



NO STORY NO FUTURE*

N° FR

ONE

LE MAGAZINE LIFESTYLE DE LA CLUSAZ

2020 / 2021

NOS INVITÉS

MIRABELLE THOVEX - LES SOEURS HALLANT
CLÉMENT HUDRY - MATHIEU GAZAIX - FREDERIC
MARTINEAU - RADIOMEUH - PATRICK AGNELLET
STEPHEN REQUET - BEN BURATTI - LCZ ORIGINAL
RIDERS FACTORY - KILIAN BRON
DOMINIQUE THOVEX - JEAN-MARC MONBEC



La Clusaz
French Alps

* Sans histoire, pas de futur

PRODIGY

SERIES



Le prodigy 2.0 est l'arme ultime de polyvalence all mountain. Son nouveau shape twin directionnel et son noyau peuplier offrent le pop nécessaire pour envoyer des butters et surfer toutes les montagnes. La seule manière de battre votre dernier run sera d'en refaire un autre. Design par Parade Studios Paris.

Pour en savoir plus, visitez factionskis.com

FACTION

EDITO

Chers lecteurs, lectrices, tout le monde,

Vous allez vite vous apercevoir que dans ce nouveau magazine de La Clusaz, on a préféré mettre tout notre cœur plutôt que tous nos tarifs ou tous les horaires des bus. (Ne vous inquiétez pas, on a édité un autre document pour ça !). Vous découvrirez donc les gens qui font la station : ses habitants et ses acteurs qui ont la montagne au corps et qui incarnent l'âme de La Clusaz. Ils sont restaurateurs, photographes, hôteliers, musiciens, guides du patrimoine, sportifs aguerris, artistes ou tout simplement amoureux de leurs montagnes et fiers de vous les offrir en partage. Par leur implication, leur choix de vie, la passion qu'ils insufflent dans leur travail, l'humanisme qu'ils cultivent dans leurs relations, rendent votre séjour ici différent, inimitable. Laissez-les donc vous raconter « leur Clusaz » et vous expliquer comment cet état d'esprit unique, à la croisée du respect de la nature, de l'amour des sports de glisse, du dépassement de soi et de l'impertinence généralisée, s'est transformé en véritable style de vie, qui influence leur quotidien, où qu'ils soient.

Nous espérons que ce petit grain de folie, propre aux gens d'ici, vous accompagnera tout au long de votre séjour dans votre village de montagne, mais aussi qu'il vous suivra quand vous rentrerez chez vous, n'importe où dans le monde.

À La Clusaz, nous avons la conviction que l'avenir de la montagne appartient aux destinations qui savent proposer des expériences qui conjuguent authenticité et modernité, ouverture et respect, sens de l'accueil et caractère, divertissement et dépassement de soi.

Alors, quand vous faites le choix de La Clusaz, pour une journée ou une semaine, ce n'est pas anodin. Nous aimons à croire que vous venez ici car les valeurs que nous prônons font échos en vous.

Cette originalité et cette légère irrévérence, héritées de nos anciens, sont aussi profondément ancrées là, dans votre cœur. Voilà pourquoi nous voulons vous offrir le séjour que vous êtes venus chercher : un immense terrain de jeu où l'on se rencontre, se retrouve, s'inspire, se divertit, se dépasse, se découvre, s'émerveille... tels des épicuriens de la montagne.

Honneurs aux traditions qui ont forgé nos envies d'émancipation,
Merci aux histoires qui nous ont appris à écrire la nôtre.

La Clusaz, original par tradition.

*« À La Clusaz, parce que l'on respectera toujours d'où l'on vient,
On sera toujours libres d'aller où l'on veut. »*

David Perillat,
Président de l'Office de Tourisme
et adjoint à la Mairie de La Clusaz



S

M

M

R

CHAPITRE 1 LA CLUSAZ SOUL

- P06 MIRABELLE THOVEX
- P08 LES SOEURS HALLANT
- P12 UNE ANNÉE DE YOGA

CHAPITRE 2 LA CLUSAZ ART

- P18 CLÉMENT HUDRY
- P22 MATHIEU GAZAIX
- P24 FRÉDÉRIC MARTINEAU
- P26 RADIOMEUH

CHAPITRE 3 TERROIR & GASTRONOMIE

- P30 PATRICK AGNELLET
- P32 STEPHEN REQUET
- P34 LA RECETTE

CHAPITRE 4 VUE D'EN HAUT

- P38 BEN BURATTI
- P40 LCZ - ORIGINAL RIDERS FACTORY
- P42 KILIAN BRON

CHAPITRE 5 SAVOIR FAIRE

- P46 DOMINIQUE THOVEX
- P48 LE PARLER D'ICI
- P50 DO IT YOURSELF
- P52 BOUTIQUE

CHAPITRE 6 TOURISME D'AFFAIRE

- P56 BUSINESS CLUB DE LA CLUSAZ
- EXPORTER SON BUREAU À LA CLUSAZ

P58 PLAN DES PISTES

- P60 ACCÈS & TRANSPORT



10 ARGUMENTS POUR CONVAINCRE SON ENTOURAGE D'ALLER À LA CLUSAZ

1. POUR SON DOMAINE MYTHIQUE

Grâce à ses 5 massifs reliés, La Clusaz offre un terrain de jeux immense pour satisfaire toutes les envies. De l'Étala au massif de Balme, on suit la courbe du soleil pour profiter des meilleures conditions toute la journée et toute l'année.

Le domaine culmine à 2600m avec plus de 1500m de descente jusqu'au coeur du village. En skiant, courant, roulant, tous les éléments sont réunis pour parcourir la montagne en liberté.

2. POUR L'AMBIANCE FESTIVE

Sur les nombreuses terrasses en altitude ou sur les pistes qui arrivent directement dans le village, la soirée d'après-sport fait partie des us et coutumes de La Clusaz. La station est réputée pour son ambiance conviviale, ses longues soirées festives au son de ses événements !

- Le repaire à cocktails :
La Scierie
- Les pubs incontournables :
Les Caves de Paccaly
- Le plus festif :
Le Bal
- Le plus cosy :
Le Bar du St Alban Hôtel & Spa
- Le plus local :
Le Lion d'Or

3. PARCE QUE C'EST LE BERCEAU DU FREERIDE

Edgar Grospron, Candide Thovex et les riders montants de La Clusaz ont fait leurs armes sur le domaine et ce n'est pas pour rien. Chaque saison la station fait tout pour que petits et grands freeskiers s'épanouissent sur le domaine. Quand la neige disparaît les âmes libres de la descente continuent à s'en donner à coeur joie à vélo, en courant ou même dans les airs. Rider en liberté est le mot d'ordre du coin.

4. POUR SES ACTIVITÉS ORIGINALES

Pour l'Outdoor, des pauses bien-être ou la découverte de la culture du village...

il y a de quoi satisfaire toutes les envies :

- **Nouveau :**
Passerelle vertigineuse au Col de Balme
- **Insolite :**
Escape game et tyrolienne au dessus du lac
- **Bien-être :**
Massage et spa
- **Contemplative :**
Espace aquatique des Aravis
- **Proche de la nature :**
Ski joëring et chien de traîneau
- **Découverte :**
Le Hameau des Alpes

5. POUR RENCONTRER DES FIGURES LOCALES DANS UN VILLAGE TYPIQUE

Les personnalités de La Clusaz ont gardé le sens de l'accueil d'antan et perpétuent l'état d'esprit cluse. Les habitants de La Clusaz se feront un plaisir de vous accueillir pour partager leur passion respective dans leur village typique des Alpes où bois et pierre se mêlent à la perfection ! On les rencontre dans les commerces, sur la place de l'Église ou simplement en demandant une indication dans la rue car l'accueil fait partie des valeurs fortes de la station.

6. POUR INSTALLER SON BUREAU

À La Clusaz, on travaille depuis le bord des pistes dans l'espace de co-working tout neuf « Le Pêlé » avant d'aller prendre une pause ski ou randonnée. 2019 a vu le lancement d'un nouveau Business Club qui rassemble à La Clusaz, des chefs d'entreprise souhaitant soutenir la station. Un vivier d'idées pour travailler dans un cadre nouveau.

7. POUR SES ÉVÉNEMENTS INCONTOURNABLES

L'ambiance conviviale de La Clusaz se retrouve aussi dans ses événements. Historiques ou au concept nouveau, ils sont toujours l'occasion de rassembler. L'hiver, on ne manquera pas Le LCZ Fest pour s'imprégner de la culture freeski ni les événements de fin de saison comme la

fameuse course de waterslide des Confins : le Défi Foly. En été, on s'alignera au départ d'une des courses de Trail du Bélier ou on ira déguster des bons produits à la Fête du Reblochon. En toute saison on profitera d'un moment de détente pendant la Good Vibes Week ou La Clusaz Yoga Festival.

8. POUR DEVENIR UN TOUCHE À TOUT DU SPORT

À La Clusaz on peut arriver déjà pro ou avec l'envie d'apprendre. Il existe des initiations sportives correspondants à tous les goûts. Avec un peu de motivation et l'aide des accompagnateurs de la station, on pourra découvrir et se perfectionner en randonnée et Trail, en VTT à assistance électrique pour une première approche, en via-ferrata pour un premier pas vers l'escalade, en freeride pour découvrir la neige dans tous ses états, ou encore en parapente biplace pour profiter de la vue de plus haut.

9. POUR VARIER LES HÉBERGEMENTS

Qu'on ait envie d'un confort haut de gamme ou d'un lieu de rencontre pendant son séjour, on trouvera ce qu'on cherche dans le village. De l'hôtel 5 étoiles, en passant par les résidences jusqu'aux lieux de bivouac paradisiaques : à chaque saison son plaisir. Jamais très loin, l'architecture typique de La Clusaz avec ses toits en tavillons et ses beaux chalets en bois saura donner un sentiment authentique à chaque lieu de repos.

10. POUR LA JOIE DES PAPILLES

Les amateurs de Reblochon le retrouveront dans tous ses états dans les délicieux restaurants du centre du village mais aussi dans les fermes d'alpages. En tartiflette, en Reblochonade, version tomme blanche... tout est bon avec du Reblochon ! Pour ceux qui souhaitent goûter à d'autres plats en gardant des produits locaux dans leurs assiettes, les établissements de La Clusaz se diversifient aussi pour proposer des mets de plus en plus fins qui mélangent saveurs d'ici et d'ailleurs.

LA CLUSAZ SOUL

LA CLUSAZ SOUL

MIRABELLE THOVEX
Son parcours

LES SOEURS HALLANT
Autour du monde

UNE ANNÉE DE YOGA
Avec Élodie Lantelme



MIRABELLE THOVEX

Sa carrière sportive en 4 dates

1999 : LES DÉBUTS

A 8 ans, j'ai suivi l'exemple de ma sœur et j'ai essayé le snowboard pour la première fois. J'ai tellement aimé que je suis rentrée au Club des Sports de La Clusaz 2 ans plus tard. J'ai voulu m'essayer à toutes les disciplines du snowboard (slalom, snowboard cross, half-pipe, slopestyle), parce que c'est important de faire de tout et surtout, je voulais être sûre d'avoir tout testé avant de trouver la discipline dans laquelle m'investir. J'aimais tout type de snowboard mais j'avais quand même une préférence pour le freestyle et particulièrement le half-pipe.

2007 : L'ÉQUIPE DE FRANCE

Je suis donc rentrée en équipe de France de snowboard half-pipe à l'âge de 15 ans. Tout s'est enchaîné rapidement après, j'ai participé à mes premiers Championnats du Monde et j'ai commencé à voyager tout autour du globe.

2010-2011 : LES PREMIÈRES FOIS

En 2010, j'ai participé à mes premiers Jeux Olympiques à Vancouver, c'était incroyable. En 2011, je suis montée pour la première fois sur un podium de Coupe du Monde à Bardonecchia et ensuite j'ai continué pendant plusieurs années à voyager pour la compétition.

2010-2018 : LA COMPÉTITION À FOND

J'ai eu la chance de participer à 3 Olympiades (2010, 2014, 2018), 7 Championnats du Monde, des X Games en France, aux États-Unis ou encore en Norvège, des US Open, des Dew Tour et beaucoup (beaucoup) de Coupes du Monde. C'était dingue !

LE MOMENT QUI A CHANGÉ SA VIE DE SPORTIVE DE HAUT-NIVEAU

Les Jeux Olympiques de Sotchi ont clairement marqué ma carrière de sportive de haut-niveau avec une journée qui a été la plus belle de toute ma vie. Je suis arrivée très sereine à l'événement que je préparais depuis 4 ans. Mes amis et ma famille m'avaient envoyé un vidéo que j'ai reçu

le matin de la course. Cette vidéo m'a fait un bien fou. J'ai donc enchaîné les qualifications, les demi-finales et enfin les finales, mon objectif ultime.

Je me sentais tellement bien, tout était merveilleux. J'ai gagné de la confiance en moi

et en mon snowboard après cette belle journée.

NDLR : Mirabelle prend la 10ème place sur la compétition de half-pipe.

LE LIEN ENTRE ENTREPRENEURIAT ET SPORT DE HAUT-NIVEAU

Cela a été le sujet de mon mémoire de fin de Master. Il y a énormément de lien entre l'entrepreneuriat et le sport de haut niveau, beaucoup plus qu'on ne peut l'imaginer. Il y a par exemple, le dépassement de soi, le goût du challenge, le respect ou encore l'esprit d'équipe qui sont des valeurs très importantes dans le sport de haut niveau mais aussi dans l'entrepreneuriat.

SON LIEU PRÉFÉRÉ POUR TRAVAILLER À LA CLUSAZ

Je ne suis certainement pas très objective mais j'adore travailler au Candide Store, j'aime bien être assise au niveau des manges debout et regarder les gens passer dans le village tout en travaillant.

J'AI EU LA CHANCE DE PARTICIPER À 3 OLYMPIADES

SON SPOT DE RIDE PRÉFÉRÉ À LA CLUSAZ

Il y a tellement de spots, et tous dépendent des conditions de neige. Je ne vais certainement pas être originale mais Balme reste forcément l'un de mes spots préférés à La Clusaz.

L'ÉVÉNEMENT À NE PAS RATER À LA CLUSAZ

Il y a un événement qui me tient particulièrement à cœur, premièrement parce qu'il a lieu face à la maison de mon enfance mais aussi parce que j'ai toujours rêvé d'y participer : Le Défi Foly, une course de waterslide sur le Lac des Confins où l'ambiance est géniale. Je n'ai malheureusement jamais eu la chance de faire la descente dans le lac car j'ai toujours eu peur de me faire mal avant la fin de la saison, mais j'espère vraiment pouvoir m'inscrire l'année prochaine.

UN PROJET POUR LES ANNÉES À VENIR

Aujourd'hui, j'aimerais vivre ma passion du snowboard différemment, j'ai envie de me concentrer un peu plus sur des images, photos/vidéos en dehors du pipe. Car comme au début de ma carrière, je pense que c'est important de pouvoir toucher à toutes les disciplines du snowboard. Par exemple, je suis partie faire de l'héliski au Canada l'hiver dernier, je n'avais jamais eu le temps de faire ce genre de trip et c'était génial !

BALME
RESTE L'UN
DE MES SPOTS
PRÉFÉRÉS
À LA CLUSAZ



> J'aime bien être assise au niveau
des manges debout et regarder les gens
passer dans le village tout en travaillant. <
Mirabelle Thovex

LES SOEURS HALLANT

4 caractères, 1 seule envie

Elles sont quatre, ont grandi à La Clusaz, sont monitrices à l'ESF. Chacune a un caractère bien unique et pourtant, elles ont la bonne humeur en commun. Ces quatre sœurs hyper souriantes nous racontent leurs voyages au bout du monde et ceux plus proches, à La Clusaz.

4 SOEURS
4 CARACTÈRES
4 COÛNS POI NOUS

QUELLE EST LA DESTINATION DU BOUT DU MONDE QUE TU RECOMMANDERAS ET POURQUOI ?

Lydie : Le Costa Rica notamment pour le surf, la randonnée et pour la diversité de la faune et de la flore et cet esprit hippie que l'on trouve autour des spots de surf. Le seul bémol, c'est que le tourisme n'est pas bien intégré dans la vie locale donc moins intéressant d'un point de vue culturel.

Élise : L'Australie, les paysages sont assez incroyables, la nature y est vraiment préservée, et c'est en partie grâce aux australiens qui font très attention à l'environnement. Tu peux camper tout près des kangaroos, les oiseaux sont partout, l'océan est plein de belles vagues et de coraux (à la grande barrière).

Adèle : Je n'ai pas beaucoup voyagé, mais je suis partie deux fois au Mexique en moins de 6 mois ! J'ai longé la côte sud du pays, de l'État de Nayarit, jusqu'à l'État de Oaxaca. Les Mexicains sont supers accueillants et aidants ! Toujours le sourire, une corona à la main, la Pura Vida quoi.

PEUX-TU NOUS PARLER DU VOYAGE QUI T'A LE PLUS INSPIRÉ ?

Lydie : Mes 5 mois à Santa Monica en Californie au bord de l'océan pour mon stage de fin d'étude et les rencontres que j'y ai fait. J'avais bien choisi mes dates et j'ai pu profiter de l'été californien : aller au travail en vélo puis faire un footing le long

de la plage ou aller jouer au foot avec mes colocos et le week-end, surf !

