



Découvrir Les Menuires

La montagne, c'est chouette l'été !



Par notre envoyée spéciale
Muriel Sparmont

■ Nous avons opté pour la découverte des Menuires en famille et durant les grandes vacances. Il y a de quoi prendre l'air, se dépenser, manger, faire du sport... et ouf!, aussi se reposer.

On n'imaginait pas une telle offre dans la station qui jouxte Val Thorens. D'abord, nous avons opté pour le logement «Les Clarines». En plein centre, la résidence propose durant tout l'été des appartements, du 2 pièces pour 4 personnes au 5 pièces duplex pour 10 personnes. Tout confort. Desquels vous accédez au «Spa d'altitude Ô Des Cimes» où vous



Ambiance montagne aux «Clarines».

profitez encore de l'accès gratuit à la piscine couverte, aux bains bouillonnants, aux saunas, hammams et à la salle de cardio-training (possibilité de massages, soins du corps et du visage avec supplément). Bref, un chouette environnement pour se poser.

ALLEZ, ON PREND L'AIR!

Si vous avez une envie de vélo, sachez que l'endroit est idéal pour le VTT. A découvrir cet été, la nouvelle piste de descente des «Girauds». Accessible à toute la famille, elle permet de s'initier en douceur à la descente VTT. Envie de découvrir plus engageante? L'enduro rouge «Balcon du Lou» est un incontournable.

Au programme: petite montée pour dévaler un beau single très roulant jusqu'au magnifique Lac du Lou, puis redescende en douceur par le boulevard.

Vous préférez l'âne au VTT? C'est jouable et même en nocturne. Et c'est garanti, ça plaît aux enfants. Une randonnée courte ou longue. Avec au programme une copieuse tartiflette à l'arrivée.

FAIRE TOUT UN FROMAGE

C'est aussi une nouveauté 2016. La ferme de la Trantsa au village du Chatelard propose aux gourmands les produits de la ferme tandis que les enfants cajolent les jeunes agneaux. Susan et Serge Jay vous attendent pour déguster la «trantsa» (spécialité locale à base de sérac, un



La récompense au bout de la randonnée.

fromage maigre, et de pain de seigle qui a donné son nom à l'exploitation).

Autre lieu connu des touristes et incontournable dans la région., chez Pépé Nicolas!

Un chalet d'alpage, tenu par les descendants de Pépé Nicolas, perché à 1900 mètres d'altitude et niché au coeur de la vallée des Belleville sur les hauteurs de Menuires. Potager pédagogique, présentation de la vie en alpage, initiation à la traite des vaches et des chèvres et à la fabrication du fromage, sont autant de moyens pour partager leur quotidien.

ET DE LA GASTRONOMIE

Après l'effort, le réconfort. Le restaurant Le Montagnard de Saint Martin de Belleville? Renseignements pris, il s'agit d'une assiette au Guide Michelin, attribuée en janvier dernier. À l'origine, le restaurant est une écurie familiale, dont Eric Suchet, alpagiste producteur

de fromage, hérite à la fin des années 90. Il la transforme en restaurant et s'entoure d'une équipe de passionnés des produits du terroir. Le chef actuel, Stéphane Maïo, travaille une cuisine surprenante et innovante.

AMOUREUX DE LA NATURE

Finis de manger et encore nouveau cet été: la création d'une maison de labeille au Plan de l'Eau des Bruyères. Une sortie «apiculture de montagne» y est proposée chaque mercredi par Klébert Silvestre, qui cumule les métiers d'apiculteur et d'accompagnateur en montagne. Sa

passion pour l'apiculture est née de son grand-père, puis de son oncle qui possédaient déjà des ruches



Apprendre à traire les chèvres, tout un programme!

dans la vallée. L'occasion de lever le voile sur labeille noire des montagnes, menacée de disparition et désormais protégée par nos apiculteurs.

C'est à travers une sympathique balade autour de Saint Marcel que Klébert fait découvrir son métier, entre prairies fleuries à butiner et ruches en bois. La balade se poursuit le long du torrent, vers le moulin de Burdin, où les marcheurs font une pause rafraîchissante, avant de découvrir en détail la constitution d'une ruche et ses rayons qui vont recueillir le miel. ■

OFFICE DU TOURISME

WWW.LESMENUIRES.COM
000334 79 00 73 00

VERSION COOL

On peut se la jouer farniente



Bien-être et remise en forme pour des vacances «efficaces».

La montagne, c'est aussi de l'eau. L'espace aquatique des Bruyères, c'est profiter de 3.500 m² dédiés au bien-être et à la remise en forme. Piscine, espace wellness, détente assurée.

LE TICKET DÉTOX!

Nouveau pour cette édition 2016. Faire un break, se ressourcer, prendre soin de soi, se régénérer, retrouver un équilibre, s'offrir une parenthèse de bien-être... découvrez les bienfaits d'un séjour detox qui vous permettra de finir l'été en mode zen dans un cadre idyllique. Les Menuires vous ont préparé un

programme aux petits oignons comprenant:

- une demi-journée de marche nordique
- une formule bien-être comprenant 1 massage «Mont Douceur» complet de 50 min, 1 massage «Refuge du Gouter» de 25 min, 1 massage «Wow des Cimes» sous affusion de 30 minutes. Chaque soin donne accès à l'Espace Wellness (sauna, hammam, jacuzzi)
- une formule aqua-fitness (cours d'aquagym, cours de fitness et stretching, accès musculation, accès piscine)
- un atelier juicing pour faire le plein de vitamines. ■



À TITRE D'INFORMATIONS: PACK 8 JOURS ET 7 NUIT SUR UNE BASE DE 2 ADULTES INCLUANT 7 JOURS D'HÉBERGEMENT EN APPARTEMENT. TARIF: À PARTIR DE 339 €/PERS LA SEMAINE DETOX. DU 13 AU 20 ET DU 20 AU 27 AOÛT 2016.



Des vacances à la découverte de la nature.

D.R., PHILIPPE ROYER, GUILLES LANSARD