche. Ze bestaan uit 3 delen: een entree met bergruimte, een luxueus ingerichte slaapkamer en een badkamer. Buiten waan je je op het terras in de spa alleen met de berggeiten, gemzen en marmotten. Geopend van juni tot september.

■ aureliemarchand74@gmail.com

ECOTOERISME IS HET HELEMAAL

Samen de wereld mooier maken in La Clusaz

Na de winter, als de skiërs zijn vertrokken en de sneeuw is gesmolten, komt veel afval in zicht onder de skiliften en op de skipistes. Daarom werkt de gemeente La Clusaz ieder jaar samen met de vrijwilligersorganisatie Mountain Riders om aan het begin van de zomer de bergen weer schoon en mooi te maken.

■ mountain-riders.org

Les Gets: duurzaamheid voorop

In Les Gets is men zich zeer goed bewust van zowel de rijkdom als de kwetsbaarheid van het natuurlijk milieu. Vandaar dat men zich hier heeft gespecialiseerd in duurzaam toerisme met een rijk aanbod aan natuurwandelingen met uitleg over de flora en de fauna, workshops om zelf zalven en crèmes te maken op basis van natuurproducten, evenementen rond het thema 'het bergmilieu in de zomer' en de verhuur van elektrische GetsLib' fietsen.

■ lesgets.com

Prachtige energiebewuste chalet in Châtel

Hoog boven Châtel staat het Chalet du Saix, een super-de-luxe modern architectonisch pareltje met een zeer lage energiebelasting dankzij vernuftig gebruik van de zonnewarmte.

■ chaletdusaix.com

Begin juni zal hier tijdens de Journée Ecolovie samen met vrijwilligers alle afval op het skigebied en langs de Drance verzameld worden.

■ chatel.com

Verantwoordelijk vakantievielen in Courchevel

In het bijzondere en prettige hotel van de jonge Aurore Charvin draait alles om verantwoordelijk bezig zijn. Zo wordt zeer milieubewust met energie en afval omgegaan en is op tafel alles bio.



Courchevel heeft het label 'Station Verte' gekregen omdat deze bergplaats veel belang hecht aan de bescherming van het milieu: de gemeente spaart kosten noch moeite om een toerisme te realiseren waarin het goed zorgen voor de mens hand-in-hand gaat met het goed zorgen voor de natuur.

■ courchevel.com

NIEUW DEZE ZOMER

Uitgebreid baden in Brides-les-Bains:



De thermen van Brides-les-Bains zijn grondig verbouwd. Met als resultaat: 3.000 m² puur waterplezier in een indrukwekkend mooi gebouw. De specialiteit: meerdaagse kuren speciaal gericht op reumatische klachten of om gewichtsproblemen aan te pakken.

■ thermes.brideslesbains.com

Blitse chalet in Tignes

Dit luxe Banksy Tribute Chalet is het nieuwe geesteskind van de bijzondere ontwerper Mickaël Mériguet en een 430 m² grote hommage aan Banksy, de raadselachtige en legendarische urban artist. Huurders van de chalet kunnen genieten van drie originele werken van Banksy: twee schilderijen en een 10 pond biljet dat door Banksy is 'gecostumed'. En anders chillen in het binnenzwembad, de sauna of de hammam.

■ tignes.net

Opladen in Les Saisies

In les Saisies komt een oplaadstation voor E-bikes - voor zwembad Le Signal - waar zes fietsen tegelijk kunnen worden opgeladen, gratis.

■ lessaisies.com

Leren werken met planten in Les Gets

Michel Rostalski is een enthousiaste plantengeneeskundige die zijn passie voor de natuur graag deelt. In de zomer organiseert hij workshops over verantwoordelijk plukken en over het maken van natuurlijke producten zoals zeep, siroop, papier en kaarsen van bijenwas.

■ lesgets.com

Alle liften zomers gratis in Courchevel!

Deze zomer zijn alle skiliften gratis! Ideaal voor wie internationale evenementen zoals Red Bull 400 (21 juli) of de Wereldbeker Zomer Skispringen (10-11 augustus) wil meemaken. Of om gewoon op de top van de Saulire te genieten van het prachtige panorama.

■ courchevel.com

La Rosière: uitzichtpunt voor sterke magen

De 'Panoramic experience' is een loopbrug van transparant materiaal om eindeloos te genieten van een 360° panoramisch uitzicht op de Mont Blanc en de grensstreek tussen Frankrijk en Zwitserland, maar ook van het 'niets' onder je voeten...