Élise : J'avais pris l'avion et j'ai atterri en solo à Fuerteventura aux Iles Canaries, loué une voiture et j'avais passé mes journées à surfer, chiller sur la plage, marcher sur les volcans. C'est là que je me suis rendue compte que partir seule, ça donne l'avantage de s'ouvrir plus facilement à l'aventure et aux rencontres tout en gardant sans difficultés des moments pour soi, propices à l'introspection.

Adèle : Le Mexique encore. C'était la première fois que je prenais l'avion plus de 3h. Je suis partie en sac à dos avec une copine dans l'espoir de dégouter des beaux spots de surf (d'où la côte Pacifique) et on n'a pas été déçues...

Emma : L'Australie. On s'est fait une sorte de mini road trip sur la côte ouest avec un campervan loué sur place. Des paysages différents à chaque stop, des kangourous, des baleines, des plages à couper le souffle... Et tout ça partagé avec ma sœur Élise.

EST-CE QUE TU VOYAGES POUR UNE PRATIQUE EN PARTICULIER (SPORTS D'EAU, YOGA, RANDONNÉE ETC) ?

Élise : Je voyage toujours avec une planche de surf sous le bras. Je peux vous dire que se trimballer d'auberge de jeunesse en auberge de jeunesse avec tout son barda de backpacker ET sa planche de surf, ça n'est pas tous les jours facile.

Adèle : Principalement pour le surf, en France déjà mais je suis aussi allée en Espagne, au Portugal, aux Canaries, au Maroc, au Mexique... Après, avec ma famille, on a aussi pu découvrir les magnifiques paysages de l'Atlas en randonnée. Et puis je fais un peu de parapente aussi, à la dune du Pilat par exemple ou en Espagne.

Emma : Principalement pour le surf, ce qui est aussi le cas pour mes sœurs. Et je voyage surtout pour changer d'univers, dans d'autres paysages pour mieux apprécier le retour à la maison.

QUEL EST TON SPOT PRÉFÉRÉ POUR PRATIQUER LE SURF EN VOYAGE ?

Lydie : Ça reste Hossegor. On a de la famille là-bas, mes sœurs y ont fait de nombreuses saisons d'été, ce qui fait pas mal de pieds à terre.

Élise : Tous les endroits où il y a de bonnes vagues, qu'il ne fait pas trop froid et où l'ambiance est bonne. J'ai de magnifiques souvenirs dans des vagues pas terribles mais entourée de surfeurs super cools et inspirants (et de dauphins), tout comme des sessions magiques en Indonésie aux conditions parfaites où tout le monde a le smile.

Emma : Il y a le Maroc où je n'ai eu l'occasion de surfer que peu de fois mais où j'aimerais bien retourner !

TO BE CONTINUED -



De gauche à droite :

Lydie, Élise, Adèle, Emma



en hallant toutes ...



554357 CJ



PEUX-TU PARTAGER AVEC NOUS UNE ANECDOTE DE VOYAGE OU UNE EXPÉRIENCE INSPIRANTE ?

Lydie : Juste un conseil : quand il s'agit de louer des voitures, ne prenez pas les moins chères, surtout si vous comptez partir au Costa Rica où les routes sont des chemins parcourus de nids de poule ou si vous comptez avaler des kilomètres sur les routes de Californie.

Adèle : On a dû faire face à un ouragan 5/5 à mon arrivée au Mexique. Il arrivait droit sur l'endroit où nous étions. Nous avons réussi à prendre la route vers le sud à temps et éviter le gros de la tempête. C'était quand même très impressionnant et nous avons eu peur pour la population locale restée sur place.

Emma : Nous nous sommes faites bénir sur un parking par un inconnu lors de notre road trip (God is watching you, god bless you...) en Australie avec Élise. Ceci dit, grâce à ça (ou pas?) nous sommes tombées sur un petit coin de paradis le lendemain.

PEUX-TU NOUS PARLER D'UN PLAT VENU D'AILLEURS QUE TU AIMES PARTICULIÈREMENT ?

Emma : Le couscous ! Dans la famille on en fait très régulièrement, souvent le dimanche quand on se retrouve tous

Lydie : Je dirais la soupe de curry rouge mais la réponse d'Emma m'a inspirée donc je dirais le tajine de poulet.

Élise : J'aime beaucoup les recettes d'inspiration vietnamienne, les banh mi et autres bao bun, c'est tellement frais, bon et sain. Même si je ne suis pas encore allée faire un tour au Vietnam. Mais soyons honnêtes, rien ne remplacera le goût d'une bonne tomme fermière dont mes papilles raffolent.

Adèle : J'adooore les sushis ! Et j'adore les faire aussi, ça n'est pas du grand art mais ça régale bien ma famille et mes amis qui en raffolent.

QUAND TU REVIENS DE VOYAGE, QUEL EST L'ENDROIT RESSOURÇANT OÙ TU AIMES ALLER À LA CLUSAZ ?

Lydie : Chez mes parents. Il y a toujours une de mes sœurs qui traîne par là. On mange, on se repose et on fait des jeux de mots vaseux.

Élise : Quand je reviens de voyage j'aime me retrouver dans la maison familiale, j'y passe beaucoup de temps car je suis très proche de mes parents et de mes sœurs.

Adèle : Chez moi dans un premier temps, mais ça finira toujours au bar autour d'une bonne bière avec les amis !

Emma : Je dirais la retenue d'eau de Beauregard. La vue est magnifique, avec le sunset, un petit barbecue, une bonne bière et des copains !

QUEL EST L'ACTIVITÉ/LE LIEU À NE PAS RATER L'HIVER À LA CLUSAZ ?

Élise : Si tu n'es pas trop branché(e) sports de glisse, tu peux toujours te balader en raquettes sur les plateaux de Beauregard ou des Confins, bien manger dans les innombrables bonnes adresses du coin, te relaxer au spa ou juste profiter du bon air de la montagne.

Adèle : Évident, un cours de ski avec une des sœurs Hallant ! Plus sérieusement, les événements de fin de saison d'hiver sont tops ! Comme le Derby de Balme, le Défi Foly ou encore le Radio Meuh Circus festival, et j'en passe...

Emma : Le Derby de Balme, qui ouvre le début de la fin de saison, celle que je préfère. Une super ambiance et une organisation au top, on est sûr de passer un bon moment.

QUEL EST LE MEILLEUR SPOT DE SKI À LA CLUSAZ SELON TOI ?

Lydie : J'aimerais bien te le dire mais si je le divulgue, tout le monde va aller à l'Étale... Oups !

NOUS NE TRAHIRONS
JAMAIS L'ÉTALE

Élise : Comme pour mes sœurs j'imagine... L'Étale c'est la maison, j'aime tous les terrains qu'elle peut offrir.

Adèle : Un bon Fernuy bleu glacé of course ! Maiis non ! L'Étale bien sûr !!!!

Emma : Sans hésitations Balme pour le commun des mortels !! Mais ceux qui connaissent bien les Hallant savent que nous ne trahirons jamais l'Étale.

PEUX-TU NOUS RACONTER TON MEILLEUR SOUVENIR SUR LES SKIS À LA CLUSAZ ?

Lydie : C'est tout bête maintenant que tout le monde est équipé en matériel de ski de randonnée mais mon meilleur souvenir, c'était il y a un peu plus de 10 ans avec ma sœur Élise, quand on est montées à l'Étale à pied, skis sur le sac dans presque un mètre de neige au mois de novembre au lieu d'aller au ski études. On en avait bien bavé mais on s'était gavées. On avait même fait une vidéo. Bref, on était pré-courseurs.

Élise : Il y a 2 ans, nous sommes allés skier à l'Étale avec mon papa et nous avons retrouvé ma mamie sur les pistes. Elle était toute contente car la noire était damée et elle voulait qu'on y aille ensemble pour être rassurée. Une fois en haut, mon père s'élança puis ma mamie commença à descendre à toute vitesse, «dré dans l'pentu» comme on dit chez nous. J'étais derrière et je bouclais mes virages comme une folle car c'était trop bon et en même temps je rigolais tellement fort en voyant ma grand-mère de 80 ans descendre à toute allure en faisant des petits travers de temps à autres. Elle n'avait clairement pas besoin de notre aide, et surtout elle allait bien plus vite que moi !

UNE ANNÉE

UNE ANNÉE DE YOGA AVEC ÉLODIE LANTELME

Jan. -- 1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

JAN

TADASANA
Posture de la montagne

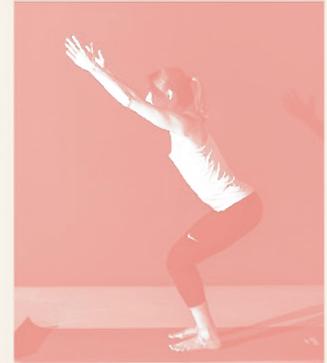


Lorsque les jours sont courts, pratiquer Tadasana permet de se ré-énergiser de la tête aux pieds et de se rééquilibrer, tout en renforçant les capacités respiratoires grâce au dégagement de la cage thoracique. Pieds parallèles largeur de bassin, les jambes sont engagées (avec l'intention de tourner les talons vers l'extérieur), le nombril se serre contre la colonne, les omoplates se rapprochent pour ouvrir les épaules, les oreilles s'éloignent des trapèzes et la couronne du crâne s'étire vers le ciel. Il peut faire chaud rien qu'en restant debout ! La respiration est lente, calme, profonde.

Feb. ----- 1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 -----

FÉV

UTKATASANA
Posture de la chaise



Dans le froid de l'hiver, parfois synonyme de baisse d'énergie, la posture d'Utkatasana permet de redynamiser l'organisme, tout en favorisant l'ancrage grâce au renforcement des jambes mais aussi de la sangle abdominale. Pieds parallèles largeur de bassin, genoux fléchis tout en continuant à pouvoir voir vos orteils (pour ne pas avancer trop les genoux, ce qui fragilise l'articulation), les mains se déploient vers le ciel tout en gardant les épaules basses, tandis que le poids du corps descend dans les talons, le dos ne se creuse pas mais s'étire. La respiration est lente, calme, profonde, en insistant sur l'inspiration, pour augmenter l'effet énergisant (brahmana).

Mars. ----- 1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 29 30 31

MAR

VIRABHADRASANA II
Posture du guerrier 2



À partir de la posture d'Utkatasana, reculer un pied et le placer à 90 degrés par rapport au talon du pied avant tout en pressant fermement le bord extérieur dans le sol. Les bras s'étirent de chaque côté à hauteur d'épaule égale, et le regard se porte au-dessus du majeur de la main avant. Le genou avant ne dépasse pas l'aplomb de la cheville et le genou ne tombe pas vers l'intérieur. Les épaules restent basses, la nuque dégagée, le dos n'est pas creusé. Il est possible d'engager encore davantage l'énergie de l'ancrage et l'auto agrandissement en « magnétisant » les jambes l'une vers l'autre, comme si elles étaient attirées l'une par l'autre. Virabhadrasana II, posture puissante, permet de renforcer les membres inférieurs tout en étirant la cage thoracique.

April ----- 1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30 -----

AVR

UTTHITA TRIKONASANA
Posture du Triangle étiré



Le début du printemps signe une transition qui invite à se libérer des accumulations de l'hiver, tout en veillant à préserver la chaleur, afin de lutter contre l'humidité et les frimas persistants. C'est le moment de rééquilibrer le dosha Kapha dans nos constitutions, ce que permet la posture de Trikonasana. Depuis la posture de Virabhadrasana II, retendre la jambe à l'avant. Tourner les paumes de main vers l'extérieur. Sur l'inspiration, avancer la main devant et dans l'expiration, laisser le buste basculer sur la jambe avant pour aller enlacer la cheville tout en gardant les épaules alignées et les deux bras étirés dans les directions opposées. Les genoux ne sont pas verrouillés et les rotules cherchent à s'élever (micro-fléchir la jambe en cas de douleur derrière les genoux). Il est possible de placer un bloc sous la main au sol afin de respecter son alignement et de garder l'auto-agrandissement du dos dans la posture. Tourner le regard vers la main levée. Respirer calmement pour ouvrir délicatement le flanc.

ÉLODIE LANTELME

Formée à la philosophie grecque classique, à l'enseignement du Satiam Yoga, du Power Yoga et du Pranayama, Élodie Lantelme est également l'heureuse co-organisatrice de la Semaine Good Vibes et du festival international de yoga de La Clusaz.

.....1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12
May 13 14 15 16 17 18 19
20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30 31

MAI

SETU BANDHASANA
Posture du Demi-Pont



Au printemps, les affections respiratoires sont fréquentes. Afin de renforcer le système respiratoire, mais aussi de libérer les tensions des fléchisseurs des hanches et d'étirer le tronc, tout en calmant l'agitation mentale. Allongé.e sur le dos, épaules relâchées, mains de chaque côté du bassin, paumes vers le sol, fléchir les jambes pour amener les talons vers les fesses, pieds parallèles largeur de hanches. Sur l'inspiration, sans écarter les genoux vers l'extérieur, lever le bassin et décoller le dos vertèbre par vertèbre jusqu'à venir sur les omoplates. Allonger la nuque pour éviter toute surpression dans les yeux (redescendre, sinon). Serrer le nombril contre la colonne pour protéger les lombaires. Rester dans la posture et respirer calmement.

3 4 5 6 7 8 9
June 10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24 25 26 27 28 29 30

JUL

SITALI PRANAYAMA



Lorsqu'il fait trop chaud, au sens propre comme au figuré (quand la colère monte, par exemple), pratiquer Sitali Pranayama, traduit par « le souffle frais », se révèle intéressant. Assis le dos droit, rouler la langue et la faire dépasser légèrement des lèvres. Durant 1 à 3 minutes, inspirer lentement par la bouche en notant la sensation de fraîcheur et expirer par la bouche en ressentant la chaleur qui sort. Terminer en inspirant puis suspendant le souffle poumons pleins, tirer la langue et expirer.

3 4 5 6 7 8 9
July 10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24 25 26 27 28 29 30

JUN

UTTANASANA
Posture de la Pince
debout



Avec l'été arrive la chaleur. Afin d'éviter tout déséquilibre et d'apaiser le dosha Pitta, les pratiques de yoga pourront mettre l'accent sur les flexions avant, calmantes. La reine d'entre elles est Uttanasana, qui demande beaucoup d'humilité afin d'être réalisée correctement. À partir du bassin, le dos s'allonge et s'étire totalement sur les cuisses (ce qui peut demander à plier les genoux lorsque les ischio-jambiers sont plus raides). La respiration abdominale, comprimée, s'invite alors dans le dos, ouvrant de nouveaux espaces respiratoires. Les jambes sont actives (quadriceps engagés, pieds cherchant à se rapprocher).

1 2 3 4 5 6 7
August 8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30 31

AOÛT

VIPARITA KARANI
Posture inversée



Posture de repos, régénérante en étant aussi calmante que énergisante car rééquilibrante, Viparita Karani est créditée d'une action régulant la pression sanguine et le système hormonal tout en défatiguant les jambes. Pour une forme encore plus restaurative, elle peut être pratiquée contre un mur. Poser le bassin sur une couverture pliée ou une brique de yoga (attention à ne pas mettre le support dans le creux lombaire, il doit être placé assez bas, sur le coccyx, et créer une sensation de lâcher prise, sans cambrer le dos) et déployer les jambes vers le ciel (vous pouvez plier les genoux pour plus de confort). Relâcher tout le dos, les épaules, allonger la nuque. Rester dans la posture 3 à 11 minutes.

YOGA

Sept. 1
2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30

SEP

ANJANEYASANA

Posture du Croissant à genou



Grande posture d'étirement du muscle psoas iliaque, Anjaneyasana libère les blocages du bassin tout en étirant la cage thoracique et en ouvrant la ceinture scapulaire. Idéal pour laisser circuler l'énergie dans une période souvent chargée émotionnellement et physiquement ! Depuis Uttanasana, amener un pied vers l'arrière. Poser le genou opposé au sol (sur un petit coussin, si c'est douloureux). Le genou avant est à l'aplomb de la cheville, les deux pointes iliaques sur la même ligne. Sur l'inspiration, amener les mains au-dessus de la tête paume contre paume tout en conservant les épaules basses. Expirer et descendre le souffle dans le bassin sans laisser le nombril ressortir vers l'avant. Prendre 5 à 10 respirations complètes dans la posture.

Oct. 1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31

NOV

PRITHVI MUDRA

Mudra de la terre



Au cœur de l'automne, la saison se fait plus humide et froide. Pour rééquilibrer cette sensation de pesanteur, de lourdeur, qui s'installe, rien ne vaut les Mudras, ces postures des doigts, qui forment également une des branches du yoga. Réaliser régulièrement (même peu de temps) Prithvi Mudra permet de s'alléger le corps autant que l'esprit. Assis confortablement et dignement, placer le bout des annulaires en contact avec les pouces et garder tous les autres doigts tendus. Presser légèrement annulaire et pouce. On peut pratiquer cette Mudra en posture de Tadasana, et la boucle de l'année est bouclée !

