

ESPRIT HAUT-GIFFRE MAGAZINE



LE CIRQUE DU
FER-À-CHEVAL
EN 4 MODES

PORTRAIT[S]

ZEN EN MONTAGNE

TOUR DE PISTES
DU GRAND MASSIF

LE MAGAZINE DE L'OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL "GRAND MASSIF MONTAGNES DU GIFFRE"

#01 -2020

CHÂTILLON-SUR-CLUSES | LA RIVIÈRE-ENVERSE | MORILLON | VERCHAIX | SIXT-FER-À-CHEVAL

In Extenso



Ensemble, allons plus haut

In Extenso vous accompagne tout au long de la vie de votre entreprise

Expertise comptable

Social et paies

Fiscalité

Gestion

Conseil en création

Reprise et transmission d'entreprise

Conseils en investissement immobilier

Gestion de patrimoine

Accompagnement

Près de chez vous

Annecy

04 50 88 90 11

Les Gets

04 50 79 84 88

www.inextenso.fr

#01 - Édition 2020

Esprit Haut-Giffre

Édité par l'office de tourisme
intercommunal
Grand Massif Montagnes du Giffre

Directrice de la publication :

Valérie Guilhen,
directrice de l'office de tourisme

Rédacteur en chef :

David Merzougui, responsable communi-
cation de l'office de tourisme

**Création éditoriale, coordination et
rédaction :**

Laure Béchade,
journaliste - La Belle Presse

Design graphique :

Waouh.cool

Parution : mai 2020

Tirage : 20 000 exemplaires

Couverture : ©Gilles Piel

Crédits photos : OT GMMG, Tristan Shu, Monica Dalmasso, David Casartelli, Gérard Gachignard, Antoine Dénériaz, ESF, Dominique Plu, David Merzougui, Laureline Gervais, Agnieszka Warszawska, Bruno Pezet, Laure Béchade, Gilles Piel, Thomas Garcia, Olivier Octobre, Alexandre Compain, Carine Chenivresse, Céline Ducretet, Mickaël Peralta, The French Outdoors, Christian Martelet, Julien Annequin, Julia Barnes, Simon Park, Olivier Lestien, Thomas Decourt, Floryane Mugnier.

Remerciements : nous remercions les femmes et les hommes qui incarnent et font ce territoire. Spécialement celles et ceux qui ont pris part, de près ou de loin, à l'aventure de ce magazine.

Dépôt Légal : à parution / Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle par quelque procédé que ce soit des pages dans le présent magazine faite sans l'autorisation de l'éditeur est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et d'autre part, les citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans lesquelles elles sont incorporées. (art. L122-4, L122-5 du Code de propriété intellectuelle).



👉 Vivre dans la vallée du Haut-Giffre, c'est vivre avec les éléments ! C'est vivre au quotidien dans une nature très présente et préservée. En tant que photographe, j'ai la chance d'en être un témoin privilégié. Au gré des randonnées, tout au long de l'année, je profite d'immortaliser ces paysages hors normes pour transmettre à ceux qui ne connaissent pas, à ceux qui ne peuvent s'y rendre et à nos enfants ; pour continuer à garder précieusement ce joyau dans le meilleur état possible, dans un souci de préservation et de transmission des valeurs.

Le point commun reliant tous les habitants de cette vallée est son cours d'eau : le Giffre. Cette rivière s'écoule le long du territoire dans un mouvement perpétuel qui semble immuable. L'eau, source de vie, provient des innombrables cascades qui se situent principalement dans le Cirque du Fer-à-Cheval. Il aura fallu plusieurs millénaires pour que la vallée se fasse telle qu'on la connaît aujourd'hui. Avec la main de l'homme, le Giffre est aujourd'hui contenu dans ses furies grâce à une irrigation contrôlée. C'est dans ce cadre, verdoyant, dans les bas enneigés ou rocailleux dans les hauts, que l'homme a su trouver le juste équilibre pour développer ses activités tout en préservant le mieux du monde cet écosystème privilégié.