■ larosiere.net

Vegetarisch adres in Val Thorens

De ecologische Refuge du Lac du Lou is alleen te voet te bereiken en biedt slaapplaatsen aan 32 gasten. Ideaal om in alle rust van de natuur te genieten. Beheerster Alexandrine Dessalles gelooft heilig in het adagium 'een gezonde geest in een gezond lichaam' en serveert er vegetarische maaltijden met veel bioproducten.

■ refugedulacdulou@ntymail.com

Méribel: ook voor fietsers

Bike Park Méribel is het walhalla voor fietsers op ieder niveau. Dit jaar zijn er weer enkele nieuwe parcours bij gekomen in het adembenemende landschap.

■ montagne-ete.meribel.net



GASTVRIJE VAKMENSEN



In de Franse bergen wonen en werken - net als vroeger - veel ambachtelijke professionals die graag vertellen hoe ze hun kunst, gebruiksvoorwerpen, typische bergmaaltijden en lokale drankjes maken.

Houtsculpturen maken in Brides les Bains

Claude Vial geeft workshops om te leren beeldhouwen met hout: een prettige en natuurlijke manier om creatief bezig te zijn. Voor het materiaal wordt gezorgd en na afloop mag (of moet...) het eigen kunstwerk mee naar huis.

■ brides-les-bains.com

Of genieten van papiersnijden in Morzine

Artieste Alice Passaquin-Marullaz heeft zich de traditionele kunst van het papiersnijden eigen gemaakt: met een scherp mesje snijdt ze de mooiste folkloristische patronen uit zwart papier. Haar museumpje "les Petits Papiers d'Alice" laat ook werk zien van andere lokale en traditionele artiesten.

■ morzine-avoriaz.com

Twee creatieve zussen in Les Gets

Anouk en Nathalie zijn creatieve zussen: de een is pottenbakster/schapenhouster, de ander grafisch ontwerpster. Samen maken ze zowel unieke gebruiksvoorwerpen als originele kunststukken. En in de hooggelegen schaapsstal van Anouk geven ze workshops pottenbakken, oftewel het 'nieuwe yoga'. Want zo ontspannend kan dat gedraai zijn!

■ poterie-des-gets.fr

Een gepassioneerd stel in Val d'Arly

Laurent Coulaud is een allround ambachtsman die met iedere houtsoort overweg kan en de mooiste meubels en objecten maakt. Zijn partner Sandrine schildert op hout en begeleidt wandelaars in de bergen. Hun leven is dus helemaal 'Made in Savoie'!

■ sandrinecoulaud73@gmail.com

Een lesje 'leer' in Le Grand Bornand



In een van de oudste chalets van Le Grand Bornand is het leer-atelier van Didier Perrillat gevestigd: zijn bewerkingstechnieken zijn traditioneel en zijn werk beroemd. Menig skikampioen uit Le Grand Bornand ontving een koebel aan een leren halsband van Didier! Hij organiseert workshops in zijn atelier en verkoopt er zijn producten zoals tassen, riemen en traditionele spelletjes.

■ bourrelieur-hautesavoie.com

Natuurstukken maken in Courchevel

Schors, bloemen: Johana maakt plantaardige composities met alles wat ze in de natuur vindt. Ze deelt deze passie graag met anderen en helpt haar leerlingen een eigen stijl te vinden. Een mooi DHZ-souvenir om mee naar huis te nemen, zo'n natuurstuk!

■ flor-art.com

La Rosière-Espace San Bernardo

Dat kan haast nergens meer: een authentieke schaapsherder ontmoeten en alles leren over zijn kudde en en zijn manier van leven en werken. In Chatelard.

■ larosiere.net



GELUK KOMT OP EEN BORDJE



(of in een glaasje...)

Tignes: La table de Jeanne

Emma Bouvier heeft de liefde voor het koken niet van een vreemde: zowel haar vader als haar grootmoeder waren gereputeerde koks. In haar eigen restaurant - verbonden aan het Les Suites Hotel***** - creëert ze nu haar eigen sfeer: eenvoudig, traditioneel en zonder fratsen. Het liefst kookt ze gerechten uit de Savoie en ouderwetse stoofgerechten.

■ maison-bouvier.com

Creatief met kruiden en bloemen in La Clusaz

Welkom in het Chalet de Paccaly (1.500 m) waar Greg en Astrid al hun gerechten bereiden met lokale bloemen en planten uit de bergen: gazpacho met pepermunt, daslook, bloemenboter en -salade. Een unieke ervaring!

■ laclusaz.com

Le Grand Bornand: echte koekenbakkers.