Oct. 1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

OCT

PARIVRTTA ANJANEYASANA

Posture de la Torsion en fente



Parce qu'elles compriment les anneaux vertébraux pour en libérer doucement le liquide rachidien, les torsions améliorent la mobilité de la colonne tout en massant les viscères grâce à la respiration, afin de favoriser le feu digestif. À partir d'Anjaneyasana, placer la pointe du coude sur le genou opposé. Redresser le buste pour conserver l'ouverture de la cage thoracique et les oreilles loin des épaules. Expirer profondément afin de profiter de la remontée du diaphragme pour accentuer le twist, inspirer doucement. Rester 5 à 10 respirations complètes.

Nov. 1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 29 30

DÉC

SURYA BHEDANA

Le Pranayama solaire



Le souffle des jours plus courts par excellence, qui permet de garder le moral quand la rentrée se profile, que les nuits s'allongent de façon plus marquée ! Assis, le dos droit, dans une posture digne et confortable, fermer la narine gauche avec l'annulaire de la main droite (index et majeurs sont repliés sur la paume de main), inspirer par la narine droite. Au bout de l'inspiration, suspendre le souffle, le-s deux narines fermées. Relâcher l'annulaire pour expirer par la narine gauche. Recommencer le cycle par l'inspiration narine droite. Réaliser ce pranayama durant 3 à 11 minutes. Prendre un temps pour observer les effets revigorants dans le corps.

PRATIQUEZ AVEC INTELLIGENCE !

Prenez le temps de ressortir des poses en vous préservant et en évitant toute douleur. Ne forcez jamais dans une posture. Certaines sont déconseillées en cas de hernie discale, glaucome, hypertension...



TOP 4 DES LIEUX RESSOUR- ÇANTS

À LA CLUSAZ

PROLONGEZ L'EXPERIENCE ZEN...

... DANS LES SPAS DE LÀ STATION !

Passage obligé après une journée active, La Clusaz permet de savourer des moments de relaxation aux douces senteurs alpines grâce aux centres de bien-être, qui mettent à disposition sauna, hammam, balnéothérapie, ou encore massage aux plantes de montagne pour évacuer les tensions.

NOTRE SÉLECTION DE SOINS À DÉCOUVRIR DANS LES SPAS

1 • SPA NUXE ST-ALBAN HOTEL & SPA****

Nuxe Massage Le St-Alban
1h15 : Ce modelage du visage et du corps, exclusivité du St-Alban, libère lentement des tensions cutanées et procure une détente totale à l'aide de manœuvres appuyées et des boules de pin Cembro tièdes.

2 • CARLINA SPA HÔTEL CARLINA***

Voyage découverte « Détente profonde »
2h : Bain hydromassant, enveloppement, modelage aux pierres chaudes.

3 • CRISTAL SPA HÔTEL AU COEUR DU VILLAGE****

Soin signature Éveil des sens
55min : Une ambiance, une musique, un parfum, un massage selon vos envies. Besoin d'être redynamisé, relaxé ou cocooné ? Ce massage est fait pour vous.

4 • DEEP NATURE SPA

Massage signature «L'immersion»
20 à 75 min : Réalisé sur un tempo lent, avec des manœuvres appuyées et profondes, le massage Signature L'Immersion favorise la déconnexion. Le corps est stimulé en douceur, les tensions s'échappent.

LA CLUSAZ ART

CLÉMENT HUDRY
Photographe

MATHIEU GAZAIX
Artiste

FREDERIC MARTINEAU
Le goût des belles choses

RADIOMEUH
La webradio



S
M
J
Z
A
R
T
CLUSAZA

CLÉMENT HUDRY

Bon pied, bon œil

Après des études de journalisme, brillamment réussies, Clément Hudry était destiné à rejoindre une des nombreuses rédactions parisiennes qui lui tendaient les bras. Mais c'était sans compter sur l'amour profond qu'il porte à son territoire ! Aussi doué en rédaction qu'en photographie, il préféra se consacrer totalement aux prises de vues qu'il fait lorsqu'il arpente la chaîne des Aravis. Grâce à ses clichés uniques qui subliment l'esthétique des paysages de montagne, il est devenu en quelques années seulement une référence en la matière.

LA DIVERSITÉ DES PAYSAGES
EST POUR MOI LE GROS AVANTAGE
DE CE TERRITOIRE.

EN QUOI LES MONTAGNES DES ARAVIS ET NOTAMMENT CELLES DE LA CLUSAZ INFLUENCENT TON TRAVAIL ?

La diversité des paysages est pour moi le gros avantage de ce territoire. Vous pouvez immortaliser un lever de soleil dans une ambiance très alpine au sommet de la Pointe Percée par exemple, puis terminer la même journée en shootant le calme des eaux du lac d'Annecy, sur un ponton. Et le patrimoine est aussi très riche, que ce soit les hameaux, les "anciens" qui y vivent, les fêtes traditionnelles... Il y a beaucoup d'histoires à mettre en images !

QUI SONT LES PHOTOGRAPHES QUI T'INSPIRENT ?

J'adore l'image, au sens large du terme et j'ai donc des inspirations diverses. Pour l'événementiel sportif et le Trail en particulier, j'apprécie beaucoup le travail d'Alexis Berg. Il a une véritable signature et une vision qui lui est propre. Pour ce qui est de la photo de paysage et de montagne, j'ai toujours été touché par les images d'Alexandre Deschaumes. Son travail est toujours très maîtrisé techniquement.

LES PRISES DE VUE EN MONTAGNE NE SONT PAS LES PLUS FACILES À RÉALISER. EST-CE QUE TU PEUX PARTAGER AVEC NOUS QUELQUES-UNS DE TES TRUCS POUR FAIRE DES BEAUX CLICHÉS ?

« IL Y A BEAUCOUP D'HISTOIRES À METTRE EN IMAGES ! »

Globalement, je conseillerais de se rendre en montagne à des horaires "décalés", pour rechercher les belles lumières, du lever ou du coucher de soleil. Je shoote très rarement en pleine journée, la lumière de midi ne mettant vraiment pas les reliefs en valeurs, surtout en été. Je n'aime pas spécialement non plus les journées de grand beau temps avec un ciel tout bleu et trop plat. Quand j'arrive sur un spot qui me semble intéressant, je recherche une ligne directrice, un volume ou une symétrie. Pour cela, il faut réussir à abandonner les vues d'ensemble, difficiles à équilibrer. En sélectionnant un détail, une partie précise de l'environnement, vous aurez plus de chance d'obtenir une image unique.

LORS DE TES MULTIPLES REPORTAGES, TU ÉVOQUAIS LES PROBLÉMATIQUES À TRAVAILLER SUR DES ÉVÉNEMENTS SPORTIFS OU EN PLEINE NATURE. TU AS UNE ANECDOTE À RACONTER ?

Disons que j'ai une certaine faculté à me mettre dans de bonnes galères... (rires). En mai 2019, j'ai eu la chance de couvrir la Transvulcania, une épreuve de Trail se déroulant à La Palma dans l'archipel des Canaries. La mission rêvée avec deux journées de repérages sur l'île, des paysages volcaniques fantastiques... Et puis, j'ai perdu ma carte bancaire. Je m'en suis aperçu le jour de l'épreuve. J'ai donc shooté de 5 heures du matin à 19 heures, sous une chaleur étouffante, en courant pour me rendre sur les différents spots, sans rien avoir à manger et presque rien à boire. J'ai fini complètement cuit à dévaliser le ravitaillement final avec les coureurs. Plus mal en point que certains d'entre-eux !

un air de savane africaine dans les montagnes de La Clusaz





Après une courte approche à pieds depuis Balme, la combe de Bellacha se profile sous nos spatules. Ne reste plus qu'à se laisser basculer dans la première rampe.



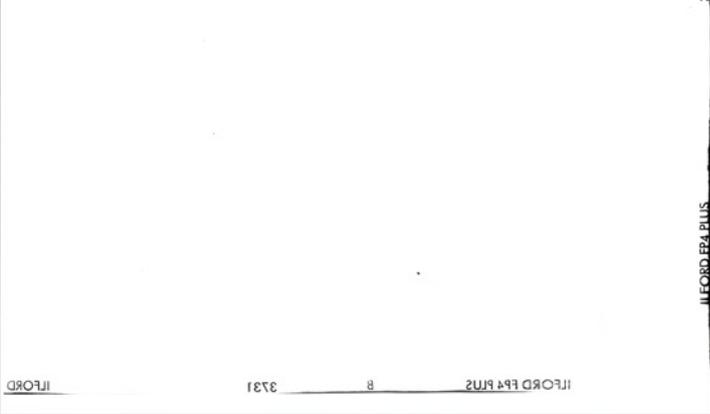
3731

ILFORD FP4 PLUS

3731

ILFORD FP4 PLUS

Dernière descente sur le domaine. Il est l'heure de sortir des sentiers battus pour empêcher les derniers virages poudreux de la journée.



ILFORD F4 PLUS

3731

F4 PLUS



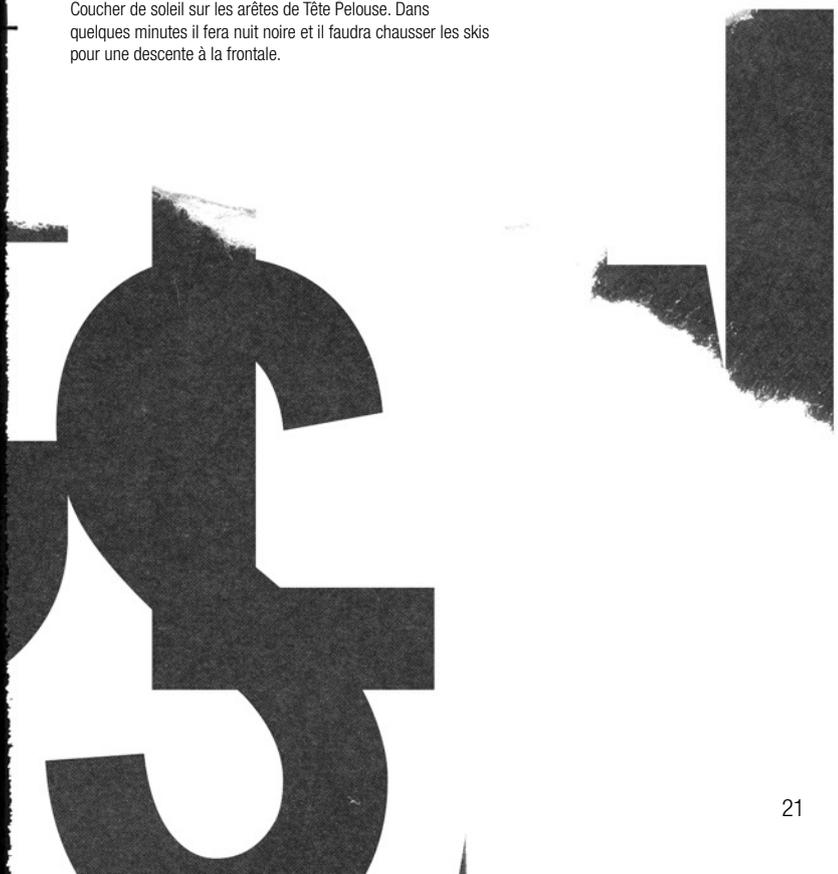
Les giboulées de mars ont repeint les Aravis en blanc et transformé cet arbre en boule de neige. Le printemps devra patienter encore quelques jours.

15 ← → 16



ILFORD

Coucher de soleil sur les arêtes de Tête Pelouse. Dans quelques minutes il fera nuit noire et il faudra chauffer les skis pour une descente à la frontale.



ARTISTE



MATHIEU GAZAIX

Faune artistique

Vous avez déjà dû remarquer ses fameux dessins de béliers réalisés au stylo à bille noir, illustrant les couvertures des brochures de La Clusaz, la paire de ski Faction Prodigy (cf. page shopping), ou encore des dessins de faune sauvage, décorant le manche du couteau Opinel qu'il avait réalisé pour célébrer les 125 ans de la marque. Mathieu Gazaix est un artiste, originaire du Sud de la France qui connaît très bien La Clusaz puisqu'il y a vécu plus de 10 années.

LA MONTAGNE EST
UNE SOURCE D'INSPIRATION
INÉPUISABLE

COMMENT AS-TU ATTERRI À LA CLUSAZ, BIEN LOIN DE TON SUD NATAL ?

Je cherchais un travail dans un environnement proche d'une nature forte. En sortant de mes études d'arts graphiques à Lyon, j'ai vu une annonce pour un emploi de graphiste à La Clusaz. Je ne connaissais pas particulièrement la station, sauf de nom. Mais je savais que les grandes métropoles n'étaient pas pour moi. Depuis mon enfance, je suis passionné de glisse que ce soit le ski, le longboard, le VTT ou le surf. Et je me suis dit que ce territoire était un endroit parfait pour pratiquer quelques-unes de ces disciplines, et exercer le métier auquel je me destinais à ce moment-là. J'ai postulé et ça a fonctionné. Je me suis tout de suite senti chez moi. Entre l'environnement naturel, les habitants qui sont devenus rapidement des amis et le travail qui me passionnait, je me suis dit que j'avais une bonne étoile qui veillait sur moi (rires).

TU AS PRODUIT DE NOMBREUSES CRÉATIONS METTANT EN SCÈNE LES MONTAGNES OU SA FAUNE. EN QUOI CET ENVIRONNEMENT EST-IL INSPIRANT POUR TOI ?

L'art se veut comme la représentation de la réalité de son auteur. La montagne, avec ses paysages variés, ses animaux,

son climat, ses habitants est une source d'inspiration inépuisable ! Les massifs de Haute-Savoie, et notamment La Clusaz, sont connus pour leurs traditions en matière culinaire, sportive ou architecturale. Mais on oublie souvent le courant artistique et culturel qui est propre à ces territoires.

« JE ME SUIS TOUT DE SUITE SENTI CHEZ MOI »

J'ai travaillé avec un photographe local (Gregory Dieu) sur une série de visuels, où l'on mélangeait mes dessins et ses prises de vues magnifiques de la montagne. Autre exemple, Pierre Amoudry (nldr : artiste peintre du Grand-Bornand) mêle très bien sa technique et cette nature sauvage. Il peint les moments de vie de son périmètre, utilise les supports qui s'offrent à lui.

QUELS SONT TES OUTILS POUR DESSINER ?

J'utilise principalement deux techniques. La première est le stylo bille. Il permet d'améliorer l'aspect figuratif et analytique grâce à la gestion des dégradés. Je l'affectionne pour sa simplicité d'utilisation ainsi que sa propreté. Quand je manie la peinture ou l'encre j'ai tendance à salir le support. Le stylo, c'est parfait (rires). La deuxième technique qui me permet de bien m'exprimer est la gravure. Le principe est totalement différent du stylo. Je débute sur un support noir où je viens gratter afin de faire apparaître le blanc. C'est une tout autre réflexion qui me donne du fils

à retordre. Mais cela me plaît : l'apprentissage de nouvelles techniques pour de nouveaux résultats.

QUELS SONT TES RÉFÉRENCES OU TES ARTISTES PRÉFÉRÉS ?

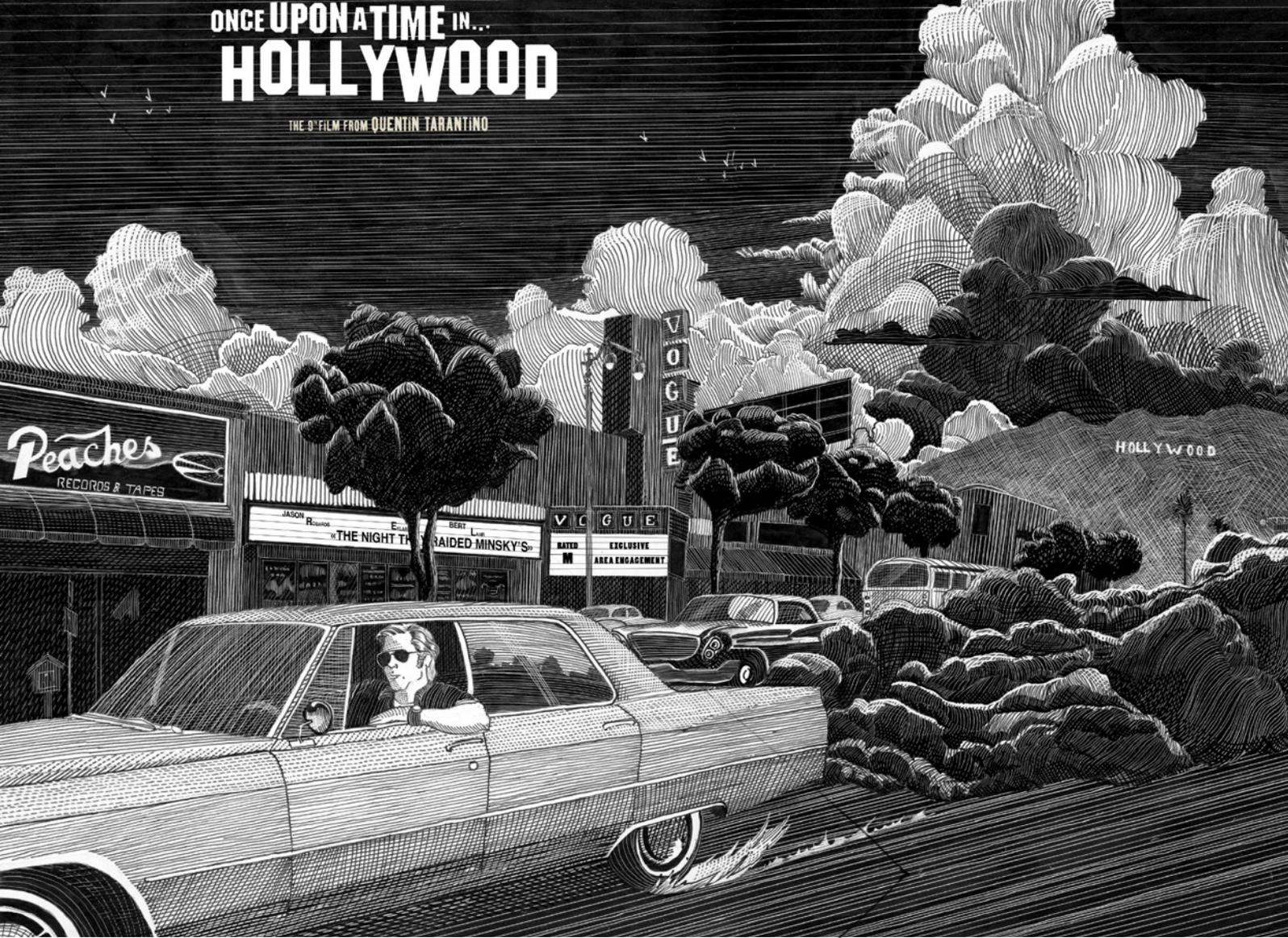
J'ai toujours été fasciné par les représentations des artistes peignant leur époque. Le réalisme russe d'Ilya Répin, Kramskoï, le romantisme français de Delacroix, Géricault. Les gravures de Gustave Doré sont également une source inépuisable d'inspiration. Il laisse derrière lui une œuvre imposante de plus de dix mille pièces !