La vallée du Giffre est l'une des dernières vallées préservées de l'urbanisation galopante en Haute-Savoie. Ce que j'aime dans la vallée du Giffre ? C'est son côté authentique et agricole. Il fait bon y vivre toute l'année. La vie s'est organisée autour des activités touristiques, locales, agricoles et commerçantes. Le rythme effréné de la vie moderne est peut-être ici plus dilué qu'ailleurs, aidé par cet environnement naturel. Les quatre saisons apportent leurs lots d'avantages et de spécialités, ce qui donne à l'ensemble une cohésion naturelle et innée.

Dans la vallée du Giffre, on prend le temps d'admirer un coucher de soleil, une nouvelle chute de neige, une lumière du matin. On prend le temps d'une cueillette, que ce soit de myrtilles ou de champignons ; l'instant vaut tout l'or du monde. Le cadre nous happe pour nous rappeler que c'est maintenant que cela se passe et non pas demain, ni hier. Je vous souhaite une bonne lecture de ce nouveau magazine dans lequel, nous l'espérons, vous allez retrouver cet atmosphère et cet esprit à travers les différents portraits de passionnés qui font et qui vivent pleinement la vallée du Giffre. 🍷

David Casartelli
Photographe

Découvrez le portrait de David Casartelli p. 36

GRAND SITE DE SIXT-FER-À-CHEVAL



CONSTRUIRE
ENSEMBLE

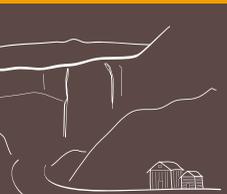
UN PROJET DE
TERRITOIRE POUR
LES MONTAGNES
DU GIFFRE

- Préserver les richesses écologiques et paysagères
- Valoriser le patrimoine culturel
- Adapter le modèle de développement touristique
- Améliorer la qualité de vie des habitants
- Maintenir les qualités agricoles du territoire
- Vivre avec les risques naturels

COMPRENDRE, S'INFORMER, PARTICIPER, VISITER
> WWW.GRAND-SITE-SIXT.FR

Syndicat mixte du Grand Site de Sixt-Fer-à-Cheval

GRAND SITE
Sixt
Fer à Cheval



SOMMAIRE



6. EXPÉRIENCES | Tour de pistes du Grand Massif | Une journée de ski à Morillon | Nordique en vallée du Giffre | Randonnée en vallée du Giffre | Top 5 des randos en famille | Itinéraire de refuges en refuges | Le ski de rando dans la peau | 1 rando en raquettes par jour

24. FER-À-CHEVAL | Au cœur de la Réserve Naturelle de Sixt-Passy | Opération Grand Site de France | Le Cirque du Fer-à-Cheval en 4 modes | The French Outdoors

32. PORTRAIT[S] | Argeline Tan-Bouquet | Les frères Michaud | David Casartelli | Guillaume Wagemans | Jérôme Guillot | Anne et Jean-Pierre Chaigneau

40. AVENTURES | En eaux vives ! | C'est tendance le "survivalisme" | Complices d'aventures nature ! | Zoom sur le Defoul'park | Top 10 des activités préférées des kids

50. ZEN EN MONTAGNE | **54. PATRIMOINE** | **58. LE GOÛT DE LA VALLÉE** | **62. 5 VILLAGES ET LEUR CARACTÈRE** | **64. UNE JOURNÉE À SIXT-FER-À-CHEVAL** | **66. INFOS PRATIQUES**

EX PER IEN CES

Quelle est la meilleure façon de découvrir la vallée du Giffre ? En plongeant dans sa nature profonde et en prenant de la hauteur. Le Haut-Giffre offre son terrain de jeu à qui aime glisser et marcher pour s'élever. Ski alpin, ski de rando, randonnée, à pied ou en raquettes, itinérance de refuge en refuge : des expériences à vivre, ici, sans modération.



TOUR DE PISTES



8

Avec ses 265km de pistes de toutes les couleurs, Le Grand Massif est l'un des plus grands domaines skiables reliés de France.