De bescoin is een eeuwenoude specialiteit uit de streek: een zacht, zoet broodje met anijs en saffraan dat nog steeds bij feestelijke gelegenheden wordt gegeten. En zeker op 15 augustus, het patroonsfeest in Le Grand Bornand. De bescoin wordt dan gezegend in de kerk en vervolgens uitgedeeld in de graanhal. Twee lokale ambachtelijke bakkers bakken de bescoin het hele jaar. Lekkerbekken zijn het erover eens: het lekkerst zijn ze simpelweg met wat boter en honing...

■ saveurs-des-aravis.fr

Mooi ambachtelijk bier in Les Menuires

Nicolas Danel komt uit Noord-Frankrijk waar zijn grootmoeder een sfeervolle bistro had en zijn grootvader hem de beginselen van het destilleren bijbracht. Zijn andere grootouders komen uit de Drôme waar hij verliefd raakte op alle streekproducten. En nu, 40 jaar oud, heeft Nicolas zijn eigen ambachtelijke bierbrouwerij: La Brasserie Alpine. Met het lichte biertype is het heerlijk proosten op gelukkige tijden, toen en nu.

■ brasseriealpine.com

Genepi-kruiden zoeken in Les 2 Alpes



Ooit genepi geproefd, dat kruidige drankje uit de Franse bergen? Ga samen met een gids van Les 2 Alpes de bergen in en pluk zelf de kruiden om je eigen kruidenlikeur samen te stellen: gele gentiaan, brandnetel, wilde komijn, zuring... De gids weet alles van de medicinale eigenschappen van ieder kruid. Een goed excuus om er nog eentje te nemen!

■ les2alpes.com/nl

Een picknick op niveau, in Châtel

In Châtel kun je picknicken op de alpenwei, tussen dieren als de Abondancekoeien, die je gemakkelijk herkent aan de donkere kringen om hun ogen: het lijkt of ze een bril dragen. Op het menu louter lokale producten zoals de AOP Abondancekaas, vleeswaren, brood en gebak. Geserveerd met informatie over het boerenleven waar de seizoenen het levensritme bepalen van mens en dier.

■ chatel.com

Mee met de melker in Courchevel

De stichting Facim en Courchevel Tourisme maken het mogelijk om in de namiddag middag met een gids naar de zomerweides te gaan waar het dan melktijd is. De boer vertelt er over de productie van Beaufortkaas en natuurlijk kan er geproefd worden. Met op de achtergrond het tevreden gebeier van menige koebel: idyllisch!

■ courchevel.com

Kijken in de kaasmakerij van Bourg-St-Maurice

Iedere morgen (9u30-11u30) kun je gratis de coöperatieve kaasmakerij van Bourg-St-Maurice bezoeken waar de beroemde Beaufortkaas wordt gemaakt.

■ fromagebeaufort.fr

WANDELEN TOT JE EEN ONS WEEGT



(maar met kaas en worst toe)



Nostalgische wandeltocht 'Souvenance', in La Plagne

Gewapend met een brochure en een audiogids vol verhalen en anekdotes van dorpsbewoners, openbaart zich tijdens deze wandeling (1 uur) hoe het leven vroeger was in deze vallei van Champagny le Haut.

■ ete.la-plagne.com

Kaas eten in de bergen boven La Clusaz

In chalet Les Corbassières, boven La Clusaz, ontvangt de familie Donzel de hele zomer wandelaars en andere gasten voor een maaltijd of picknick met boerderijproducten zoals de reblochon-kaas. Het uitzicht (Aravis, Mont Blanc, la Tournette) is al even verrukkelijk.

■ bienvenue-a-la-ferme.com

Zonsondergang - met een worstje - in La Valloire

Een onvergetelijke ervaring : een zonsondergang op de Grand Calibier. Cyrille Retornaz laat je ervan genieten in de chalet van zijn voorouders, terwijl hij er dat overheerlijke lokale worstje bij serveert: le Diot de Valloire. En dan in het donker terugwandelen en uitbuiken, met een behulpzaam lampje op je voorhoofd.

■ +33 6 26 23 83 24

Op drift in Morzine

Een gemakkelijke wandeling - geschikt voor het hele gezin - over de oude driftweg langs de rivier de Dranse, waar je kan leren over het leven van de vos, het natuurlijk milieu van een rivier en geologie van deze vallei.

■ morzine-avoriaz.com

Een flora-fauna wandeling in Les Gets

Een gemakkelijk traject van een halve dag met een gids die van alles vertelt over de flora en fauna van de bergen. De tocht gaat naar een alpenboerderijtje, waar hapjes op basis van planten worden geserveerd zoals beignets met wilde spinazie, salade van viooltjes en wildetijmkoekjes.