DEPUIS PEU, TU ES RETOURNÉ DANS LE SUD DE LA FRANCE. QUELLE EST TA VIE AUJOURD'HUI ?

Je vis à présent dans les Cévennes, à la frontière entre le Gard et la Lozère. Bien sûr, je continue de dessiner. C'est un besoin viscéral chez moi ! Je m'essaye à d'autres techniques comme la gravure sur métal sur des couteaux que je confectionne moi-même dans mon atelier. Je me suis pas mal diversifié dans mes activités. c'est mon côté curieux ! J'ai rénové une partie de la ferme où vivaient mes aïeux et cultive un potager. J'attache une grande importance à l'Art du jardin car il demande un savoir théorique et pratique sans fin. Je reste profondément attaché à La Clusaz où j'ai noué beaucoup d'amitiés sincères. Je suis toujours très heureux quand j'y retourne !

ONCE UPON A TIME IN...
HOLLYWOOD

THE 9th FILM FROM QUENTIN TARANTINO



Mathieu
Gazaix



FRÉDÉRIC MARTINEAU

A le goût des belles choses



FRÉDÉRIC MARTINEAU, VOUS ÊTES LE DIRECTEUR AU ST ALBAN, HÔTEL & SPA, QUI A OUVERT SES PORTES EN DÉCEMBRE 2018 À LA CLUSAZ. POURQUOI AVOIR CHOISI LA CLUSAZ POUR IMPLANTER CET ÉTABLISSEMENT ?

Après l'ouverture de plusieurs hébergements sur Chamonix, le groupe Assas Hotels⁽¹⁾ voulait diversifier sa présence sur d'autres massifs des Alpes Françaises. La destination de La Clusaz a été choisie pour son côté authentique bien sûr, mais aussi pour son emplacement stratégique, avec sa proximité d'Annecy, l'accès facilité depuis les bassins Lyonnais et Genevois. L'hôtel, par sa taille, son design et ses services, s'est naturellement positionné en 4 étoiles, et vise une clientèle haut de gamme diversifiée : on vient en famille, entre amis, le temps d'un week-end ou pour des séjours plus longs. Nous accueillons aussi une clientèle d'affaires, grâce à nos deux salles de séminaires, des entreprises françaises principalement, mais aussi en provenance d'Angleterre ou de Scandinavie. Grâce à cette variété de proposition de séjour, les saisons s'allongent, et nous pouvons ainsi garder nos équipes à l'année, ce qui est un plus pour la satisfaction et la fidélisation de nos clients.

PARLEZ-NOUS UN PEU DE VOUS, DE VOTRE PARCOURS ?

Avant d'arpenter les chemins des montagnes de Haute-Savoie, il a fallu trouver le mien. Licence d'anglais en poche, je cherchais à m'épanouir professionnellement, si possible dans les deux langues. Ayant toujours aimé rendre service, je trouvais un intérêt à découvrir l'hôtellerie. Travailler dans un bel endroit, renseigner les clients, leur donner des tuyaux... Voilà une idée qui me convenait ! Je découvrais aussi les horaires décalés, le travail le week-end, les journées qui n'en finissent pas, les demandes à satisfaire dans l'urgence... (rires). Mais surtout la satisfaction de combler les attentes de mes clients !

LA DÉCORATION ET LE DESIGN SONT DES ATOUTS INDISPUTABLES DE VOTRE HÔTEL. IL Y A UNE ATTENTION PARTICULIÈRE QUI A ÉTÉ DONNÉE À L'ATMOSPHÈRE DE VOTRE ÉTABLISSEMENT. QUELLES ONT ÉTÉ VOS INSPIRATIONS ?

Ce qui est indéniable, c'est que je ne pourrais pas m'épanouir dans un hôtel qui ne me correspond pas. J'ai besoin d'être motivé par le lieu ! Et le St-Alban me ressemble beaucoup. Par exemple, j'adore les livres et il y a plus de 21 000 ouvrages qui ont été répartis dans l'hôtel ! Leslie Gauthier, fidèle architecte d'intérieur sur les projets Assas, possède un véritable talent pour créer des ambiances différentes. Elle est parvenue à marier harmonieusement plusieurs univers

LA CLUSAZ
A ÉTÉ CHOISIE
POUR SON CÔTÉ
AUTHENTIQUE

au St-Alban, que ce soit le côté « club anglais » pour son bar, l'ambiance « Grand Hôtel Budapest » du lobby ou encore les références aux chalets de montagne, puisque le bâtiment est construit totalement en bois (hors fondations). Une première en France pour un hôtel de cette taille ! Je pense qu'elle a su réinterpréter avec élégance la tradition des Alpes françaises, en choisissant des matières nobles et des éléments graphiques savamment distillés (mur Art Déco, illustrations de Mathieu Persan⁽²⁾). Bref, les codes du luxe sans ostentation.

**« MA » CLUSAZ
Mes activités préférées**

- Le ski, bien sûr !
- Le Trail : un grand bol d'air et une excellente fatigue dans des paysages superbes.
- La BD : j'ai plus de 250 ouvrages.

Mes lieux préférés

Le Col des Aravis l'hiver et le lac des Confins l'été ! Les paysages de montagne sont exceptionnels.

Bars & commerces préférés

- Le Vieux Chalet. (et sa fondue à la truffe...)
- La Ferme des Corbassières pour son côté alpage.
- Patrick Agnellet pour l'excellence de ses pâtisseries.

(1) Groupe propriétaire de l'hôtel St Alban

(2) Mathieu Persan, illustrateur indépendant (www.barbude-sign.com)



RADIO MEUH .COM

De la bonne Meuh'zique
De la bonne Meuh'zique

Voilà plus de 13 ans que RadioMeuh inonde le web avec du bon son. Cette radio en ligne 100% musicale, indépendante, sans pub et sans tube, diffuse de l'amour et de bonnes vibrations, en direct du pays du Reblochon, avec des morceaux de choix et quelques jingles "faits maison". On est parti interviewer l'équipe de la Meuh pour mieux comprendre leur dernière nouveauté, le label « AOP ».

POUR LA PERSONNE SUR CETTE PLANÈTE QUI NE CONNAÎT PAS ENCORE RADIO MEUH, POUVEZ-VOUS NOUS RACONTER BRIÈVEMENT CE QUE C'EST...

Née en 2007, la Radio Meuh fonctionne grâce à une bande d'irréductibles amis, ayant un seul mot d'ordre : le partage du bon son, sans prise de tête. Depuis le jour de sa création, elle n'a jamais cessé d'émettre : 24h sur 24, 7j sur 7, sans aucune publicité et avec un accès gratuit ! Treize ans plus tard, elle a tracé son petit bout de chemin et est devenue l'une des radios digitales indépendantes les plus écoutées de France ! Tout simplement... Or, si l'on veut continuer de réjouir les papilles auditives de nos auditeurs, il faut sans cesse partir à la recherche de nouveaux titres, fouiner, chiner... C'est beaucoup de plaisir mais ça demande aussi beaucoup de temps !

C'EST POUR CETTE RAISON QUE VOUS AVEZ CRÉÉ CETTE FORMULE D'ABONNEMENT « AOP » ?

Exact ! La question du modèle économique de la radio qui jusqu'ici, tournait quasi-bévolement s'est posée. La solution de

PLAYLIST DE L'APÉRO EN MONTAGNE

- 1- Earth Wind & Fire - Drum Song
- 2- Don Adams - Home Again Hello
- 3- Holy Hive - Ice Dreaming
- 4- Moody Sanchez - About A Girl
- 5- Chiilid - Count Me Out
- 6- Jungle Brown - We On (feat. Sampa the Great)
- 7- Myka 9 & Factor Chandelier - Soul Beat
- 8- Adrian Young - Love's Melody
- 9- Herbie Hancock Stars in your eyes (special disco remix)
- 10- Carla Fauche - Love
- 11- Love Unlimited - I Can't Let Him Down
- 12- Split Decision Band - Watchin' Out
- 13- Marcel Vogel feat. Khalil Anthony - those Moments feat. Tim Jules (Original Mix)
- 14- Sophie Lloyd - Calling Out (feat. Dames Brown) (Danny Krivit Edit)
- 15- Mind Enterprises - Idol
- 16- Alex Rossi - Tutto Va Bene Quando Facciamo L'amore
- 17- Hysteric - Amoureuse

facilité aurait été d'intégrer de la publicité à l'antenne. Mais, c'est une chose à laquelle nous n'avons jamais voulu nous résoudre. L'idée « d'altérer l'écoute » avec de la pub reste tout simplement exclu. Devenir un AOP (pour « Auditeurs d'Origine Protégée »), c'est avant tout faire partie de la famille Radio Meuh et la soutenir. Concrètement, il s'agit d'un abonnement donnant accès à une multitude de fonctionnalités. Par exemple, beaucoup de morceaux joués sur la Meuh ne sont pas nécessairement référencés ailleurs. Autant dire que nous recevions très régulièrement des mails demandant en substance : « Bonjour, pourriez-vous me donner le titre joué entre 13h et 15h30, mardi de la semaine dernière, qui faisait Boom Tchak, avec une petite

mélodie au banjo ou à la gabbardine derrière, je ne sais pas... Mais je ne le retrouve nulle part. Merci ! Bisous ! ». Nous ne pouvions bien évidemment pas répondre, encore moins à tous ! Alors, nous avons décidé de donner l'accès à tout l'historique et

c'est l'une des nombreuses fonctionnalités proposées par l'abonnement.

À CAUSE DE LA CRISE SANITAIRE DE L'HIVER DERNIER, LE RADIO MEUH CIRCUS FESTIVAL N'A MALHEUREUSEMENT PAS PU SE DÉROULER À LA CLUSAZ. MAIS COMMENT ÉTAIT NÉE L'IDÉE DE CE PROJET ?

Encore un truc assez fou ! Pensé à l'origine comme le prolongement physique de la radio, l'idée fondatrice est de réunir une fois par an « comme à la maison » les auditeurs et les artistes. Là encore, nous sommes

clairement partis de pas grand-chose : 3 bouts de tente, 2 piquets et de l'huile de coude. Puis très rapidement, nous avons pu compter sur le soutien de « Mère Patrie » La Clusaz et bien évidemment, sur celui des copains, des commerçants, eux-mêmes rejoints ensuite par de nouveaux partenaires privés, etc. Aujourd'hui le Radio Meuh Circus Festival, c'est 16 scènes dont 10 gratuites, une trentaine d'artistes internationaux et des concerts pendant 4 jours, dans le cadre magnifique et unique de La Clusaz.

SI VOUS NE DEVIEZ CITER QU'UN SEUL ARTISTE, CELUI QUI A VRAIMENT MARQUÉ CE FESTIVAL ?

Radio Meuh est très proche du « Yeah ! Festival » qui se déroule en juin à Lourmarin. L'un des organisateurs n'est autre que Laurent Garnier (ndlr : qui a aussi une émission mensuelle sur l'antenne). Il est venu jouer trois fois au Circus et devait faire la soirée de fermeture l'hiver dernier. C'est toujours un régal de l'accueillir parmi nous, avec toute sa bande ! Laurent, c'est comme notre tonton, et c'est d'ailleurs comme ça qu'on le surnomme.

Infos : <https://circus.radiomeuh.com>

À LA RECHERCHE DE - REBLOCHONLAND -

CHAPITRE 1

ARISTIDE & BÉRÉNICE

OU DEUX SWEETHEARTS EN QUÊTE D'AMOUR
ET DE BON SON

BÉRÉNICE, C'EST COMME LES JEUNES
FEMMES DE SON ÂGE, AIME LA MUSIQUE.
MAIS PAS N'IMPORTE LAQUELLE...



OH, LA VACHE ! JE N'EN PEUX
PLUS DE CETTE SOUPE
PSEUDO-MUSICALE.
ET TOUTE CETTE
RÉCLAME, C'EST
ÉPUISSANT !



LAISSEZ-MOI
FAIRE, BÉRÉNICE !
J'ÉTAIS
PRÉSIDENT DU
DEE-JAY CLUB
DE LA PARISSSE
ET JE...
VOUS, FRANCIS ?
NON SEULEMENT VOUS
AVEZ DES GOÛTS DE
CHIOTTE, MAIS EN PLUS
VOUS MIXEZ COMME UNE
SAUCISSE !

LAISSEZ TOMBER CE TOCARD
ET SES 45 TOURS. PARTONS
ENSEMBLE À LA RECHERCHE
DE REBLOCHONLAND,
MON AMOUR !

OH, ARISTIDE !
EST-CE DONC
VRAI QU'IL EXISTE
UNE CONTRÉE
MUSICALE POUR
LES MÉLOMANES
COMME VOUS
ET MOI ?



TO BE POURSUIVED... (OU PAS)

VOUS AUSSI, PRENEZ LA ROUTE
DE REBLOCHONLAND
ET DÉCOUVREZ LES OFFRES
100% BON SON DE RADIOMEUH.COM

©ALEXIS

À LA RECHERCHE DE - REBLOCHONLAND -

CHAPITRE 2

EUGÈNE & ALBERTE

OU LE LOVE TRIP À REBLOCHONLAND
TOMBE À L'EAU

COMME CHAQUE SOIR EN ÉCOUTANT LA RADIO,
ALBERTE PLEURAIT...

SI J'ENTENDS ENCORE
UNE FOIS DU JUL OU DU PNL,
JE M'ÉTOUFFE MOI-MÊME AVEC
MON OREILLER !



LE LENDEMAIN MATIN,
EN RETROUVANT
EUGÈNE...

ET SI NOUS PARTIONS
ÉCOUTER DU SON À
REBLOCHONLAND,
MA CHÉRIE ?

OH, EUGÈNE ! VOUS NE
POURRIEZ PAS ME RENDRE PLUS
HEUREUSE... MAIS, SAVEZ-VOUS
COMMENT Y ALLER ?



QUELQUES HEURES PLUS
TARD...

NOUS Y SERONS
BIENTÔT,
MA SIRÈNE !

OH, OUI !
J'AI HÂTE.

J'AI
COMME
L'IMPRESSION
QU'IL ME
MÈNE EN
BATEAU...



EN EFFET, EUGÈNE NE SAVAIT PAS DU TOUT OÙ
ÉTAIT REBLOCHONLAND, ET LE LOVE TRIP
TOMBA À L'EAU...

JE PÉNSAIS
POURTANT QUE...

EUGÈNE,
PLEASE,
PAS UN MOT
DE PLUS !



ALBERTE SERA T-ELLE
DÉÇUÉ TOUTE SA VIE
EN MATIÈRE D'HOMME
ET DE MUSIQUE ?

TO BE POURSUIVED... (OU PAS)

LE BON SON SANS SE MOUILLER,
C'EST SUR RADIOMEUH.COM

ENCORE UNE APRÈS-MIDI DE CALME PLAT
AU SÉCRÉTARIAT DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE BRIDGE OÙ TRAVAILLAIT ESTHER. MAIS SOUDAIN,
À LA RADIO...

... VOUS AUSSI, DEVEZ AUDITEUR
D'ORIGINE PROTÉGÉE AVEC
RADIOMEUH.COM...



LA RÉCLAME RÉSONNAIT EN ELLE.
ESTHER Y VIT UNE OCCASION D'OBTENIR
L'AVANCEMENT TANT CONVOITÉ...

... LE BON SON, LE VRAI, COMME
VOUS NE L'AVEZ JAMAIS VÉCU,
ET À PARTIR D'UN 1 € PAR MOIS
SEULEMENT...