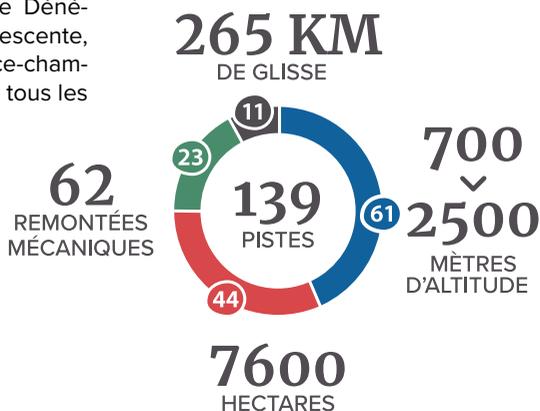
Situé en Haute-Savoie et face au Mont-Blanc, le domaine offre un environnement préservé et des panoramas à 360°. De la piste verte, idéale pour débuter, à la piste noire réservée aux skieurs et snowboarders chevronnés, le Grand Massif comble les amateurs de glisse quel que soit leur niveau. On y fait ses premières traces et on y devient champion ; à l'image d'Antoine Dénériaz, médaillé olympique de descente, et d'Argeline Tan-Bouquet, vice-championne du monde de télémark : tous les deux originaires de Morillon.

des pistes de toutes les couleurs

Le Grand Massif, cet immense espace et terrain de glisses, est né à l'hiver 1982-1983 d'une liaison créée entre la Tête des Saix et les cinq stations qui le composent : Flaine, Les Carroz, Morillon, Sixt-Fer-à-Cheval et Samoëns. 80% des pistes du Grand Massif étant exposées au nord, l'enneigement est abondant. Signe particulier du Grand Massif ? Un grand domaine avec vues où l'on skie entre les sapins.

1^{er} domaine skiable certifié "Green Globe"

À l'automne 2016, le Grand Massif est devenu le premier domaine skiable au monde certifié Green Globe pour l'ensemble de ses remontées mécaniques, ses pistes et leurs services associés. Comme 450 entreprises internationales du secteur touristique, Grand Massif Domaines Skiabes a fait le choix de la certification Green Globe, en phase avec ses valeurs et qui met l'accent sur la notion de développement durable avec, notamment : le pilotage, unique en France, d'un observatoire environnemental et la politique environnementale orientée vers une réduction des impacts et la prévention des pollutions tant dans les activités quotidiennes que dans tous les aménagements du domaine skiable.



Dates d'ouverture du domaine 2020-2021 :

Ouverture partielle du 12 au 18 décembre puis ouverture complète du Grand Massif du 19 décembre au 18 avril.



coups de cœur

AU CŒUR DE LA FORÊT

La piste Marvel (Morillon)

C'est sur cette piste iconique qu'Antoine Dénériaz, champion olympique de descente, né à Morillon, a fait ses premières traces ! Longue de 5km, la piste verte Marvel offre aux débutants un tracé insolite et ludique au cœur d'une forêt de sapins centenaires ! En plus du parcours pédagogique (faune et flore de nos montagnes), c'est un véritable "ski safari" qui est proposé sur cette piste, à la recherche des formes d'animaux à taille réelle dissimulées. Autant le Gypaète ne devrait pas poser de problème, autant le Lagopède demandera un peu plus d'attention pour être débusqué.

En bonus : la luge by night ! Pendant les vacances scolaires de février après la fermeture des pistes, la piste Marvel est réservée à ceux qui souhaitent effectuer cette descente exceptionnelle de 5km en luge !

La Marvel en luge



AU CŒUR DE LA RÉSERVE NATURELLE

La piste des Cascades
(Sixt-Fer-à-Cheval)

De 2480m au sommet du domaine, jusqu'au village de Sixt-Fer-à-Cheval, cette piste bleue de 14km assure une descente 100% nature en plein cœur de la Réserve Naturelle de Sixt, sans la moindre contrainte de remontées mécaniques. Cascades de glace, chamois et chants d'oiseaux accompagnent les skieurs de tous niveaux sur cette promenade à ski.

NOUVEAU !

La piste Labérieu dédiée aux glisses alternatives de Morillon allant de 1100m jusqu'au cœur du village à 700m.



"Dénériaz Ski Academy"

Antoine Dénériaz, l'enfant du pays, multi médaillé et champion olympique de descente (JO Turin 2006), aujourd'hui maître dans l'art de la conception des skis, propose des stages de compétition à la semaine ou à la saison avec l'ESF pour les graines de stars de la glisse (niveau étoile d'or ou classe 3). Ski toute neige, slalom spécial et géant, analyses vidéo, passage de flèche et chamois : un programme bien étudié.