■ lesgets.com

Ook in Le Grand-Bornand lonkt de reblochon

Drie uur op pad (300 m hoogteverschil) met onderweg een smakelijke stop bij een boerderij op de col Le Châtillon die reblochon-kaas produceert. Een gids van La Compagnie des Guides vertelt over het bergmilieu en over de lokale tradities. Geschikt voor kinderen vanaf 5 jaar.

■ compagnie-guides-aravis.com

Châtel: een smakelijke stopplek voor de wandelaar

In Chalet de Barboissine is alles homemade: de Abondancekaas, de vleeswaren, de taarten. Voor wandelaars een ideale pauzeplek!

■ +33(0)4 50 73 27 05

Courchevel: het pad door het Grand Bois

Deze route (2 uur) is een aanrader voor het hele gezin: gemakkelijk, leerzaam en gratis. Het startpunt kan te voet of met skilift La Tania worden bereikt. Onderweg vertellen borden over de flora, de fauna en het boerenleven.

■ courchevel.com

Lerend lopen, in Les Arcs – Bourg Saint Maurice

Hier is echt werk gemaakt van themawandelingen, bijvoorbeeld rond kruiden en eetbare bloemen, of vlinders en insecten. Ook kan je je er bekwamen in kompas- en kaartlezen. De wandelingen duren maximaal een halve dag en zijn voor iedereen te doen.

■ lesarcs.com

FIJNE TIJDEN



met het hele gezin



La Clusaz: adembenemende kabelbaan

Zweef vrij als een vogel over het Lac des Confins, met de kabelbaan van 700 meter lang waarop snelheden tot 70 km per uur worden bereikt! Vlak bij ook springkussens en trampolines voor nog meer pret.

■ laclusaz.com

De Pré du Kosa in Valloire: Sun, snack & fun

De Pré du Kosa is 3000 m² bijzonder vertier voor het gezin: een groot terras op het zuiden, levensgrote bordspelen, een leeshoek, pannenkoeken, lekkere ligstoelen. De tarieven starten al vanaf 2 euro voor een half uur.

■ +33 6 81 58 28 01

Wandelwagens welkom in Val d'Arly

Sympathiek: in Cres-Voland/Cohennoz zijn veilige wandelpaden speciaal voor gezinnen met wandelwagens aangelegd. Er zijn trajecten van dertig minuten tot anderhalf uur.

■ valdalarly-montblanc.com

Courchevel: je uitleven tussen de bomen

Bij het Lac de la Rosière waren al twee accroparken (een voor kinderen van 3 tot 5 en een voor boven 10 jaar) en nu kunnen ook de 6- tot 10-jarigen zich uitleven op het juiste niveau. Inclusief een kabelbaantje over een kleine wildwaterrivier!

■ courchevel.com

Bijkomen in de mooiste spa: Les Arcs – Bourg St Maurice

Verreweg de mooiste spa van de Alpen: Deep Nature Spa Arc 1950. 1000 m² puur plezier met allerlei soorten baden, masserende jets, een sauna, hammams, jacuzzi en een exotische relaxruimte.

■ arc1950.com

Innovatieve gezinspas in Peyragudes

De nieuwe, slimme zomerpas Pyrénées 2 Vallées biedt gezinnen volop informatie en voordelige aanbiedingen. Overal verkrijgbaar bij de toeristenbureaus in de streek maar ook via internet.

Een van de leukste uitjes voor jong en oud hier is Le Pumptrack aan het meer van Génos-Loudenvielle: een parcours om te steppen, skaten, rolschaatsen, BMX'en, mountainbiken en - voor peuters - de loopfiets te ontdekken. Waar de ene dwaze capriolen uithaalt in de scherpe bochten, beleeft de ander z'n eerste mini-afdalings... Een fijne plek!

■ peyragudes.com

Voordelig recreëren in Portes du Soleil

Vanaf zijn lancering in 2009 is de Multi-Pass Portes du Soleil een groot succes. Geen wonder: het is een ideale manier om voordelig deel te nemen aan de vele activiteiten die in de twaalf skistations van Portes du Soleil worden aangeboden. De kaart is te koop voor 2 euro per dag, is gratis voor kleintjes onder de 5 en biedt gratis toegang tot zwembaden, ijsbanen, tennisbanen, treintjes, culturele sites, skiliften... te veel om op te noemen: Portes du Soleil is een eldorado voor het hele gezin.