À LA REC
- REBLOC

CHA

ESTHER TE

OU UNE DÉC

Enjoy
Music
from
ReBlochonLand

www.radiomeuh.com

29

PRIVATE

T T E R R R

T G A A

N O I I

PATRICK AGNELLET
Chocolatier

STEPHEN REQUET
Restaurant La Ferme

MERINGUE AU REBLOCHON FERMIER
Recette Bistro les 2 Mules

TERROIR ET GASTRONOMIE

PATRICK AGNELLET

Du chocolat au bout des doigts

PARLEZ-NOUS DE VOTRE ATTIRANCE POUR LA PÂTISSERIE ?

Depuis tout petit, je suis attiré par le sucré. Ma mère disait d'ailleurs que j'étais né pâtissier ! À la maison, il fallait que je mette la main à la pâte. Dès qu'il fallait casser des œufs, c'était pour moi. J'avais déjà un œil très attentif sur la beauté des choses et des produits : myrtilles, framboises, gâteaux... J'étais comme émerveillé ! Mes parents étaient agriculteurs et je ne baignais pas du tout dans cet univers, mais mon attirance pour la cuisine était une évidence, tout comme m'orienter vers cet univers. Je n'avais simplement pas encore conscience de ce qu'était ce (beau) métier à l'époque !

VOUS SEMBLEZ AVOIR DES LIENS FORTS AVEC VOTRE FAMILLE ET VOS ORIGINES ?

La famille est très importante dans mon parcours, depuis toujours ! Nous avons mené une vie simple dans mon enfance, nous n'étions pas écrasés sous le confort mais nous étions heureux comme tout. Ma famille m'a transmis des valeurs essentielles et plus j'avance dans le temps, plus je réalise qu'elles ont été fondamentales dans mon parcours. La valeur du travail, du respect des personnes, de l'entraide... que j'ai développé dans mon enfance à la ferme, lors des corvées de tavaillon et les foins. Le monde de la montagne est fait d'entraide et d'échanges, ça rapproche les gens ! Ce sont autant de valeurs que je m'emploie à retrouver dans mon travail et avec mes collaborateurs.

VOTRE FILS SUIV VOS TRACES, POUVEZ-VOUS NOUS PARLER DE LA TRANSMISSION PÈRE-FILS ?

Avec les années, j'ai pris goût à la transmission, notamment auprès de mon fils. Passionné depuis son jeune âge et très gourmand - c'est très important la gourmandise ! - il a fait son propre parcours dans le milieu. Il s'est créé ses propres convictions, sa propre personnalité et a d'ailleurs fait son apprentissage dans d'autres établissements. Il a quand même suivi le chemin des concours, comme son papa, et ça fonctionne plutôt bien puisqu'il a été qualifié aux olympiades des métiers qui l'ont mené à la finale mondiale.

Je pense qu'il a été inspiré par mon parcours mais qu'il a à cœur de développer sa propre personnalité et de montrer qu'il a des idées.

POURQUOI AVEZ-VOUS FAIT LE CHOIX D'IMPLANTER VOS ÉTABLISSEMENTS DANS LA RÉGION ?

Boutiques implantées à Annecy-le-vieux et La Clusaz.

Quand on a respiré l'atmosphère, l'ambiance, la façon de vivre, les saisons, la culture des montagnes... il est impossible de partir de la région. Mon enfance est imprégnée par cet environnement. Cueillir les myrtilles ou les framboises avec ma maman, les pique-niques dans les bois, c'était un bonheur intense et des souvenirs marquants. Je suis fondamentalement amoureux de mon terroir et j'ai conscience de la chance de vivre sur un tel territoire. Rester ici était donc une évidence !

VOTRE ENVIRONNEMENT INSPIRE-T-IL VOS CRÉATIONS ?

L'environnement d'Annecy et de La Clusaz inspire forcément mes créations, de près ou de loin. Dans mes créations, il y a souvent une histoire dans l'histoire, quelque chose qui me ramène à mes origines : mettre en valeur une montagne, un hommage à ma maman ou ma grand-mère par exemple. Quand je vais travailler sur une recette, je suis marqué par ce que j'ai connu avant, par des choses simples. Mais ma personnalité s'est aussi développée avec le temps, avec mes voyages, mes rencontres car je reste ouvert vers l'extérieur. J'ai quelquefois été surpris par des découvertes incroyables qui peuvent m'influencer aussi bien sur l'aspect artistique, gustatif ou culturel : le grand palais, l'Hôtel Dieu à Lyon mais aussi la puissance des mots. J'ai découvert un jour qu'à travers la poésie, des gens avaient aligné des mots simples et donné une force incroyable à ces mots. C'est également le cas de la musique, un alignement de notes qui s'accordent entre-elles. Il n'existe pas beaucoup de notes mais des assemblages infinis. Je retrouve des similitudes avec mes créations où j'assemble des ingrédients et des saveurs à l'infini !

JE SUIS FONDAMENTALEMENT AMOUREUX DE MON TERROIR

QUE VOULEZ-VOUS TRANSMETTRE AUX PERSONNES QUI GOÛTENT VOS CRÉATIONS ?

Je recherche toujours à donner le maximum pour que les choses soient à mon goût, comme je les aime. Les fondamentaux de mon métier amènent à réaliser de belles et bonnes choses. Mais je confectionne avant tout mes créations pour les autres. Que les gens découvrent un nouveau produit me procure beaucoup de joie et de bonheur, surtout quand ils ont apprécié ! Quand on prépare pour les autres, l'envie de donner est encore plus forte. Le mieux est de laisser les gens être surpris et apprécier !

PARLONS DE VOS CRÉATIONS !

Création la plus emblématique L'alphabet de saveur.

Ce coffret de chocolat aux saveurs, aux goûts et textures variés rassemble 26 variétés de chocolat. J'aime beaucoup le retravailler, sur chaque élément, le redécouvrir. J'y mêle également la poésie. De l'Amour à Big Bang en passant par Zen, le choix du mot a à chaque fois un sens pour le chocolat.

Création en lien avec La Clusaz La Tarte Louise.

C'est une création en hommage à ma maman. Cette création a un rapport avec les bois et les myrtilles car elle a toujours été à la cueillette. Vous y trouverez une pâte sablée, une compotée de myrtilles et un biscuit de noisettes.

Création en lien avec un athlète Le Grospron.

Le nom d'Egar Grospron — champion olympique de ski de bosses en 1992 - m'a toujours intrigué depuis petit (rires). Faire un gâteau qui soit « Grospron » était quelque chose qui m'amusait. Cette création retrace la personnalité d'Edgar et l'exprime dans les saveurs : souriant avec la banane, quelqu'un qui ne mâche pas ses mots avec l'acidité du citron vert et son côté jovial/convivial avec le caramel.

Création en lien avec Annecy Les Reflets du Lac.

C'est un coffret de 9 variétés de chocolat qui retrace 9 anecdotes du lac d'Annecy à travers 9 recettes différentes.

Pâtissier-chocolatier local et reconnu à l'international, Patrick Agnellet a fait de son savoir-faire un art à part entière. Installé à La Clusaz, il a reçu de nombreuses distinctions et fait partie du cercle sélectif des Relais Desserts. Son alphabet de saveur (coffret de 26 chocolats originaux) ou sa collection Gourmand'art (tableaux totalement conçus en chocolat) sont le fruit de ses créations pleines d'originalité. Un savoir-faire reconnu puisqu'il a réalisé en 2017, avec son fils Louis, le gâteau d'anniversaire des 40 ans du Président de La République : « L'Elysée ».





Ici, on vient pour se restaurer, certes, mais pas seulement...

À LA FERME ON SE RETROUVE,
ON PARTAGE, ON RIT, ON CHANTE,
ON DANSE, ON FÊTE L'AMITIÉ,
L'AMOUR, LA VIE QUI!

Le décor est planté du côté de l'hôtel-restaurant La Ferme ! Nous avons rencontré Stephen Requet, propriétaire de l'établissement, originaire de Perpignan et arrivé à La Clusaz avec ses parents il y a maintenant 40 ans.

STEPHEN REQUET

L'art de recevoir à la ferme

VOS DÉBUTS À LA FERME NE SEMBLAIENT PAS ÉVIDENTS, POUVEZ-VOUS NOUS EN PARLER ?

Mon histoire à La Ferme telle que vous la connaissez a débuté à ma sortie de l'armée en 1996. À cette époque, l'établissement appartenait à mes parents et il était dans une situation délicate. Les clients se faisant plus rares, de gros travaux étaient à prévoir et à cet âge, je n'avais pas vraiment de moyens financiers... La situation était mal embarquée et pourtant, je me suis lancé à corps perdu pour redresser l'établissement. Pour mener à bien cette "reconquête", il était essentiel de réfléchir à un plan d'action. Le constat était simple : le facteur neige était une valeur ajoutée puissante en station de ski, mais c'était aussi la raison de la chute de mes parents après des hivers difficiles sans neige. Selon moi, il fallait donc miser sur les gens, en apportant un accueil personnalisé à chacun, et cela, toute l'année. L'important était de mettre du cœur dans ce que je faisais, les gens allaient forcément le ressentir. Petit à petit, les clients sont revenus... Jusqu'à aujourd'hui où je dois même embaucher quelqu'un pour répondre au téléphone l'hiver ! Je suis moi-même le premier surpris... La Ferme, c'est juste La Ferme (rires). Nous n'avons pas d'étoile Michelin, nous proposons une cuisine simple, bonne et généreuse, à des prix convenables pour pouvoir accueillir tout le monde !

CELA FAIT PLUS DE 20 ANS QUE VOUS AVEZ REPRIS LA FERME, POUVEZ-NOUS PARLER DE L'ÉTABLISSEMENT AUJOURD'HUI ?

La Ferme, c'est un hôtel-restaurant de 12 chambres mais il s'agit davantage d'un restaurant avec quelques chambres d'hôtel confidentielles, la nuance est fine mais bien là ! Le cadre du restaurant est incroyable où l'on retrouve une immense « ferme* » avec des sections de bois et une longueur exceptionnelle dans la salle de restaurant. C'est d'ailleurs ce qui a donné le nom à l'établissement. Que ce soit dans le restaurant ou dans la partie hôtel, nous attachons une attention toute particulière aux détails et à la décoration. Tous les serveurs portent par exemple une chemise, un tablier et depuis 2014, un nœud papillon sculpté en bois, dégoté avec ma femme Anouck lors d'un séjour en Autriche. Nous ne voulons pas être un simple hôtel-restaurant, mais un voyage dans le voyage, un souvenir, une

parenthèse agréable, un endroit où nos invités peuvent revenir et découvrir à chaque fois de nouvelles choses.

QU'EST-CE QUI FAIT DE VOTRE ÉTABLISSEMENT UNE BONNE TABLE SELON VOUS ?

C'est avant tout la convivialité, dans l'accueil et dans l'assiette ! Une bonne table, c'est une multitude de surprises, bien souvent avant même de commander. Je fais beaucoup de choses à l'instinct mais je dis toujours à mes équipes : mettez-vous à la place du client ! Chacun vient au restaurant pour manger mais avant tout pour partager un moment très cher pour nous : le repas. La bonne table, c'est finalement quand tu te sens chez toi avec ta famille ou tes ami(e)s et qu'on a su devancer tes désirs.

RECEVOIR LES GENS ET LEUR RÉSERVER UN ACCUEIL PARTICULIER EST CARACTÉRISTIQUE À LA FERME ?

L'accueil, c'est la chose la plus importante ! Il faut que ce soit convivial, mais pas trop, familier mais pas trop non plus. Il faut savoir ressentir les gens, et souvent les surprendre par la gentillesse. Avec Anouck - ma femme, qui travaille à mes côtés depuis 7 ans - nous faisons chaque jour notre maximum pour que nos invités se sentent comme chez eux, leur apporter un maximum de services et faciliter leurs vacances pour qu'ils puissent en profiter pleinement. Le service et l'accueil n'ont pas de prix. Il faut donner pour recevoir. Et quand tu donnes sans compter, les clients te rapportent beaucoup plus que de l'argent... Côté magique de ce métier... et de la vie !

« UN VOYAGE DANS LE VOYAGE »

MÊME APRÈS TANT D'ANNÉES, VOUS SEMBLEZ TOUJOURS AUSSI ANIMÉ PAR VOTRE ACTIVITÉ.

QU'EST-CE QUE VOUS AFFECTIONNEZ TOUT PARTICULIÈREMENT DANS VOTRE MÉTIER ?

Le plaisir essentiel que j'éprouve au quotidien, c'est la rencontre et le partage avec mes clients. Avec les années, il y a des clients fidèles avec qui je suis certain d'avoir vécu une année en cumulé dans notre maison. Nous créons forcément des liens très spéciaux avec ces personnes qui partagent, le temps de leur séjour, notre vie privée comme professionnelle. Je suis toujours épaté de croiser des personnes une fois par an et réaliser qu'ils gardent un

souvenir intact de leur dernière visite. C'est gratifiant ! Côté restauration, aucune journée n'est la même. C'est un peu comme un théâtre qui lève le rideau à chaque service. Le fond d'acteur reste identique et tu connais les textes, mais il y a toujours une grande part d'improvisation. Le rythme, les gens, les humeurs, l'organisation à mettre en place sont différents chaque jour. J'aime beaucoup parler et je me confie naturellement sur mes émotions, je crois que c'est ce qui me permet d'entretenir des relations privilégiées avec beaucoup de monde !

VOUS SEMBLEZ ACCORDER DE L'IMPORTANCE À L'ASPECT LOCAL ET ENVIRONNEMENTAL, POUVEZ-VOUS NOUS EN DIRE UN PEU PLUS À CE SUJET ?

C'est évidemment important dans mon activité ! Pour moi qui me remets tout le temps en question - ce qui est fatiguant pour mon entourage et mon équipe (rires) - cela m'amène à repenser certains aspects de notre fonctionnement pour améliorer notre impact sur l'environnement. Côté cuisine, nous sommes par exemple maître restaurateur, ce qui certifie que nous travaillons avec des produits bruts et locaux. C'est important de se préoccuper de la qualité de nos produits pour nos clients mais pas seulement. Consommer local a nécessairement un aspect positif sur l'environnement. Nous avons également amorcé un travail pour réduire nos déchets et les valoriser car il devenait inconcevable de continuer à causer autant de dégâts. Nous souhaitons également réduire notre part de viande dans nos menus ainsi que des poissons de mer. Le confinement du printemps 2020 nous a permis de prendre le temps d'appréhender ce changement, avec pour objectif de réduire les quantités consommées de 90%. L'idée n'est pas de devenir un restaurant végétarien et de stopper les protéines animales mais de faire notre part du travail pour faire attention à ce que chacun mange pour sa santé et pour notre environnement. À travers ces actions, je ne souhaite pas faire la morale mais simplement suivre des convictions qui me sont chères. Je pense qu'il est possible de consommer différemment et nous avons une grande responsabilité à ce sujet en tant que restaurateur !

* Ferme : terme désignant un élément d'une charpente.

FABRICATION TRADITIONNELLE

**REBLOCHON
FERMIER**



DANS LES FERMES DE SAVOIE

MERINGUE AU REBLOCHON FERMIER

par le Bistro "les 2 Mules"

LES INGRÉDIENTS

100 gr blanc d'œuf
200 gr sucre
80 gr Reblochon

LA RECETTE

- Dans un Bain Marie, mettre 100 gr de blanc d'œuf, 200 gr de sucre. Fouetter à la main jusqu'à 60°.
- À 60°, monter au batteur les blancs et le sucre jusqu'à refroidissement de la cuve.
- Couper ensuite le Reblochon fermier en morceaux.
- Dans un cercle individuel ou un moule, mettre à moitié de meringue à l'aide d'une poche, poser le Reblochon en morceau et recouvrir de meringue jusqu'à hauteur.
- Lisser le cercle.
- Mettre au four à 180° pendant 9 minutes.
- Servir chaud avec une cuillère de miel.

LE BISTRO LES 2 MULES LE PLUS CÉLÈBRE FROMAGE DES ARAVIS

Le Bistro les 2 mules vous invite à voyager à travers une cuisine revisitée à base de produits frais du terroir. Au fil des saisons, retrouvez sur la carte des produits locaux, qu'ils soient biologiques ou provenant d'une agriculture raisonnée, et issus de l'épicerie du restaurant. Une expérience moderne et culinairement mémorable à découvrir dans un cadre contemporain et chaleureux !

LE REBLOCHON FERMIER

La Clusaz est son royaume, et la ferme son palais !

Le Reblochon Fermier, c'est toute une tradition de production fermière pour les agriculteurs de La Clusaz. Passionnés du travail bien fait, ils œuvrent tous les jours de l'année pour offrir le meilleur des fromages. Des saveurs à découvrir aussi dans les fermes locales, entourées des plus beaux panoramas de la région, ou revisités dans les restaurants de la station. Tendrez favori du plateau de fromage, il excelle aussi dans des recettes inédites comme la meringue au Reblochon fermier du Bistro "Les 2 Mules" !

W U I E A



BEN BURATTI
Freestyle

LCZ
Original
Riders Factory

KILIAN BRON
Vtt

VUE D'EN HAUT

BEN BURATTI

I believe i can fly

J'ADORE RIDER ICI
CAR IL Y A VRAIMENT
DE TOUT !