Une journée de ski à **Morillon**



8h



9h30



8h

La journée démarre par un petit café en compagnie de Raymond au bar "Le Bon Coin" au pied de la télécabine à Morillon. Voici une belle occasion de rencontrer aussi les professionnels des remontées mécaniques, pisteurs du Grand Massif ou autres habitants du coin : de bonnes sources pour avoir toutes les infos du jour !

11h

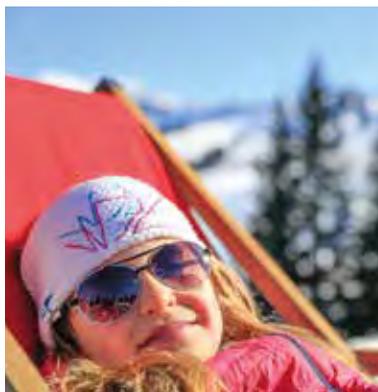
Direction les zones ludiques en mode border, woops, et autres virages relevés ou en quête d'énigmes sur la longue et célèbre piste verte Marvel truffée de panneaux pédagogiques. Trouverez-vous le lagopède caché en bord de pistes ? Autre option : monter à Flaine pour profiter du point de vue sur le Mont-Blanc.

9h30

C'est parti pour une journée de glisse ! Réveil musculaire avec vue et en douceur sur la piste des 7 Frères puis redescente jusqu'à Morillon 1100 par la piste Sairon ou la piste Marvel dans la forêt pour finir l'échauffement !

14h

Après la pause déjeuner, tirée du sac, et dévorée sur l'une des nombreuses aires de pique-nique aménagées sur le domaine skiable, ou dans l'un des restaurants d'altitude de Morillon tels que "l'Igloo" ou "le Chalet d'Clair", vous voilà prêts à arpenter le reste du Grand Massif ! L'après-midi est aussi l'occasion de tester l'une des activités hors-ski comme le chien de traîneau, le fatbike, le survivalisme, ou de s'offrir une sortie en canyon hivernal...



17h

Une grosse envie de glisse vous titille encore ? Et si vous participiez à la descente de la Marvel en luge à la fermeture du domaine et profitez pleinement en amoureux ou en tribu des dernières lueurs du jour sur cette piste longue de 5km ? Amis Instagramers, l'arrivée du télésiège Sairon vous gratifie d'un point de vue exceptionnel pour photographier le coucher de soleil.

19h

Après l'effort le réconfort, et vous voilà en train de déguster une Bière du Giffre ou autre remontant* en après-ski au bar "L'Beu", "le 7", à "la Combe" ou au bar "le Morillon" à Morillon 1100 les Esserts... Ou encore à "la Puzze", au "Yeti" ou au "Bon Coin" si vous séjournez au cœur du village de Morillon...

**avec modération*

21h

Après vous êtes rassasiés d'une spécialité à base de fromage local dans l'un des restaurants de Morillon, partagez les souvenirs de votre journée et "ambiancez-vous" devant un concert de Zoubab et ses acolytes, un groupe 100% local !

Plan des pistes





NORDIQUE EN VALLEE DU GIFFRE

On plante le décor : ambiance Grand Nord dans la vallée qui glisse à fond sur le nordique ! Avis aux fondus de ski nordique, le domaine du Haut-Giffre comprend 3 secteurs différents : Morillon, Cirque du Fer-à-Cheval et Joux Plane. En tout 19 pistes sur 55km pour pratiquer les trois disciplines reines, que l'on soit débutant ou expert : ski de fond, skating et biathlon, et également d'autres activités nordiques telles que la balade en traîneau à chiens ou la randonnée en raquettes.

On se met au nordique ?

Pour s'initier ou se perfectionner, les écoles de ski ESF et ESI proposent des cours de pas alternatif et de skating avant de vous emmener en rando nordique et de glisser au cœur de milieux naturels. Du côté de Sixt-Fer-à-Cheval, on goûte au biathlon comme les champions au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval les mardis et jeudis après-midis.

Le nordique en mode ludique ?

Direction les deux "nordic parks" du Haut-Giffre (selon enneigement) à Sixt-Fer-à-Cheval et à Joux Plane (Verchaix). Un moyen ludique d'apprendre le ski de fond avec des slaloms, des bosses, des whoops, et des changements de traces.