■ portesdusoleil.com

Vars: ook niet dwars van een voordeelpas

Met de Multi-Activité kaart kun je ook in Vars 's zomers voordelig wandelen, zwemmen, biken of raften. Er bestaan kaarten van 56, 65 en 95 euro per persoon, in de periodes 30 juni-10 juli en 21 augustus-2 september.

In het Bike Park is een Funzone gecreëerd met twee gedeeltes: de Kidzone voor jonge bikertjes en loopfietsen en de Coolzone met tracks van oplopende moeilijkheidsgraad door houten hindernissen zoals hangbruggen. Voor ieder wat wils!

■ vars.com

Het label "FAMILLE PLUS" is het eerste en enige nationale toeristische keurmerk in Frankrijk dat aangeeft dat de plaats uiterst geschikt is voor gezinnen met kinderen. Het keurmerk is erkend door de Franse minister van toerisme, en de dorpen die het label hebben, zetten een extra stap op de volgende 6 punten:

- ① Een persoonlijk onthaal voor gezinnen
- ② Een animatieprogramma voor alle leeftijden
- ③ Aangepaste tarieven voor jong en oud
- ④ Activiteiten voor alle leeftijden
- ⑤ Alle winkels en diensten binnen handbereik
- ⑥ Professionele opvang voor de kleintjes

Dit label wordt voor een periode van 3 jaar toegekend en kan alleen behaald worden als er wordt voldaan aan meer dan 100 criteria. Ook tijdens de periode van 3 jaar worden controles uitgevoerd.



Alle bergdorpen met het label zijn te vinden op

NL.FRANCE-MONTAGNES.COM/FAMILLE-PLUS



SMEER DE KETTING: FIETSEN IN DE BERGEN



was nog nooit zo goed geregeld



La Plagne: top voor E-mountainbikers



Want hier vind je allerlei tracks met special effects en verhoogde bochten voor veel fun, zowel up- als downhill. Sommige zijn speciaal voor kinderen en er zijn 80 E-mountainbikes ter plekke te huur.

■ ete.la-plagne.com



Vars la Forêt Blanche: autoloze col

Voor de echte fietsliefhebber is Vars een hoogtepunt met zijn ligging op de Route des Grandes Alpes en zijn col van 2109 meter. Iedere zomer worden de wegen een of twee dagen afgesloten om amateur-wielrenners de gelegenheid te geven veilig 'een colletje te pakken'. Niet alleen voor fanatiekelingen: E-bikes kunnen ter plekke gehuurd worden.

■ vars.com



Fietsen tussen mythische cols: Peyragudes

Omzoomd door mythische toppen zoals de Col de Peyresourde is de Vallée du Louron een ideale uitvalsbasis voor mensen die zich tijdens hun vakantie lekker willen uitsloven op de fiets. Voor wie het iets kalmer aan wil doen: in Loudenvielle zijn voor een of meer dagen E-bikes te huur.

■ peyragudes.com



Test de E-bike eens uit in Les 2 Alpes

Om eens te voelen hoe je met een E-bike bergop en bergaf gaat, organiseren de fietsleraren van Bike Infinity/MCF wekelijks een speciale avondrit waarbij wordt gefietst tussen 1600 en 2100 meter in de Vallée Blanche. Uiteraard inclusief een aperitiefmoment met hapjes uit de streek!

■ les2alpes.com



Ook Les Gets heet de fiets officieel welkom

Les Gets is aangesloten bij 'Accueil Vélo', de landelijke organisatie die de fietstoerist wijst op alles wat met zijn sport te maken heeft, zoals fietsevenementen, huurmogelijkheden, parcours, reparatiebedrijven en overnachtingsadressen met een goede fietsenberging. Les Gets biedt sinds een paar jaar ook GetsLib' aan: E-bikes die je zelf uit een van de rekken in het dorp haalt en kan laden bij een van de vele oplaadpunten.

■ lesgets.com



Moutaintrotten in Val d'Arly

In La Giettaz: op dikke banden de berg afstappen. Plezier gegarandeerd! Duur: 1u30.

■ alpesaventures.com



Een avondje op pad in Le Grand-Bornand

De fietstrainers van Le Grand Bornand organiseren deze zomer avondtochten voor E-mountainbikers: samen rijd je naar een chalet voor een stevige maaltijd en dan voldaan met een hoofdlampje op terugrijden naar het dorp...

■ aravis-VTT.fr



Les Arcs – Bourg St Maurice

Prachtige fietstocht over Le Balcon de Tarentaise, startpunt in Bourg St Maurice (29 km). Alle plaatselijke fietswinkels verhuren elektrische fietsen.