BIO EXPRESS

Originaire de Haute Savoie, sur des skis depuis l'âge de 3 ans, un titre de champion de France, une participation aux JO de Pyeongchang (2018)

ÂGE : 22 ANS

PALMARÈS : membre des équipes de France de freestyle (depuis 2016), Champion de France (2018), Sélection JO 2018, Vice-champion de France de Big Air (2020 et 2019)

DISCIPLINES : Slopestyle / Big Air

SPONSORS : La Clusaz, Faction Skis, Picture Organic Clothing, Oakley, La Scierie, Delaware, Elevation Indoor

LE CONFINEMENT A ÉTÉ UNE DURE ÉPREUVE POUR TOUT LE MONDE. COMMENT AS-TU VÉCU CETTE PÉRIODE PARTICULIÈRE ?

Oui, c'est vrai ! Le confinement a été une période très étrange. La saison s'est arrêtée brutalement, au meilleur moment. J'étais vraiment déçu de stopper le ski du jour au lendemain. J'avais plein de projets en cours : des compétitions, des vidéos... Mais j'ai eu la chance de vivre cette période singulière avec ma copine avec qui j'ai pu partager plein de moments. Honnêtement, ça m'a permis aussi de faire un vrai break, de me reposer et ainsi, faire le point sur ma carrière de freestyler professionnel.

JUSTE APRÈS LE CONFINEMENT, TU AS TRAVAILLÉ PENDANT 10 JOURS NON-STOP SUR LE MASSIF DE BALME, ENCORE RECOUVERT DE NEIGE. QUEL EST CE PROJET ?

Pendant un mois, enfermé à la maison, j'ai eu beaucoup de temps pour réfléchir à cette crise sanitaire qui a touché le monde entier et à comment elle m'avait affectée en tant qu'habitant de la montagne, en tant que skieur. Je voulais transmettre et partager quelque chose autour de ça. Avec Sandy Collet, on a décidé de réaliser un film qui exprime ma solitude post-confinement. On a travaillé d'arrache-pied avec une équipe étonnante : producteur, cameraman, shaper, etc. L'ambiance sur le tournage était fantastique et je pense que le film le sera aussi ! (rires). Vous pourrez le découvrir dans les festivals à l'automne 2020.

EST-CE QUE TU AS DES PROJETS POUR L'HIVER PROCHAIN ? LESQUELS ?

Concernant l'hiver prochain, je suis toujours sur le circuit de la Coupe du Monde de ski freestyle, avec comme objectif principal de décrocher une Wild Card pour les prochains « Winter X-Games ». Et j'ai surtout en point de mire une qualification pour les Jeux Olympiques d'hiver en 2022 ! Je continuerai aussi mes projets vidéo. Nous allons réfléchir à un concept original pour le mois d'avril 2021 avec la même

équipe que cette année. Il y a une telle énergie avec ces gars ! Et bien entendu, je vais continuer de produire du contenu et créer des liens avec ma communauté sur les réseaux sociaux. Bref, je ne vais pas m'ennuyer.

POURQUOI EST-CE QUE TU AIMES SKIER À LA CLUSAZ ?

J'adore rider ici car il y a vraiment de tout ! Tu peux faire du ski le matin en mode « Back Country » sur le Massif de Balme ou de l'Étala, et ensuite aller t'entraîner sur les nombreux modules du Snowpark l'après-midi. Un terrain de jeux incroyable et varié ! Et quand je skie à La Clusaz, je ne suis jamais seul. Mes amis sont toujours présents pour aller filmer, ou juste partager un moment en montagne, tous ensemble.

« UN TERRAIN DE
JEUX INCROYABLE
ET VARIÉ »

MEILLEUR(S) SPOT(S) À LA CLUSAZ

- Pour rider : Massif de Balme
- Pour manger : La Scierie
- Pour boire un verre : La Scierie aussi !





COMMUNAUTÉ



LCZ ORIGINAL RIDERS FACTORY

La Clusaz est un des berceaux en France du ski Freestyle et du ski Freeride. Ses champions, d'Edgar Grospiron à Candide Thovex en passant par Loïc Collomb-Patton, n'ont cessé de faire évoluer leurs disciplines et le monde du ski plus généralement. Les skieurs et snowboarders de La Clusaz, d'hier, d'aujourd'hui et de demain, ont donc décidé de se réunir pour constituer un groupe avec pour objectifs, l'envie de partager leur passion et tirer leur sport vers les sommets : **LCZ, original Riders Factory**. Bien plus qu'un simple regroupement de champions, LCZ est une **communauté** où tous les amateurs, petits et grands, débutants ou confirmés, échangent et **partagent** sur leur pratique.

Chaque hiver, au mois de mars, le bien nommé « **LCZ Fest** », réunit les meilleurs skieurs français, issus de la section freestyle du Club des Sports de La Clusaz.

KILIAN BRON

En roue libre

Originaire d'Annecy, Kilian est tombé dans le VTT depuis son plus jeune âge. La légende raconte qu'il savait pédaler avant même de savoir marcher ! Il débute par les pratiques les plus engagées en descente, en cherchant avant tout le plaisir du pilotage, enchaîne ensuite les compétitions internationales, pour en fin de compte se consacrer à ses voyages autour du monde, des volcans d'Amérique du Sud aux descentes de Roc en Afrique, en passant par l'Indonésie ou La Nouvelle Zélande. Aujourd'hui, il divise sa pratique entre les entraînements avec ses amis à La Clusaz, les courses d'enduro et la réalisation de vidéos d'une qualité remarquable.

BIO EXPRESS

ÂGE : 28 ans

PALMARÈS : Vainqueur de la Mountain of Hell 2018 et 2019 / 2ème de la Mégavalanche de l'Alpe d'Huez 2019 / 3ème de la Mégavalanche de La Réunion 2019

DISCIPLINES : Descente Marathon, Enduro et Freeride

SPONSORS : Commencal, Skoda, Shimano, Ohlins, Hutchinson, ION, Met, Oakley, GoPro, DT Swiss, Renthal, Fabric, HT, La Clusaz

POURQUOI EST-CE QUE TU AIMES RIDER À LA CLUSAZ ?

Je passe beaucoup de temps à La Clusaz que ce soit en VTT (principalement) mais aussi sur les skis en hiver. Je me sens bien dans ces montagnes ! Je retrouve tout ce dont j'ai besoin pour faire ce qui me plaît : de belles pistes d'enduro à proximité de chez moi (ndlr : Kilian habite près du lac d'Annecy), des paysages splendides, des amis et connaissances avec qui je partage de bons moments. Bref, c'est toutes ces raisons qui font que j'aime La Clusaz.

EST-CE QUE TU PARTAGERAIS TES BONS PLANS AVEC NOUS ?

Bien sûr ! Le territoire renferme une multitude de petits spots secrets mais je peux vous dévoiler quelques-uns des plus connus. Pour rider en VTT, je suis un conditionnel de la piste que j'ai créé avec mes amis et qui s'appelle « La Trace ». Elle alterne parties de pilotages ou sauts à travers le forêt. Magique ! J'aime aussi beaucoup « Les Encarnes ». C'est difficile de choisir entre les deux ! Pour manger, les restaurants « La Ferme » et « Pizz'Avalanche », des endroits chaleureux où la qualité des produits fait concurrence à la qualité de l'accueil.

LE MONDE SORT D'UNE CRISE SANITAIRE SANS PRÉCÉDENT. COMMENT AS-TU VÉCU LE CONFINEMENT ? EST-CE QUE ÇA A CHANGÉ TES PROJETS ?

Ce fut une période frustrante mais je n'ai pas de quoi me plaindre. Certaines personnes ont bien plus souffert que de la simple frustration. J'en ai profité pour avancer les travaux à la maison, y compris au garage avec le montage de mes différents vélos. Cette période m'a aussi permis de prendre du recul sur mes différents projets, trouver de nouvelles idées et renouveler le format de ma web-série « MISSION ». J'ai revu l'ensemble du programme de ma saison. En général, je passe plus de la moitié de l'année à l'étranger en repoussant régulièrement les idées « locales ». Cette année est le moment rêvé pour concrétiser ces projets.

EN QUOI CONSISTENT CES PROJETS ?

Deux vidéos dont l'une combinant plusieurs pratiques sportives. L'idée de base reste une vidéo de VTT mais j'ai pu compter sur le soutien d'autres athlètes de haut niveau, venus de différents horizons pour proposer un contenu original. Du Wingsuit au Trail en passant par l'escalade, on ne s'est pas ennuyé ! J'ai notamment filmé une séquence inoubliable sur les crêtes et La Combe de Tardevant, juste au-dessus de La Clusaz. Je pourrais vous dire que c'est forcément la plus belle partie de la vidéo ! (rires)

TU TRAVAILLES SOUVENT AVEC DES SPORTIFS QUI NE PRATIQUENT PAS LA MÊME DISCIPLINE QUE TOI, NON ?

Quand tu passes du temps avec des gens qui partagent les mêmes passions que toi - la montagne, l'aventure et l'adrénaline, ça te donne de nouvelles idées, qui viennent s'ajouter à ma liste de projets, déjà très longue ! Et tu as forcément envie de tester de nouvelles disciplines, d'accéder à des endroits auxquels tu n'avais pas pensé.

TU AS CRÉÉ UN NOUVEL ÉVÈNEMENT QUI S'APPELLE LE DERBY DES ALPAGES. PEUX-TU NOUS EN PARLER ?

Nous réunissons 200 pilotes au sommet du Fernuy, tout le monde part en même temps et c'est le premier en bas qui remporte la course. Simple ! Mais pour pimenter un peu la descente, on a ajouté quelques règles. Sur le même concept que la traditionnelle descente des Alpagnes, les bergers vont guider et accompagner les vaches jusqu'au centre du village. Donc, des pilotes professionnels, déguisés en bergers, vont partir juste derrière 200 vététistes amateurs, tenter de les doubler pour les « guider » jusqu'à l'arrivée, transformée en étable géante. On risque de bien s'amuser !

TU ES UN AMBASSADEUR DE LA CLUSAZ DEPUIS PLUS DE 7 ANS. POURQUOI AVOIR CHOISI CETTE STATION ? IL Y A POUTANT D'AUTRES DESTINATIONS DE VTT SUR LE TERRITOIRE...

C'est la destination de montagne dans laquelle j'ai passé le plus de temps, depuis tout petit et c'est aussi ce même village qui m'a fait confiance à l'heure de mes premiers projets (La Clusaz a été l'un de mes premiers partenaires quand je suis devenu professionnel). L'intérêt pour la pratique du VTT a grandi, au fil des années, sur ce territoire. Ça s'est vu avec l'amélioration du bike park, la création de nouvelles pistes, l'organisation d'événements tels que l'Alps Bike Festival, etc. Quand on aime le VTT, on aime aussi parler de la qualité du terrain. C'est la base ! On ne retrouve pas partout de la bonne terre comme celle des Encarnes ! C'est la zone qui regroupe le plus de pistes d'enduro sur Le Domaine et c'est l'endroit où vous avez le plus de chance de me croiser à La Clusaz.



LA CLUSAZ A ÉTÉ
L'UN DE SES PREMIERS
PARTENAIRES





DOMINIQUE THOVEX
Suivez le guide

PARLER D'ICI
Les bases

DIY
Créer votre propre
bougie moulée

BOUTIQUE

SAVOIR FAIRE

DOMINIQUE THOVEX

Suivez le guide

Enfant du pays, amoureux de la vallée et fin connaisseur de tous ses petits trésors, Dominique Thovex est le monsieur patrimoine de La Clusaz. Entre histoire, randonnées aux quatre coins des montagnes, pause gourmande et points de vue sur le village, il partage avec nous ses lieux favoris pour découvrir çè qui fait le charme de la vallée. On peut lui faire confiance, il connaît la station comme sa poche. Nous avons donc donné carte blanche à ce Cluse pur et dur. Suivez le guide !

*C'EST UN LIEU
MAGIQUE
EN TOUTE SAISON*

ADMIRER LE SOLEIL SE LEVER SUR LES HAUTEURS DU VILLAGE

Pour bien commencer la journée, rien de tel qu'un beau point de vue sur la vallée. Accessible à tous et sans difficulté : je vous emmène au Christ Roi ! Une petite randonnée idéale pour contempler La Clusaz, la Chaîne des Aravis et le massif de Beaugard. Ça n'est pas compliqué, on y accède en empruntant le sentier du Tour du Village !

L'itinéraire monte en direction de l'Espace Aquatique et grimpe ensuite jusqu'à rejoindre le sentier écologique. Le long de la montée, on trouve des panneaux qui présentent la flore locale. Quelques dizaines de mètres plus haut, nous sommes presque arrivés, les derniers lacets nous font quitter l'ombre des arbres et la trace mène à un pierrier au coeur duquel trône l'Oratoire du Christ Roi. Une sculpture en bois d'un Christ portant une couronne royale et non pas la traditionnelle couronne d'épines.

Au petit matin, le soleil se lève derrière la Chaîne des Aravis et, lorsque les premiers rayons du soleil passent les sommets, le vert des alpages s'illumine. De là, libre à vous de revenir sur vos pas ou de poursuivre la randonnée en explorant les sentiers alentours qui redescendent au village.

UN BAIN DE FRAÎCHEUR JUSQU'AU HAMEAU DES ALPES ET L'ANCIENNE SCIERIE

Si l'on sait être attentif, La Clusaz est pleine d'histoires. Avant d'être une station de ski, c'est avant tout un village, mon village ! Et pour comprendre le présent, il faut en savoir un petit peu sur le passé. Voilà pourquoi je vous invite à aller vous promener le long de la rivière du Nom pour en savoir plus sur la vie d'autrefois.

En remontant le ruisseau depuis le village, à l'ombre des arbres, le chemin nous mène tout droit au Hameau des Alpes et à l'ancienne scierie. Là, histoire et culture ne

font qu'un ! Dans une imposante maison traditionnelle, le ski et le Reblochon sont sous les projecteurs. Avec des dégustations, des jeux et des aménagements extérieurs, on est loin de s'ennuyer comme dans un simple musée (rires). Quelques

**« LÀ, HISTOIRE ET
CULTURE NE FONT
QU'UN ! »**

heures suffisent pour découvrir la richesse culturelle et patrimoniale de La Clusaz. La fabrication du Reblochon fermier, l'évolution du ski, la visite des greniers traditionnels, le fonctionnement du four banal et de l'ancienne

scierie n'auront plus aucun secret pour vous. Ça, je vous le garantis.

FAIRE UNE PAUSE GOURMANDE À LA FERME DES CORBASSIÈRES ET REDESCENDRE PAR LE LAC DE LA FÉRIAZ

Pour une belle excursion en altitude, je vous propose de grimper du village jusqu'à la Pointe de Beaugard en empruntant la télécabine du même nom, compter environ un quart d'heure. Une fois au sommet, on domine toute la vallée avec une vue à 360 degrés sur tout le massif et les vallées voisines. Après avoir profité du spectacle aussi longtemps qu'on le souhaite - certains peuvent y passer des heures - on descend en direction de La Clusaz en suivant un chemin balisé qui longe le début des pistes de VTT.

Après avoir laissé l'hôtel-restaurant La Piste Bleue sur notre gauche, la descente se poursuit alternant entre alpage et forêt. Il n'est d'ailleurs pas rare de trouver des myrtilles en plein été par ici. Ne comptez pas sur moi pour vous donner mes coins de cueillette (rires), mais c'est parfait pour une petite dégustation ou faire des provisions pour plus tard !

Mais revenons à nos moutons, ou plutôt à nos vaches... La ferme des Corbassières apparaît en contrebas. Toujours fleuri et orné de cloches, ce chalet d'alpage est reconnaissable entre tous. C'est l'endroit rêvé pour un goûter à la ferme, voire un bon repas traditionnel avec de délicieux

fromages fraîchement affinés sur place.

Après avoir repris des forces en goûtant aux produits locaux, il n'y a plus qu'à descendre en suivant le chemin. Le lac de la Fériaz se dessine au loin. On le rejoint rapidement et une pause s'impose pour savourer une dernière fois la vue sur la vallée avant de replonger en forêt jusqu'au village. Une fois en bas, on a qu'une seule envie, c'est d'y retourner !