Où aller glisser ?

Zoom sur l'espace nordique du Haut-Giffre

En direct des webcams



EN PLAINE

▲ 670-900m

4 pistes vertes - 2 pistes bleues - 2 pistes de liaison rouges

Le long du Giffre, un dénivelé tout en douceur vous promène à Samoëns, Morillon et Sixt-Fer-à-Cheval, près des villages, dans la forêt, dans la plaine, autour des lacs.



AU FER-À-CHEVAL

▲ 950m

1 piste verte - 3 pistes bleues

Une boucle de 10km dans un paysage somptueux, allant du Molliet jusqu'au Cirque du Fer-à-Cheval ; des circuits intermédiaires à concocter suivant son envie (boucle verte du Molliet, bleues du Pelly et du Frénalay...).



A JOUX PLANE

▲ 1700m

3 pistes vertes - 2 pistes bleues - 2 pistes rouges

A Verchaix, ce site d'altitude garantissant un enneigement tout l'hiver, offre une exposition idéale et un panorama magnifique avec vue sur le Mont-Blanc et la vallée du Giffre.

LES HIVERNALES DU HAUT GIFFRE
10h-17h
Cirque du Fer-à-Cheval
DÉCOUVERTE GRATUITE DES ACTIVITÉS NORDIQUES
Renseignements : 04 50 34 49 36

S'INITIER AUX DISCIPLINES NORDIQUES

LES HIVERNALES DU HAUT-GIFFRE

DIMANCHE 24 JANVIER 2021

Les stations de Sixt-Fer-à-Cheval, Samoëns, Morillon et Verchaix se mobilisent pour faire découvrir une multitude d'activités nordiques, dans le cadre grandiose du Cirque du Fer-à-Cheval ! Les Hivernales du Haut-Giffre, c'est une journée ludique et festive pour découvrir (gratuitement) les activités nordiques de la vallée : ski de fond, biathlon, tir à la carabine, raquettes à neige, découverte du paret (luge), jardin d'enfants, fat bike, poney luge,... Des animations sont aussi au programme : animations pédagogiques sur la faune et la flore dans la vallée avec la Réserve Naturelle, construction d'igloos (en fonction des conditions de neige), recherche ARVA... Rendez-vous dès 10h !

Navettes gratuites au départ des offices de Tourisme de la vallée (de Sixt-Fer-à-Cheval et Samoëns), et du Lac Bleu à Morillon.

OT Grand Massif Montagnes du Giffre à Sixt-Fer-à-Cheval

RANDO ANNÉE EN VALLÉE DU GIFFRE



14

De la balade à la rando sportive

La rando, ici, ce n'est pas juste une carte topo ; c'est un livre ouvert sur la nature et l'histoire du territoire de la vallée du Giffre et ses montagnes, où les marcheurs, petits comme experts, trouvent le chemin du bonheur. 650km de sentiers balisés sont à emprunter en toute liberté.

Saviez-vous que la randonnée pédestre est la 1^{ère} activité sportive des Français en vacances ? Selon une étude Atout France, « face à une urbanisation croissante, le besoin d'un retour à la nature, avec une activité en adéquation avec l'environnement, mais également l'aspiration au bien-être et à la santé, expliquent l'engouement toujours plus vif pour la randonnée ». Et c'est la montagne qui reste la destination privilégiée.

5 RANDONNÉES COUPS DE CŒUR

LAC ALPIN & VUE MONT-BLANC

 1100m
 6H30

Le refuge, le lac et le col d'Anterne (niveau difficile) une randonnée aérienne.

EN ALPAGE & VUE À 360°

 600m
 4H

La pointe de Chalune (niveau moyen) : 3 cols, 1 sommet, chamois, marmottes.

LE CRIOU SOMMET EMBLÉMATIQUE

 600m
 4H

Les chalets et L'Aouille du Criou (niveau très difficile) : arêtes et belvédère.

SITE GLACIAIRE DU FER-À-CHEVAL

 435m
 4H

Le "Bout du monde" et le chalet du Boret (niveau assez difficile) : lacets vertigineux, cascades et bouquetins.