■ lesarcs.com

DE TOUR DE FRANCE 2018:

ZES MOOIE BERGRITTEN



De 105^e Tour de France telt dit jaar 21 etappes, waarin in totaal meer dan 3.300 kilometer wordt afgelegd. Ruim 900 kilometer betreffen ritten onderweg naar of in de bergen! Er staan zes mooie bergetappes gepland, met drie aankomsten op niveau: in La Rosière, Alpe d'Huez en de Col de Portet.



De Tour in de Alpen:

■ 17 juli - 10^e etappe:

Annecy > Le Grand-Bornand (159 km)

■ 18 juli - 11^e etappe:

Albertville > La Rosière 1850 (108 km)

■ 19 juli - 12^e etappe:

Bourg-St-Maurice > Alpe d'Huez (175 km)



De Tour in de Pyreneeën:

■ 24 juli - 16^e etappe:

Carcassonne > Bagnères-de-Luchon (218 km)

■ 25 juli - 17^e etappe:

Bagnères-de-Luchon > St-Lary-Soulan/Col de Portet (65 km)

■ 27 juli - 19^e etappe:

Lourdes > Laruns (200 km)

AGENDA



De sportieve en culturele agenda voor deze zomer

JUNI

■ LA CLUSAZ 15>17

Het Alps Bike Festival: een groots MTB-feest met gezelligheid als uitgangspunt en voor elk wat wils: enduro, rondritten, cross-country. E-bikes zijn van harte welkom!

■ LES 2 ALPES 22>24

Outdoorfestival: voor fanatieke sporters en rustig-aan-types, zomeractiviteiten en alternatieve sporten.

■ LES MENUIRES 23

Transhumance: de geiten en koeien lopen naar de zomerweides. Daar boven in de bergen kun je 's middags het melken van de geiten meemaken en meehelpen bij het bouwen van de hekken rond de weides.

■ VAL D'ARLY 24

de 3e "Arly Cimes Trail: met drie verschillende trails. Bij aankomst krijgen alle deelnemers een maaltijd aangeboden. C'est la France!

■ VARS LA FORET BLANCHE 30>06

Fietsevenement rond de geschiedenis en de anekdotes van de Tour de France.

JULI

■ GÉRARDMER 01>31

Het festival van Gérardmer-Kichompré met jazz- en klassieke concerten.

■ BRIDES LES BAINS 07

3 Vallées Free Bike: 20 km downhill op 4x4 paden en single tracks voor geoefende sportievelingen.

■ MORZINE 07>08

Europese kampioenschappen Spartan Race: een hardlooperace van zes kilometer met twintig hindernissen.

■ VAUJANY 18>27

de Semaine Montagn'art: met exposities, workshops en lezingen.

■ MÉRIBEL 21>22

Méribel Classic: evenement voor liefhebbers van klassieke auto's

■ LES ARCS BOURG ST MAURICE 24>29

Franse kampioenschappen kano en kayak: 500 topatleten op een van de meest technische parcours

■ PEYRAGUDES 25

Tour de France: met een aankomst op de col op 2215 m.

■ COURCHEVEL 25

De 7e editie van Pyrosymphonie Live: de Notenkraaker van Tsjai kovski gespeeld door het symfonische orkest van Minsk, tegen een decor van vuurwerk.

■ LA PLAGNE 26>28

Trailrunfestival rond de mythische wedstrijd 6000D

■ VAL D'ISÈRE 28>29

Dorpsfeest: leuk voor het hele gezin.

AUGUSTUS

■ GÉRARDMER 01>31

Het festival van Gérardmer-Kichompré met jazz- en klassieke concerten.

■ LA ROSIÈRE ESPACE SAN BERNARDO 05

Fête des Clarines: het feest van de koeienbellen, vol plaatselijke folklore, voor het hele gezin

■ MONTGENÈVRE 09>11

Jazz aux Frontières: driedaags jazzfestival.

■ LES GETS 12

Le golf Vintage: de 18-holes golfbaan is het decor voor vintage golftenues, een ouderwetse fotograaf, een barbier, en 's avonds een bal met accordeonmuziek en traditionele hapjes

■ GÉRARDMER 14

Pyrosymphonie sur le Lac: een jaarlijks terugkerend spectaculair muzikaal vuurwerk op het meer van Gérardmer.

■ TIGNES 18>19

Tignes Trail voor liefhebbers: 0% asfalt en alles hoger dan 2.000 m.