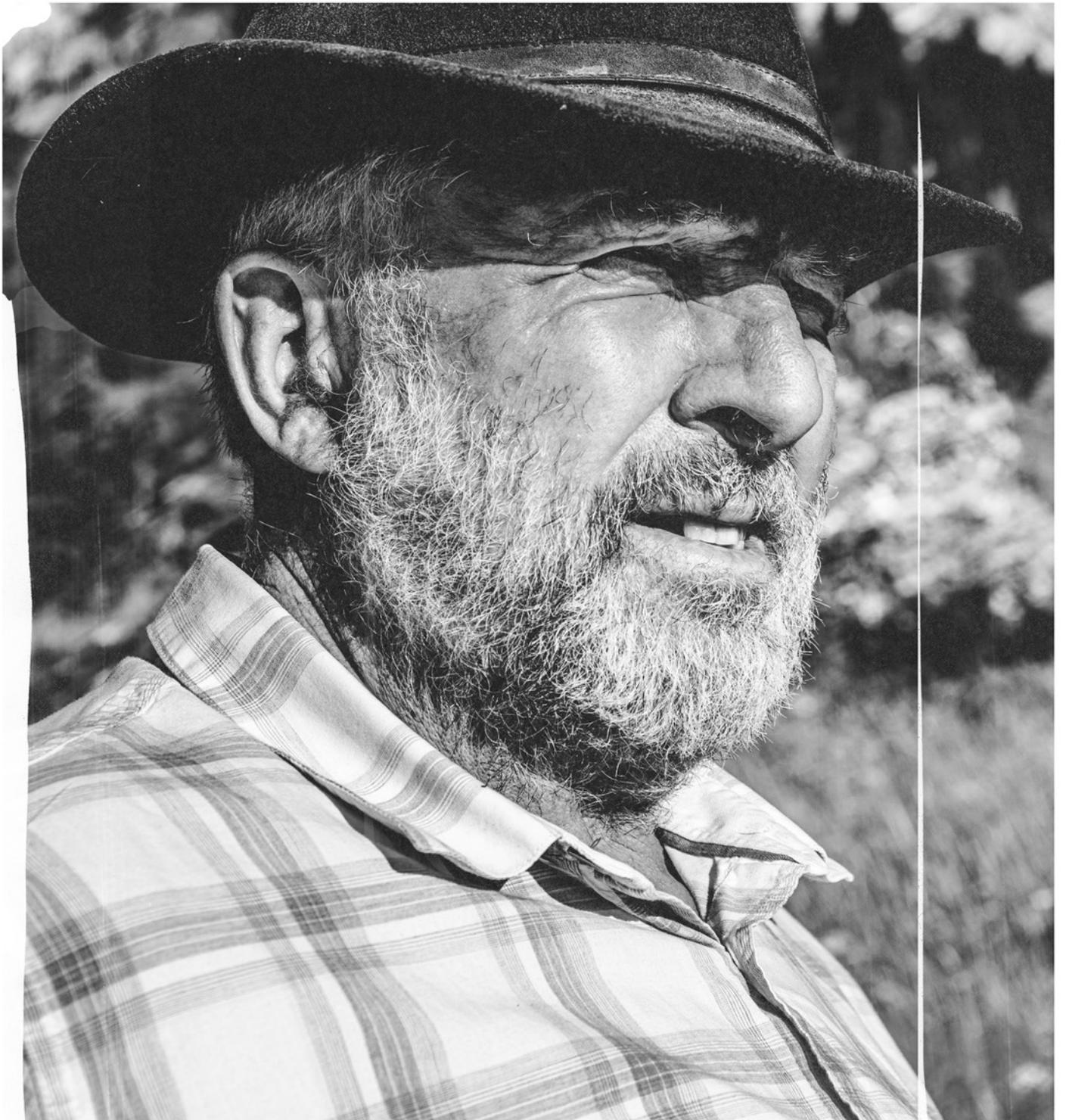
Les amateurs de randonnée à la journée peuvent se passer de la montée en télécabine et opter pour une montée à pied jusqu'aux alpages du plateau.

FINIR LA JOURNÉE AU BORD DU LAC DES CONFINS ET ATTENDRE LE COUCHER DU SOLEIL AU SOMMET DU DANAY

Le plateau des Confins est un lieu magique en toutes saisons. L'été, ce charmant petit coin de verdure et son lac offrent tout ce dont on peut rêver : un décor grandiose, des troupeaux qui gambadent au coeur des pâturages, des activités et balades pour tout le monde.

Histoire de se dégourdir les jambes, il n'y a rien de mieux en fin de journée. Depuis la chapelle de Confins, après avoir remonté le parking du golf, on descend par le sentier pour rejoindre le bord du lac pendant que certains dévalent les tyroliennes au dessus de l'eau. La fraîcheur et la magie du soir font de cet écrin un des endroits les plus paisibles de la vallée.

Et pour un spectacle plus magnifique encore, la Tête du Danay se trouve à seulement une heure à pied. Depuis le parking, il suffit simplement de suivre le balisage jusqu'au sommet. D'abord sur une route d'alpage, puis un sentier, la montée est continue, mais pas difficile. La croix du Danay marque l'arrivée et, une fois installé sur ce point de vue incontournable, il n'y a plus qu'à profiter des dernières lueurs sur les sommets des Aravis. Pensez à prendre une petite lampe pour la descente, car le retour se fera petit à petit dans l'obscurité !



LE PIIR
LER

PARLER

D'ICI

AUTREFOIS PARLÉ PAR
NOS ANCÊTRES, LE PATOIS
SAVOYARD N'A PAS PERDU
DE SON CHARME. NOUS
VOUS AVONS SÉLECTIONNÉ
QUELQUES DICTIONS
POUR VOYAGER DANS LE
TEMPS GRÂCE AUX MOTS.
ATTENTION À LA LECTURE,
CAR C'EST AUSSI UN
EXCELLENT EXERCICE DE
DICTION.

- **Adieu (ou bonzhor)** : bonjour
- **A'rvî pâ** : au revoir
- **Gran maci** : merci

LA NATURE
LA NATURA

Le tablô d'la natura e tojhor brâvo. Le spectacle de la nature est toujours beau.

Tote lé flor an leu chinbon. Toutes les fleurs ont leur parfum.

La natura pér jamé sou drê. La nature ne perd jamais ses droits.

Tô lou çhmin an d'pire. Tous les chemins ont des pierres.

P'yôta e la montanye, pe corta e l'ériba. Plus haute est la montagne, plus courte est l'herbe.

Pâ d'montanye sin valé. Pas de montagne sans vallée.

Y'a k'lé montanye ke s'rincontran pâ. Il n'y a que les montagnes qui ne se rencontrent pas.

Pâ d'corti sin môvéze érbe. Pas de jardin sans mauvaises herbes.

LE JOUR, LA NUIT ET LA LUMIERE
L'JHOR, LA NÉ E LA LMIRE

L'jhor a d'zu, la né a d'orlye. Le jour a des yeux, la nuit a des oreilles.

Mon pe brâvo jhor y'e sé ke m'éclère. Mon plus beau jour est celui qui m'éclaire.

Tota lmire a son ambra. Toute lumière a son ombre.

Dman i fara jhor. Demain il fera jour.

LE PAYS
L'PËYI

Pèyi d'nessinse, pèyi d'plézinse. Pays de naissance, pays de plaisance.

S'vou voli être conyu sin conyétre, résta dien on vlajho. Si vous voulez être connu sans connaître, vivez dans un village.

S'vou voli conyétre sin être conyu, réstâ in vela. Si vous voulez connaître sans être connu, vivez à la ville.

Oblâ d'yeu on vin, y'e être on nan sin sorsa, on âbro sin racine. Oublier d'où l'on vient, c'est être un ruisseau sans source, un arbre sans racine.

LES CHEMINS DE LA VIE
LOU ÇHMIN D'LA VYA

Mârçhe d'après la lanjeu d'ton pa. Marche selon la longueur de ton pas.

Lé pire fan partia du çhmin. Les pierres font partie du chemin.

Fô alâ plan pe-r alâ lvin. Il faut aller lentement pour aller loin.

LE TEMPS DE LA VIE
L'TIN D'LA VYA

To l'plézi du jhor dien sa matnâ. Tout le plaisir du jour est dans sa matinée.

Sé ke s'live pâ avouë l'çheudë profite pâ d'sa jhornâ. Celui qui ne se lève pas avec le soleil ne jouit pas de la journée.

Sé k'pér sa matnâ pér lou trè-kar d'sa jhornâ. Celui qui perd sa matinée perd les trois-quarts de sa journée.

Lou pe bravô lindman rindan pâ la velye. Les plus beaux lendemains ne rendent pas la veille.

L'ômo fâ pâ avansi l'tin, y'e l'tin k'fâ avansi l'omo. L'homme ne fait pas avancer le temps, c'est le temps qui fait avancer l'homme.

To l'mando a l'ëura, mé nyon a l'tin. Tout le monde a l'heure, mais personne n'a le temps.

A rpetâ « dman » on pér tota sa vya. A répéter « demain » on perd toute sa vie.

LA PLUIE ET LE BEAU TEMPS
LA PLOJHE E L'BYÔ TIN

Matnâ a forta rozâ, tan-néro in fin d'jhornâ. Matinée à forte rosée, tonnerre en fin de journée.

Tan-néro d'mijhor amène la plojhe. Tonnerre de midi amène la pluie.

Ptita plojhe inpaçhe groussa tinpéta. Petite pluie empêche grosse tempête.

La matnâ fâ l'tin d'la jhornâ. Le matin fait le temps de la journée.

Kan lé montanye san lvin e troble, y'e sinye d'byô tin. Quand les montagnes sont lointaines et floues, c'est signe de beau temps.

- **L'aulp** : l'alpage
- **Les praz** : les prés
- **Une tartifle** : une pomme de terre

Kan lé montanye nou sinblan pré, y'e sinye d'môvé tin. Quand les montagnes nous semblent près, c'est signe de pluie.

Kan lé cvaçhe san cucha tote du mémo flan, i fara môvé. Quand les vaches sont couchées toutes du même côté, il fera mauvais.

Arandale volan yô, l'tin sara byô. Hironnelle volant haut, le temps sera beau.

Arandale volan ba, binstou i plovrâ. Hironnelle volant bas, bientôt il pleuvra.

Se plindre du tin y'e pérdre son tin. Se plaindre du temps, c'est perdre son temps.

Se louz âbro réstan in-nyelâ, y'in vindra onco. Si les arbres restent couverts de neige, il en tombera encore.

LES SAISONS
LÉ SÉZON

Avri molya fâ më folya. Avril mouillé fait mai feuillé.

Avri fâ la flor, më in-a l'onor. Avril fait la fleur, mai en a l'honneur.

Më o join aménan la palye e l'fin. Mai et juin amènent la paille et le foin.

Atan d'nyole u më d'ouër, atan d'nê u më d'avri. Autant de nuages au mois d'août, autant de neige au mois d'avril.

Join frê e plevyeu, to l'an sara grincheu. Juin froid et pluvieux, tout l'an sera grincheux.

Koui in join s'pourte nien, é tin çho é crindra rin. Qui en juin se porte bien, au temps chaud ne craindra rien.

U më d'juiyë, pâ d'veste, pâ d'corsë. Au mois de juillet, ni veste, ni corset.

Juiyë sin z'orajho, fa-mna u vlajho. Juillet sans orage, famine au village.

Juiyë plovyeu, më d'aour ireu. Juillet pluvieux, mois d'août heureux.

Sin-Lorin (le 10/8) partajhe le çotin pe l'métin. Saint-Laurent (le 10/8) partage l'été par le milieu.

Septimbro byô fâ l'vin çhô. Septembre beau fait le vin chaud.

(extraits de : LES DICTONS-Collection des Amis du Val de Thônes No 25. Dictons traduits par Ida Mermillod dans le langage savoyard des Villards-sur-Thônes)



Jean-Marc Monbec, 50 ans, est installé à La Clusaz depuis 2004. Artisan cirier puis Maître Artisan depuis novembre 2018, c'est un autodidacte pour qui la bougie est une véritable reconversion professionnelle. Autrefois employé dans le tertiaire, il s'est installé à son compte en développant une activité artisanale et artistique. Citadin, il découvre il y a quelques années La Clusaz et sa vie de village où les relations humaines remplacent l'anonymat de la ville. C'est une vraie rencontre... Une opportunité lui permet alors de reprendre un magasin de bougies et l'histoire commence... En 2010, sa femme le rejoint dans l'aventure et tous deux développent leur marque. Aujourd'hui, La Clusaz s'exporte grâce à leurs clients privés, mais aussi aux travers de boutiques où l'on retrouve leurs créations. Pour Jean Marc, l'engagement éco responsable est d'une importance capitale. Il s'engage depuis longtemps à fabriquer une bougie de qualité et la plus respectueuse possible de l'environnement. Une cire 100% végétale qui ne contient ni huile de palme, ni soja, des mèches en coton, des parfums sont fabriqués en France, des recharges pour les contenants, voilà comment il travaille depuis plus de 10 ans.

Maintenant, c'est à vous de créer votre propre bougie !



DO IT YOURSELF PAR LES CLAIRES IDÉES

RÉALISATION D'UNE

BOUGIE MOULÉE

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Cire végétale et mèche montée en coton (en magasin de loisir créatif).

Moule de récupération (ex : brique de lait découpée) ou moule à gâteaux individuels.

Petite baguette de bois (pique à brochette par exemple).

Deux casseroles : une grande pour réaliser un bain marie et une plus petite.

Une toute petite quantité d'huile végétale.

MISE EN ŒUVRE

Faire fondre la cire au bain marie. Pendant ce temps, huiler légèrement le moule que vous avez choisi. Déposer le pied de mèche au fond du moule et maintenir la mèche droite en l'enroulant sur la baguette de bois. Quand la cire est fondue, couler doucement la cire dans le moule. Vérifier régulièrement que le pied de mèche reste en place au fond du moule, si besoin le remplacer avec une tige en bois.

CONSEILS & ASTUCES

Plus vous coulerez doucement la cire et plus belle sera votre bougie car vous éviterez ainsi le « puit de rétraction » qui se forme généralement autour de la mèche. Laisser refroidir votre bougie pendant plusieurs heures jusqu'à ce qu'elle soit entièrement figée. Enlever la baguette en bois, couper la mèche à 1 cm. Démouler votre bougie.

Le fait d'avoir huilé votre moule sera d'une aide certaine pour le démoulage.

Et voilà, votre bougie est prête ! Afin qu'elle brûle harmonieusement, nous vous conseillons de couper régulièrement la mèche avant de la rallumer (hauteur de mèche recommandée : 1 cm).

BOUTIQUE

1/ POLO LA CLUSAZ

100% coton 200-210 g/m2. Coloris noir.

2/ BUFF LA CLUSAZ

Tour de cou multifonctionnel, taille unique Adulte. Fabriqué avec 2 bouteilles en plastique recyclé. Protection contre le froid, le soleil et le vent lors de toute activité. Indice de protection UV 50.

3/ CASQUETTE LA CLUSAZ

Casquette 6 pans brodée et blason sur la visière. 2 matières 50% Coton et 50% polyester, respirante pour l'été. Taille unique réglable.

4/ GOURDE LA CLUSAZ

Bouteille en métal avec mousqueton. Petite en 400ml et Grande en 750ml.

5/ BONNET GRIS LCZ

100 % acrylique. Logo LCZ en patch sur le front. Taille unique.

6/ FACTION - SKI « LA MACHINE »

Pour ce nouveau projet, Faction a interrogé les plus grands experts du ski de poudreuse, filmé les meilleurs riders dans les neiges les plus extraordinaires, skié dans la pow, analysé, étudié, fait des essais. Et La Machine est née... Ce ski est conçu pour rider la poudreuse la plus profonde, de la combe de Balme à La Clusaz, des vallées incroyables au Japon aux montagnes les plus isolées du Canada. Il offre une portance incomparable sans effort et une maniabilité intuitive, vous permettant de repartir pour un run même quand vos jambes brûlent.

7/ MERCEDES

Rendez vous chez votre concessionnaire de véhicule :

- ZI Argonay- 5 route Montava 74370 Argonay
- 1366 Avenue du Mole, 3ZAE des lacs 74130 Ayze

8/ OAKLEY - LUNETTES « SUTRO »

Oakley™ Sutro redéfinit le look des lunettes sportives traditionnelles. Inspirées de la vie quotidienne des cyclistes urbains, ces lunettes hautement enveloppantes créent un look audacieux et polyvalent, vous protègent des intempéries et améliorent la vision grâce à la technologie des verres Prizm™, tout en encourageant les athlètes à se déplacer en toute confiance et sans effort tout au long de la journée.

9/ OAKLEY - MASQUE DE SKI

Les masques Oakley disposent de plusieurs technologies qui les rendent très performants.

1/ Prizm : permet d'obtenir la meilleure vision possible avec n'importe quelle condition météorologique.

2/ High impact : Comme son nom l'indique cette technologie a été créée pour garantir à l'utilisateur une résistance aux impacts.

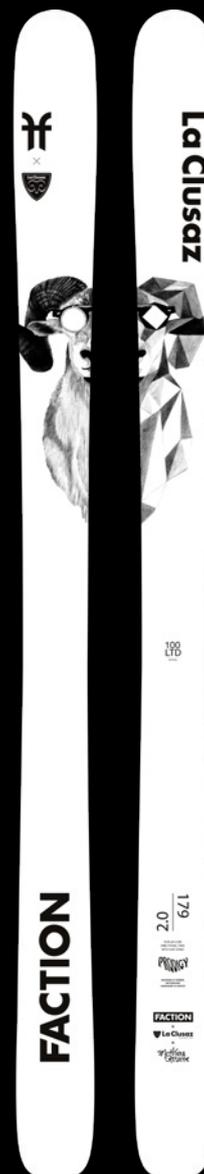
3/ O MATTER : monture flexible et durable.

10/ SCOTT - SKI « SUPERGUIDE 88 »

La nouvelle version des « Superguide 88 » a tout ce qu'il faut : un ski aussi léger que possible en montée et qui dévoile tout son potentiel en descente. Sa construction unique combine un cœur en bois de paulownia et des renforts en bois dur (hêtre), pour une tenue stable mais dynamique. Ajoutez-y des fibres de carbone d'aramide et une ligne de cotes de randonnée 3 dimensions, et vous obtenez un ensemble léger, étonnamment rapide et fiable en montée, sur lequel vous pourrez compter pour vos descentes bien méritées.

