

(lire par ailleurs).

Outre la randonnée ou le canyoning, pas toujours apprécié ni accessible aux enfants, la vallée propose également un circuit assez décoiffant de speed mountain (à partir de 5 ans), de nombreux parcours d'accrobranches en montagne accessibles à tout âge ou les via ferrata – des parcours ultra-sécurisés sur les falaises rocheuses – sans oublier les indispensables ty-

roliennes histoire de redescendre pépère...

En cas de mauvais temps, deux centres sportifs installés sur Les Ménuires offrent tout ce que l'on peut rêver en termes de soins du corps, plaisir de la nage et autres activités sportives pour les enfants (stages de judo, tennis de table et autres jeux de raquettes en tous genres).

Côté gastronomique, c'est certainement Byzance. L'accueil est chaleureux, les produits du terroir délicieux et l'addition largement moins salée que dans une banale brasserie bruxelloise avec vue sur la chaussée... On vous conseillera la ferme du Chantacoucou et les visites des chalets d'alpages et autres fermes du village, généreuses dégustations comprises, le sourire en prime.



COMMENT VENIR AUX MÉNUIRES

➔ **Par le train :** au départ de Bruxelles-Midi jusqu'à la gare de Lyon Part Dieu. Correspondance vers la gare de Moutiers Salins (28 km des Ménuires). Puis en car jusqu'aux Ménuires. Infos : www.b-europe.com et www.altibus.com. Durée du trajet : entre 8 et 9 heures.

➔ **Par la route :** depuis Bruxelles, direction Arlon. Puis Thionville en passant par Lëtzebuerg, descendre sur Metz, Nancy, Dijon puis Lyon. Arrivée sur les Ménuires. +/- 9 heures de trajet (+/- 950 km).

➔ **Par avion :** Bruxelles - Genève puis jusqu'aux Ménuires en voiture ou Moutiers en train (puis car ou voiture jusqu'aux Ménuires). +/- 7 heures avec les correspondances.

SE RENSEIGNER/ BIEN MANGER

➔ **Office de Tourisme des Ménuires**
En plein centre-ville, dans l'immeuble Belledone - 73440 France - +334.79.00.73.00 - <http://lesmenuires.com>

➔ **La ferme auberge Chantacoucou**
Le Châtelard - 73.440 Saint-Martin de Belleville - +336.13.98.91.56. www.bienvenue-a-la-ferme.com.

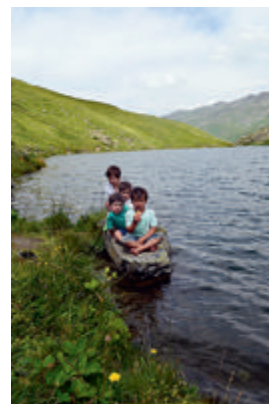
➔ **La Marmite de Géant**
Quartier des Bruyères - 73440 Les Ménuires - +334.79.00.74.75 - www.lamarmitedegeant.fr

5 BONS PLANS À FAIRE AUX MÉNUIRES

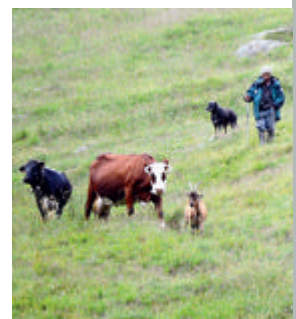
➔ **L'INCONTOURNABLE VTT** Chaque été depuis plus de 15 ans maintenant, les amateurs de randonnées à vélo remplacent les skieurs dans le domaine des Trois Vallées, véritable paradis des VTTistes. 120 km de sentiers grimant de 1.400 à 2.800 mètres d'altitude. C'est bien simple, il n'y a pas mieux en France. Plusieurs zones permettent aux plus jeunes (à partir de 8 ans) de s'initier au VTT sur des parcours aménagés à travers arbustes et alpages sur un profil plat.



➔ **LE LAC DU LOU** Cette splendide randonnée accessible aux plus jeunes (dès 4 ans) vous fera découvrir le plus haut lac de montagne de la région le temps d'une journée. Lieu idéal pour un pique-nique les pieds dans l'eau fraîche. Le refuge propose quelques produits du terroir. Vue imprenable sur les montagnes... On peut même y dormir. Prévoir des bonnes chaussures, surtout pour les plus jeunes.



➔ **LA FERME DE PÉPÉ NICOLAS** C'est une activité familiale incontournable. La grimpe vers la ferme de Pépé Nicolas n'est pas éprouvante. Une fois dans les alpages, les enfants traient les chèvres à l'ancienne, découvrent la fabrication du fromage pendant que les parents dégustent les produits locaux, dont certains fromages hors du commun tels que le Persillé, le Beaufort, la Tome des Bauges et/ou de Savoie, l'Abondance... Retour vers la vallée en compagnie des bêtes et du berger et de son chien. 9 € par adulte, gratuit pour les moins de 8 ans. Infos : www.chezpepenicolos.com.



➔ **ACROBATIES EN PLEINE NATURE** Un parcours enfant et un parcours adulte avec deux échappatoires et deux options de difficultés pour contenter les plus prudents et les plus audacieux. Un parcours enfant avec ligne de vie continue pour une sécurité maximum. Une tyrolienne spécifique pour les plus jeunes. Un chalet d'accueil avec terrasse plein sud.



➔ **LA PÊCHE À LA LIGNE** Contrairement aux idées reçues, la pêche n'est pas forcément une activité pour retraités. La vallée des Belleville propose nombreux lacs et étangs naturels riches en truites et autres poissons d'eau douce, sans oublier les 100 km de berges du Doron. Il suffit d'acheter une carte de pêche (12 euros la journée). Les abords des étangs sont même équipés de barbecues extérieurs afin d'y griller sa propre pêche. Plus frais que ça, tu meurs... Infos : www.pechebelleville.com.