■ CHÂTEL 18>19

het jaarlijkse dorpsfeest: met ouderwets vertier voor iedereen.

■ PEYRAGUDES 19

Foire aux traditions: feest aan het meer, met demonstraties van traditionele ambachten.

■ MÉRIBEL 22>25

Méribel Golf Trophy: op de mooie golfbaan van Méribel

■ VOGZEN 24>25

'Festilac' in Saulxures: een reggae-rock evenement

■ LE GRAND-BORNAND 26>31

Festival «Au Bonheur des Mômes»: theater, mime, poppenspel, dans en circuskunsten op een groots festival met 400 programmapunten, gespeeld door ruim 90 groepen. Het is de 27e jaargang en er wordt weer gerekend op meer dan 90.000 bezoekers.

TOP TIPS



In dit overzicht lichten wij de highlights van een aantal van onze partners uit. Neem gerust rechtstreeks contact met hen op voor meer informatie of het bespreken van een persreis.

DE HOGE VOGEZEN: lekker dichtbij en lekker sportief



Philippe Poirot

■
 +33 (0)6 70 55 94 52
 +33 (0)3 29 25 70 00
 directeur@hautes-vosges.net

HAUTES-VOSGES.NET

La Bresse, Gérardmer, St Maurice sur Moselle en Ventron: heerlijke bergdorpen gelegen in het natuurpark Les Ballons des Vosges, midden in de Vogezen (in het noordoosten van Frankrijk). Hier is iedere sportieveling gelukkig: je kan er wandelen, trailrunnen, mountainbiken, fietsen, klimmen, naar een avonturenpark, zwemmen, vissen en er zijn zelfs paden voor wandelaars op blote voeten! Liever kijken dan doen? Geniet als toeschouwer van de wereldbekerwedstrijd mountainbiken in La Bresse of van het evenement Climbing for life in Gérardmer.

SAINT-GERVAIS MONT-BLANC: mooi voor iedereen



Elsa Riche

■
 +33 (0)6 89 29 08 75
 +33 (0)4 50 47 77 90
 communication-ot
 @saintgervais.com

SAINTGERVAIS.COM

Bij sportieve toeristen is dit plaatsje een populaire bestemming: de ligging aan de voet van de Mont-Blanc en de klimmogelijkheden van Le Bettex zijn dan ook zeer aantrekkelijk. Voor meer relaxte bezoekers is de Tramway du Mont-Blanc een absolute aanrader: dit treintje gaat via bossen en alpenweides naar de bergtop Nid d'Aigle. Wie wil genieten van de zonsondergang met uitzicht op de Bionnassay-gletsjer, kan besluiten een nachtje 'boven' te blijven en er te slapen in een berghut.

LA ROSIÈRE: een grenzeloos leuk station



Elise Gentit

■
 +33 (0)6 08 86 73 04
 +33 (0)4 79 06 83 30
 communication@larosiere.net

LAROSIERE.NET

La Rosière-San Bernardo is een Frans-Italiaans skigebied waar je 's winters zo van het ene land naar het andere glijdt. En 's zomers overschrijd je de grens net zo gemakkelijk, al wandelend of fietsend via de mythische col Le Petit Saint-Bernard. Er zijn tal van routes om de valleien van de Haute-Tarentaise en van Aoste te ontdekken. Of je gaat er wildwatersporten of golfen. Gezellige drukte wordt verwacht op 9 juni en 18 juli, wanneer de Dauphiné en de Tour er finishen!

LA PLAGNE: the place to E!



Séverine Gonthier

■
 +33 (0)6 74 23 41 08
 +33 (0)4 79 09 99 39
 presse@la-plagne.com

LA-PLAGNE.COM

In La Plagne is tussen appelbomen en gletsjers een speciaal parcours van 150 km voor E-mountainbikes aangelegd: La Plagne wil 'the place to E' worden! Verder kunnen outdoorliefhebbers zich uitleven op trails en wandelpaden voor elk niveau, op via ferrata's en ook in de woeste waterstromen van de Isère.

Gratis omhoog in COURCHEVEL**Elodie Guignard**

■
 ☎ +33 (0)6 45 46 65 16
 📠 +33 (0)4 79 08 89 30
 presse@courchevel.com

COURCHEVEL.COM

De hele zomerse periode van 7 juli tot 31 augustus zijn de skiliften gratis voor alle vakantiegangers die willen genieten van de zonnige bergweides én van de internationale evenementen die hier worden georganiseerd, zoals de Red Bull 400 (21/7), Pyro Symphony Live (25/7), Fly Courchevel (augustus) en de wereldbekerwedstrijd Zomerschansspringen op 10 en 11 augustus met hoog in de lucht kleurrijke demonstraties van de vliegeniers van de Patrouille de France.