LA CLUSAZ X FACTION SÉRIE LIMITÉE

Partenaire de la station depuis quelques saisons, Faction et La Clusaz partagent des valeurs communes autour du freeski. La marque montante du ski freeride et freestyle équipe d'ailleurs de nombreux champions de la station. Pour aller plus loin dans ce partenariat, Faction et La Clusaz ont lancé en décembre 2019 le premier ski aux couleurs de la station. Le Faction Prodigy 2.0 version La Clusaz a été produit en édition limitée, avec seulement 100 paires fabriquées. Les riders et les addicts du ski à La Clusaz peuvent descendre les pentes des Aravis le bélier aux pieds !



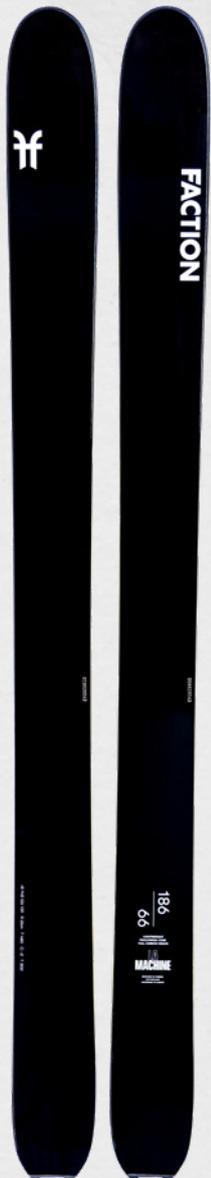


2/

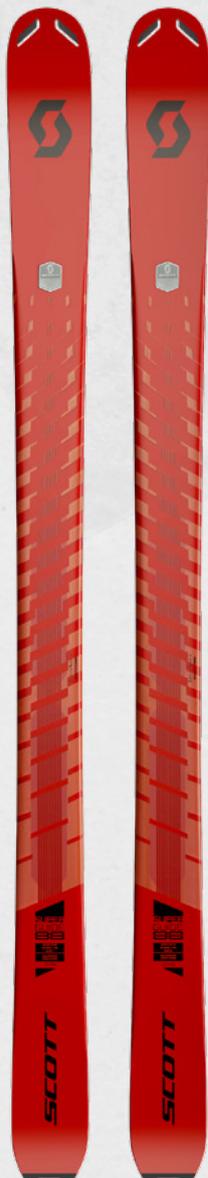


1/

6/



10/



9/



8/



5/



4/



3/



7/





TOURISME D'AFFAIRES

BUSINESS CLUB

Exporter son bureau à la montagne

Plans

Piste (hiver) VTT (été)

ACCÈS



BUSINESS CLUB
LA CLUSAZ

EXPORTER SON BUREAU À LA MONTAGNE

UNE ADRESSE : LE PÊLE COWORKING

Entre le départ au ski des enfants, les goûters en famille et la bonne tartiflette du soir, il faut avouer qu'il est parfois difficile de trouver un moment de calme pour se consacrer au boulot dans son chalet. Et bien, vous n'avez plus d'excuses désormais... Baptisé Le Pêle, d'après l'expression patois signifiant "petite pièce chauffée par un poêle", un espace de coworking a vu le jour il y a quelques années. Une solution parfaite pour les entrepreneurs, les indépendants, les freelances et les télétravailleurs.

Ouvert aux visiteurs comme aux habitants, il y a tout ce qu'il faut : 20 postes de travail individuels en open space, wifi sécurisé, imprimante-scanner, salle de réunion, sans oublier le café et le thé à volonté ! Pas le temps de procrastiner, la montagne inspire toute l'année : l'hiver, un coup d'oeil par la fenêtre pour voir passer les télésièges et les skieurs sur la piste, l'été, on contemple vaches, moutons et vététistes dans les prés voisins.

LE BUSINESS CLUB LA CLUSAZ

Bien qu'encore jeune, le Business Club de La Clusaz est d'ores et déjà très actif. Lancé à l'automne 2019, c'est une passerelle entre le monde économique et l'univers créatif de La Clusaz. Développer son activité, échanger entre locaux, rencontrer de nouveaux partenaires, c'est tout cela à la fois !

Qu'il s'agisse de rendez-vous thématiques à la découverte des montagnes, de conférences inspirantes, d'événements festifs ou de soirées pour échanger entre professionnels, le Business Club c'est :

- évoluer dans un réseau « hors les murs »,
- changer de rythme, être challengé et gagner en motivation,
- partager des expériences et des activités avec des professionnels de tous horizons,
- bénéficier d'avantages pour profiter pleinement de La Clusaz.

Accessible à tous les professionnels, le club permet de bénéficier de forfaits à la saison ou à l'année, ainsi que de nombreux avantages pour faire découvrir toute la richesse de La Clusaz à ses collaborateurs et partenaires.

ET POUR EN PROFITER EN ÉQUIPE ?

Parce que la montagne n'est pas réservée aux vacances, n'oublions pas les séminaires ! Idéalement situé et facilement accessible depuis Annecy, il est très facile d'organiser un événement d'entreprise à La Clusaz. Les établissements et prestataires ne manquent pas pour mettre sur pied des formules sur-mesure où activités en pleine nature et réunion d'équipe ne font qu'un.

Oui, on rêve tous d'être envoyé en montagne pour le travail...



PRENDRE

DE LA HAUTEUR

ET ÉVOLUER

DANS UN RÉSEAU

BUSINESS

"HORS LES

MURS"



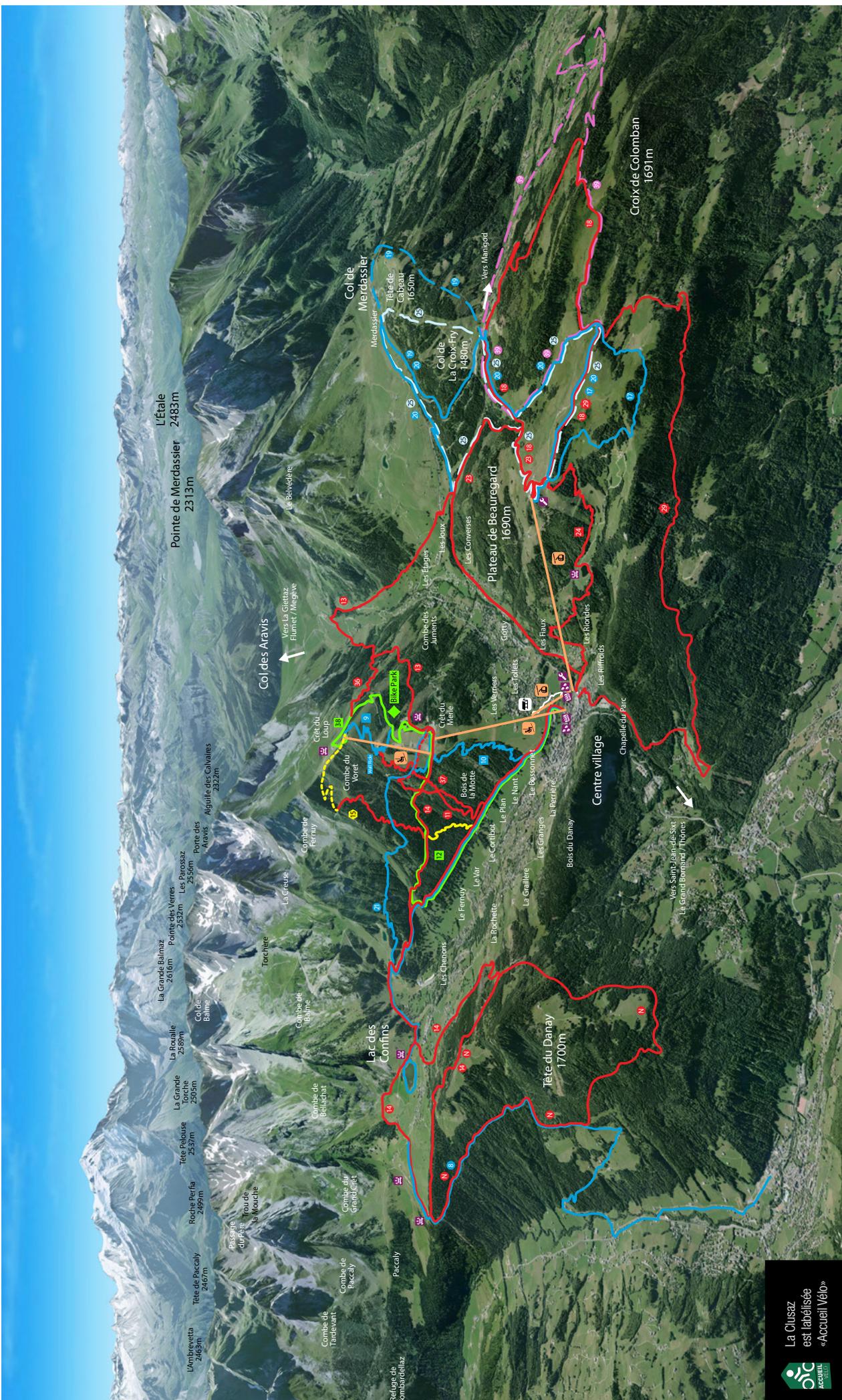
- Départ école de ski**
Ski school
- Ski de fond**
Nordic ski
- Piste de luge**
Sledge
- Zone freestyle**
Freestyle area
- Randonnée**
Hiking trail
- Patinoire**
rink
- Piscine**
Swimming pool
- Téléski**
Ski lift
- Corde**
Cable car
- Télésiège**
Chairlift
- Télécabine**
Gondolas
- Téléphérique**
Cable car
- Parking**
Car park
- Casiers**
Ski pass
- Salle hors sac**
Rear lift
- Restaurant**
Restaurant
- Pique-nique**
Picnic area
- Toilettes**
Free toilets
- Informations**
Information
- Consignes à skis**
Ski lockers
- Point de vue**
Scenery view
- Réserve naturelle**
Nature reserve
- Sécurité des piste**
Ski patrol
- Téléski difficile**
Difficult lift
- RM forfait Orson***
Orson skipass*

*sous conditions - under conditions



© Société de Gestion des Activités Touristiques de La Clusaz 2020

KALEIS
Création
04 78 79 17 74
www.kaleis.com



La Clusaz est labellisée «Accueil Vélo»

- All Mountain
- Enduro
- Descente VTT (interdit aux piétons)

- Cross Country
- Bike Park
- Catésses forfaits

- Aire de lavage
- Station de réparation
- Aire de pique-nique

- Facile
- Moyen
- Difficile

- Très Difficile
- Liaison

- 8. Les Confins / Le Grand Bannard
- 9. Descente du Loup
- 10. La Granèche
- 11. Bois du Plan
- 12. Bois de la Motte
- 13. Sud Aravis
- 14. Melez / Danay
- 15. Les Encarnes
- 17. La Boucle du Vagnre
- 18. Le Tour de Beauregard
- 20. L'Envers de Beauregard
- 21. Balcon du Vorez
- 23. Le Bré
- 24. La Fôhéaz
- 25, 26. Tête de Cabreau (Manigod)
- 29. Les Escotagnes
- 36. Les Juments
- 38. Le Batu
- 39. Pré à l'Ours (Manigod)



ACCÈS

GPS (WGS84)
LATITUDE: 45° 54' 15" NORD
LONGITUDE: 06° 25' 23" EST

PAR AVION

AÉROPORT D'ANNECY (32 KM)

Tél. : +33 (0)4 50 322 322
www.annecy.aeroport.fr

Service de navettes régulier de l'aéroport d'Annecy à La Clusaz, via la gare routière d'Annecy.

AÉROPORT INTERNATIONAL DE GENÈVE (50 KM)

Tél. : +41 900 57 15 00
www.gva.ch

Service de navettes régulier de l'aéroport de Genève à La Clusaz.

AÉROPORT INTERNATIONAL DE LYON (150 KM)

Tél. : + 33 (0)820 320 368
Mail : info@altibus.com
www.altibus.com

Service de navettes régulier de l'aéroport Saint-Exupéry à La Clusaz, via Annecy.

PAR ROUTE

A 40 (AUTOROUTE BLANCHE)

Sortie N° 16 Bonneville, direction Stations des Aravis à 20km.

A 41

Sortie Annecy Nord, direction Thônes / Stations des Aravis à 30 km.

LES CONSEILS FUTÉS :

En provenance du Nord de la France, suivre l'autoroute A39 depuis Dijon, direction Genève.

PAR TRAIN

GARE D'ANNECY (32 KM)

Tél. : +33 (0)8 92 35 35 35
www.sncf.com

TGV en provenance de la plupart des grandes villes.

PAR AUTOCAR

LIGNE 62-63 : ANNECY/LA CLUSAZ/LE GRAND BORNAND

Gares routières La Clusaz / Annecy
Tél. : +33 (0)4 50 02 40 11
Mail : administration.crolard@transdev.com
<http://billet.transdevhautsavoie.com>

Autocars de grand tourisme.
Service régulier Annecy gare / La Clusaz.

Téléchargez l'application

« Sibra - Transport Annecy » pour les horaires et itinéraires en temps réel :
www.sibra.fr/nouveau-appli-mobilites-sibra.

NAVETTES

NAVETTES ET SKIBUS DE LA CLUSAZ

Parking du Salon des Dames/Gare routière
Tél. : +33 (0)4 50 02 69 53

Tous les jours. Rotations régulières en direction des Confins et du Col des Aravis. Départ parking du Salon des Dames. Horaires disponibles à l'Office de Tourisme. Vente de billets dans la navette.

ARAVIS SHUTTLE NAVETTE LA CLUSAZ <> GENÈVE

www.aravis-shuttle.com

Aravis Shuttle vous propose 5 navettes par jour entre l'aéroport de Genève et la gare routière de La Clusaz au meilleur prix toute la saison d'hiver. 40 €/personne - navette partagée.

TAXIS

ALC TAXI

Tél. : +33 (0)6 63 51 32 58
Mail : contact@alc-taxi.com
www.alc-taxi.com

Réservation en ligne ou par téléphone. Transport toutes distances et toutes destinations. Véhicules de type minibus, van ou break, tout confort. 7j/7 toute l'année.

ALLO TAXI

Tél. : +33 (0)6 08 83 08 45
Mail : booking@allotaxi74.com
www.allotaxi74.com

Réservation en ligne. Véhicules jusqu'à 8 places. Taxi conventionné Sécurité Sociale.

AMONTRANSFERT.COM

Tél. : +33 (0)6 73 40 96 79
Mail : amontransfert@gmail.com
www.amontransfert.com

Tous déplacements, 7/7j et à l'année ! Séminaire, mariage, anniversaire sur réservation.

TAXI LACROIX

211 place de l'église
Tél. : +33 (0)6 87 63 28 33
Mail : contact@taxi-lacroix.com
www.taxilacroix.com

Monospaces/minibus climatisés 7j/7 - Toutes destinations, Gares, Aéroports, Stations de ski - Séminaires - Assistance automobile - Rapatriement biens et personnes - Taxi conventionné sécurité sociale - Hôpitaux, Cliniques, Dialyses - Colis express.

SE GARER À LA CLUSAZ

Des zones bleues ont été mises en place dans le centre du village. Le stationnement est à durée limitée : une heure maximum, gratuit mais contrôlé par disque, tous les jours sans exception : de 7h00 à 20h00. Les disques sont disponibles en mairie, à l'Office de Tourisme et chez les commerçants de la station.

PARKING SALON DES DAMES

124, Salon des Dames
Tél. : +33 (0)4 50 60 49 62

420 places couvertes, à l'entrée du village, hauteur limitée à 2m35. Ouvert 24h/24. Payant l'hiver, gratuit l'été. Plate-forme cars et navettes station (40 emplacements).

PARKING CENTRE VILLAGE

29, route de l'Etale
Tél. : +33 (0)4 50 02 61 56

333 places couvertes, centre village, hauteur limitée à 1m80. Ouvert 24h/24. Payant.

PARKING DU BOSSONNET

Parking couvert dans le haut du village, au Bossonnet. 85 places, couvert. Ouvert 24h/24. Hauteur limite : 2,30m. Payant

PARTENAIRES



Document non contractuel (textes et photos). Les tarifs sont mentionnés à titre indicatif, SEML La Clusaz ne peut être en aucun cas responsable des éventuels changements d'informations.

CREDITS

Photos : Clément Hudry - Germain Favre-Félix
Pierrick Aubert - Keryan Sorton
David Machet - David Malacrida

Textes : SEML La Clusaz

Design : Les Alchimistes : renO Orange

Document imprimé avec des encres végétales sur papier issu de forêts gérées durablement.



100 % électrique EQ.

Puissance

150 kW / 204 ch

Temps de charge (DC) (10% - 80%)

< 45 minutes

Autonomie

353 km (WLTP)

EQ

Nouvel EQV. Enjoy electric.

Découvrez le label technologique EQ au format XXL.

Vivez une expérience 100 % électrique et de nouvelles sensations à bord du Nouvel EQV.



SVI.74

ARGONAY
AYSE
THONON-LES-BAINS



#groupehuillier

04 50 27 57 00
04 50 03 55 82
04 50 70 30 30

▶ PIERRE HOURTICQ



NO SHORTCUTS*

Pas de concurrents, pas de publics, pas de trophées. Juste la volonté de se surpasser, de monter plus haut et de skier des pentes plus raides les unes que les autres. Nous croyons aux premières traces, aux frissons et aux mythes de l'aventure.