LES DENTS BLANCHES AVEC UNE NUITÉE EN REFUGE

Deux jours avec nuitée en refuge, à la rencontre des chamois dans le massif calcaire des Dents Blanches, ancien royaume des contrebandiers surplombant la vallée du Haut-Giffre.

Se reconnecter à la nature et à sa nature : la rando

avec **Agnieszka Warszawska,**

accompagnatrice en montagne à Sixt-Fer-à-Cheval

Voici 22 ans qu'Agnieszka a choisi Sixt-Fer-à-Cheval comme camp de base. Passionnée de montagne et d'escalade depuis toujours en Pologne, son pays natal, elle est littéralement tombée en amour pour ce bout de vallée dont elle connaît aujourd'hui tous les sentiers. L'accompagnatrice emmène avec elle les curieux de nature, de la balade à la rando sportive. Et elle a à cœur de leur dévoiler l'âme et les secrets de « ce paradis dans la montagne » (comme elle aime à le dire) qu'elle arpente en toutes saisons.



Où nous emmènes-tu ?

« Au paradis ! En hiver, je vous emmène en raquettes en toute sécurité et hors des sentiers battus parfois, tout comme en été en rando à pied à la découverte d'une nature très diversifiée. On est tellement gâtés ici ! J'aime bien aussi livrer quelques secrets. Pour cela, j'accompagne des sorties randonnée à la demi-journée ou journée ; de la balade facile à difficile, et même pour plusieurs jours en trek pour faire ce que l'on appelle un "Tour". Ici les possibilités sont diverses et variées selon la saison. »

As-tu un spot préféré ?

« J'aime aller sur les hauteurs du Cirque du Fer-à-Cheval, au refuge de la Vogealle en passant par le

Pas de l'Ours, le vallon et le lac des Chambres ; c'est un beau tour en face de l'énormité du massif de Tenneverge. Et cela inspire beaucoup de respect et d'humilité ; face à cette immensité, on est tout petit ! J'aime la diversité de notre vallée, avec ses montagnes, ses forêts, ses lacs et ses rivières qui conduisent à l'émerveillement. »

Quelle est la randonnée la plus demandée par les visiteurs ?

« Le Fer-à-Cheval, la perle de la vallée ; par sa facilité et sa beauté, je dirais même sa magnificence. Quand on y est, on se sent transcendé, et ce n'est pas que mon ressenti. J'y suis allée beaucoup de fois, car on m'a beaucoup demandé. Cet endroit

est magnétique et vibratoire ! J'en pleure à chaque fois ! »

C'est ce qui vous a donné l'idée d'associer rando et yoga avec Julia Barnes ?

« C'était une évidence ! Faire une rando permet d'approfondir le contact avec la nature ; essentiel pour se sentir vivant. On n'est pas dans un musée de paysages ici ; on doit se rendre compte qu'on est autant vivant que cette nature, on est proche d'elle, et on n'est rien sans la nature. La rando rejoint le yoga dans l'esprit : une démarche méditative, au ralenti et en conscience, offrant une reconnexion à la nature et à sa propre nature. »

Pourquoi il vaut mieux être accompagné en montagne ?

En hiver, en raquettes, il vaut mieux être accompagné pour des raisons de sécurité inhérentes à la montagne. En été : être accompagné permet d'ouvrir son regard vers des détails et des paysages que l'on n'aurait pas vus aussi profonds. L'accompagnateur* offre une lecture de la nature et des

connaissances sur la faune, la flore, notre environnement, ce massif, sa géologie et son histoire. Quelqu'un, seul, passerait à côté. Et il y a des endroits hors des sentiers battus, avec des passages que seuls les *AMM connaissent. Enfin c'est essentiel d'être accompagné pour des randonnées sportives. »

*AMM : Accompagnateur en Montagne

Balade en alpage

L'alpage de la Vieille est situé sur les hauteurs de Morillon, adossé au versant des Carroz. Lieu de balade incontournable, il se dessine en gras pâturages et belle forêt d'épicéas. Entre un goûter à la ferme et une limonade en terrasse, les instants là-haut sont suspendus au superbe panorama sur la vallée du Giffre.

