



01



02



04



05



06



08



09

## 01 Savoie

### REMONTER LA PENTE À VAL-D'ISÈRE

L'Espace Killy offre 300 km de glisse de 1550 à 3450 m au-dessus du niveau de la mer. Si c'est insuffisant, la station propose un nouveau concept : une piste de randonnée. Gravier 400 m de dénivelé depuis le front de neige permet de prendre ses marques avant de s'aventurer sur les 10 000 ha de neige vierge alentours. Ou simplement de réaliser une bonne séance cardio en plein air. Piste gratuite en accès libre. Tél. : 04-79-06-06-60. [www.valdisere.com](http://www.valdisere.com)

## 02 Savoie

### SE REFAIRE UNE SANTÉ AUX SAISIÉS

La station renforce son image sportive. Forte de 24 millions d'euros d'investissement pour l'hiver 2015, elle agrandit l'Espace Diamant de deux pistes et de nouvelles remontées mécaniques, et met en avant son site nordique olympique de 120 km. Pour compléter ce programme intensif, Le Signal, centre aquasportif de 5000 m<sup>2</sup>, s'implante au cœur du village du champion Franck Piccard. Des espaces aquatiques, bien-être, multisports sont accessibles à tous et, pour les sportifs professionnels, une

# PICS D'ADRÉNALINE.

Skier, surfer, s'envoler, gravir, randonner... Les stations rivalisent d'offres pour séduire les sportifs. **Par Nolwenn Patrigeon**

salle hypoxique recrée les conditions d'altitude. **Entrée bassin : 8 € (enfants : 5 €). Musculation et remise en forme : 16 €. Accès bassin, spa et musculation : 110 € la semaine.** [www.lessaisies.com](http://www.lessaisies.com)

## 03 Auvergne

### AVOIR LE VERTIGE AU MONT-DORE

La station du Mont-Dore est au pied du Puy de Sancy, le plus haut volcan de France métropolitaine. Son sommet atteint 1900 m d'altitude mais cela suffit pour pratiquer toute la palette des sports dits de haute montagne. Les attributs du volcan sont dignes des plus hautes cimes alpines, et les cirques sont façonnés de couloirs, crêtes, arêtes, cascades de glace et pentes à plus de 45 degrés. L'alpinisme dans le Massif central se pratique aussi accompagné par un guide de... haute montagne. [www.sancy.com](http://www.sancy.com)

## 04 Haute-Savoie

### GLISSER DANS LA FORÊT À AVORIAZ

Station sans voiture et très innovante en matière de développement durable, Avoriaz propose un concept de glisse original inventé et importé dans la station par l'Américain Jake Burton, visionnaire du snowboard : The Stash, un espace au cœur de la forêt équipé de 100 modules en bois et neige pour skieurs et snowboarders. Une pratique ludique qui se joue entre pistes vierges et passages secrets. [www.avoriaz.com](http://www.avoriaz.com)

## 05 Alpes du Nord

### SE PRENDRE POUR UN ESQUIMAU À VAL CENIS

L'expérience Grand Nord peut aussi se vivre dans les Alpes. A 2100 m d'altitude, près du magnifique lac du Mont-Cenis, les moniteurs diplômés inculquent les techniques de conduite d'un attelage de chiens de

traîneau, ainsi que la manière de soigner ces derniers. Après une nuit en refuge dans un véritable camp de trappeur et une ambiance de bout du monde, le rêve de fendre l'immensité blanche avec ces nouveaux compagnons devient réalité. **Husky Adventure, 240 € le stage « aventure » de 2 jours/1 nuit.** [www.haute-maurienne-vanoise.com](http://www.haute-maurienne-vanoise.com) [www.husky-adventure.net](http://www.husky-adventure.net)

## 06 Vercors

### ALLONGER LA FOULÉE À AUTRANS

Cela va faire trente-sept ans que la Foulée blanche rassemble plus de 16 000 participants chaussés de leurs skis de fond. Avec 10 parcours variés sur sept distances différentes allant de 5 à 42 km, chacun trouve sa foulée, des plus jeunes au plus anciens. Une course populaire qui rassemble avec panache les amateurs et les pros de tous âges, et qui est désormais ancrée dans l'ADN de ce beau petit village du Vercors. **Rendez-vous du 14 au 18 janvier 2015.** [www.autrans.com](http://www.autrans.com) et [www.lafouleeblanche.com](http://www.lafouleeblanche.com)

## 07 Haute-Savoie

### DOMINER LE MONDE AUX CONTAMINES

Dans ce haut lieu du ski de randonnée niché à l'abri du mont Blanc, les skieurs et leur guide partent à l'assaut des majestueux dômes de Miage. Au cœur de la plus haute réserve naturelle de France, ils font étape une nuit au refuge des Conscrits, et repartiront dès l'aube pour atteindre le col des Dômes. Comme des funambules, ils se lancent dans la traversée inoubliable de l'arête aérienne, suspendus au-dessus du monde. S'ensuit la belle descente sur le glacier d'Armancette avant de retrouver le plancher des vaches. **A partir de 399 € le stage de deux jours (randonnée de niveau 3).** **Bureau des guides, tél. : 04-50-47-10-08.** [www.guides-contamines.com](http://www.guides-contamines.com)

## 08 Alpes du Nord

### APPRENDRE LA LIBERTÉ À VAL THORENS

Dans la station la plus haute d'Europe, l'Office de la montagne a l'art et la manière d'emmener les skieurs hors-piste. Les moniteurs spécialisés et les guides déterminent l'itinéraire optimal en fonction des conditions et du niveau. Dans le cadre d'ateliers pédagogiques, ils donnent les éléments pour gagner en autonomie en montagne. Un parc de skis est à disposition. **Office de la montagne : [www.office-montagne.com](http://www.office-montagne.com) Tél. : 04-79-00-02-86.** [www.valthorens.com](http://www.valthorens.com)

## 09 Savoie

### ADMIRER LES AS DE LA GLISSE AUX ARCS

La trilogie culte des films *Apocalypse Snow* (1983, 1986 et 2008) le prouve : Les Arcs a toujours été une station pionnière dans les nouvelles glisses. Elle le confirme trente ans plus tard en accueillant des skieurs qui s'affranchissent des contraintes de la gravité. Ces illuminés venus des quatre coins du globe font d'une pente raide parsemée de barres rocheuses leur terrain de jeu. Du 17 au 24 janvier, le Red Bull Linecatcher rassemble ces skieurs en quête d'adrénaline, spectaculaire rendez-vous annuel du ski backcountry. [www.lesarcs.com](http://www.lesarcs.com)

## 10 Savoie

### SUIVRE LA COUPE DU MONDE À MÉRIBEL

Pour la première fois, les finales se déroulent en France, à Méribel, du 18 au 22 mars 2015, devant 70 000 personnes. Les 25 meilleurs skieurs de la planète se battront contre le temps pour une des neuf récompenses décernées. Du très beau spectacle, et une grande fête du ski sur le plus grand domaine skiable du monde... [www.meribelworldcup.com](http://www.meribelworldcup.com)