BRIDES-LES-BAINS: top voor je gezondheid**Elizabeth Raiberti**

■
 ☎ +33 (0)7 78 89 07 82
 📠 +33 (0)4 79 55 71 95
 elizabeth.raiberti@brides-les-bains.com

BRIDES-LES-BAINS.COM

Deze plaats ligt ideaal aan de voet van drie valleien en drie mythische cols: hét vertrekpunt om de regio te voet of per fiets te verkennen. Verveling bestaat hier niet, ook dankzij de aanwezigheid van twee bike-parks en van twee golfbanen die tot de mooiste van de Alpen horen. Plus: de Grand Spa Thermal is net gerenoveerd en met z'n 2700 m² nu het grootste nieuwste wellnesscentrum van de wijde omgeving!

LES 2 ALPES barst van de energie**Hélène Hospital**

■
 ☎ +33 (0)6 75 20 92 05
 📠 +33 (0)4 76 79 54 45
 helena.hospital@les2alpes.com

LES2ALPES.COM

Als het weer meewerkt - dus onder voorbehoud - kan tussen 23 juni en 26 augustus worden geskied op 3200 meter hoogte. Wat zeker gaat lukken is mountainbiken op de zwarte, rode, blauwe en groene pistes (van 23 juni tot 1 september) en verder staat de hele zomer bol van zo'n beetje alle outdoor-activiteiten die je kan bedenken.

Ook noteren: het Outdoor Festival van 22 tot 24 juni en de freeride ATB-competitie Mountain of Hell van 29 juni tot 1 juli.

VAUJANY: een zonnig dorp met een rugzakje**Annick Basset**

■
 ☎ +33 (0)6 07 57 21 41
 📠 +33 (0)4 76 80 72 37
 annick.basset@vaujany.com

VAUJANY.COM

Vaujany ligt op 1250 m hoogte op een zonnig plateau, niet al te ver van Grenoble, Bourg d'Oisans en Alpe d'Huez. Het charmante dorp ligt op de route van bekende cols, zoals de Glandon, de Croix de Fer en de Lautaret, en kent een dynamische geschiedenis door zijn ligging op de grens van de Isère en de Savoie (die pas vanaf 1860 bij Frankrijk hoort). Aanrader in Vaujany is de multi-activiteitenpas, waarmee je onder andere toegang krijgt tot de bergliften, het zwembad, de spa en de via ferrata.

MONTGENÈVRE: een rijk verleden, om nu van te genieten**Vincenzo Coppola**

■
 ☎ +33 (0)6 31 46 94 51
 📠 +33 (0)4 92 21 52 52
 promotion@montgenevre.com

MONTGENÈVRE.COM

Een plaatsje tussen Briançon en de Italiaanse grens met een rijke historie. Niet alleen wemelt het er van de kerkjes en kapellen - Montgenèvre ligt op de Dolomieten-route naar Santiago de Compostela - maar rond het dorp liggen ook een aantal eeuwenoude forten. Een aanrader is een wandeling te maken van fort naar fort, waarbij de meeste hoogteverschillen comfortabel kunnen worden overbrugd met stoeltjesliften.

PEYRAGUDES: een lust voor het oog en het lijf**Rémi Sakiroff**

■
 ☎ +33 (0)7 82 73 14 96
 📠 +33 (0)5 62 98 63 15
 direction@pyrenees2vallees.com

PYRENEES2VALLEES.COM

Peyragudes ligt in het midden van de Franse Pyreneeën in de Vallée de Louron. Het dorp en zijn omgeving staan bekend om het grote aantal Romaanse kerken, die nog in uitstekende staat verkeren. Daarnaast mogen vakantiegangers het wellnesscentrum Balnéa niet missen, waar ze thermale baden uit alle uithoeken van de wereld vinden (Romeinse, Japanse, Indiaanse en Inca-baden), waarvan sommige toegankelijk zijn voor het hele gezin.

TOT SNEL IN DE FRANSE BERGEN!

 **MEER INFORMATIE :**
presse.france-montagnes.com/nl



PERSAFDELING FRANCE MONTAGNES



Frédérique Chenal
f.chenal@france-montagnes.com

CHAMBERY • Frankrijk
Tel : +33 (0)4 79 65 06 75



Nicolas Maréchal
nicolas.marechal@atout-france.fr

BRUSSEL • Belgium
Tel : +32 2 505 38 17