À pied, à vélo ou en télésiège, la balade jusqu'à l'alpage de la Vieille, à une encablure de Morillon 1100 Les Esserts, est accessible à tous. Entre chemins de montagne et sentiers en sous-bois, cette promenade familiale par excellence (environ 2h30 à pied et environ 500m de dénivelé), régale autant les parents que les enfants, notamment les jours de grande chaleur ! Idéal pour faire découvrir aux petits la vie en alpage et se promener à 1 600m d'altitude au milieu des moutons et des chèvres en liberté, apprécier le paysage, faire une pause goûter bien méritée et repartir avec des produits locaux fabriqués sur place.



Top 5 des randos ludiques en famille

1. LE FER-À-CHEVAL

Très facile

🕒 2h30 – 🏔️ 110m

La magie des cascades et la grandeur du site en font un lieu unique. Balade dans le site du Fer-à-Cheval (munis de longues-vues et jumelles) pour identifier et observer la faune de montagne (bouquetins, aigles, gypaète...). Des maquettes et documents explicatifs sur les glaciers sont à disposition dans les offices de tourisme pour mieux lire et comprendre le décor alpin. Départ du parking du Fer-à-Cheval, puis empruntez à pied les larges sentiers de la réserve naturelle.

2. LE SENTIER DE LORNAZ

Très facile

🕒 1h30 – 🏔️ 117m

Une promenade agréable et instructive, au départ de Verchaix. Sur le parcours : 15 panneaux thématiques sur des sujets très variés tels que la faune, la flore, le patrimoine architectural...

3. LE SOMMET DE LA BOURGEOISE

Très facile

🕒 2h – 🏔️ 150m

Randonnée dans les alpages, au-dessus de la forêt. Le sommet de la Bourgeoise offre son superbe panorama à 360° avec une vue imprenable sur le Massif du Mont-Blanc. Le sentier surplombe la vallée du Giffre et permet d'observer le Jura et la Suisse.

4. LES ANCIENNES GORGES DES TINES

Facile

🕒 2h – 🏔️ 286m

Une remontée d'étranges gorges creusées par le Giffre ! Une randonnée très fraîche, un univers particulier jalonné d'échelles faciles pour mieux l'explorer. Au sommet des gorges, une jolie vue sur la vallée s'ouvre. Le retour par l'entrée des gorges fait place à de belles falaises où l'on pratique l'escalade.

5. LE VALLON DE SALES

Difficile

🕒 5h – 🏔️ 700m

Au départ du Lignon à Sixt-Fer-à-Cheval, empruntez le sentier en direction du refuge de Sales. La première heure, un peu raide, vous emmène vers de magnifiques cascades : la Pleureuse, Sauffat... Vous naviguez ensuite sur un magnifique plateau entre fleurs et torrent. Un très joli sentier en balcon vous fera rejoindre le refuge et ses alpages. Ouvrez l'œil, les bouquetins et les marmottes sont au rendez-vous ! Le retour se fait par le même sentier.

Testez d'autres randos



MA PREMIÈRE RANDO

Spécialement aménagée pour les familles, la promenade en autonomie sur le sentier de Lornaz à Verchaix est très facile, agréable et instructive. En bonus : un très joli panorama sur Morillon ! Départ depuis l'église de Verchaix.

Itinérance de refuge en refuge



18

TOUR DU RUAN

Le top des tours pour la rando ! Un tour sur plusieurs jours avec nuits en refuge, entre France et Suisse. Le plus varié et le plus alpin, vraiment somptueux avec de beaux panoramas !

TOUR DES DENTS BLANCHES

Une valeur sûre ! Sur la trace des contrebandiers, un itinéraire franco-suisse alliant moyenne montagne, forêts, alpages et passages alpins sur le massif calcaire des Dents Blanches surplombant la vallée du Haut-Giffre en Haute-Savoie et le Val d'Illeiez en Valais. A faire sur trois jours (tour sportif) ou 5 jours (grand tour), pour profiter du cadre splendide et, en chemin, avoir le plaisir de rencontrer chamois, bouquetins et marmottes.

TOUR DES FIZ

Un grand classique, généralement sur 2 jours. Entre vallée du Giffre et Mont-Blanc, la chaîne des Fiz est considérée comme un site magique en termes de paysages et de nature. Au départ de Sixt-Fer-à-Cheval ou de Passy : plusieurs circuits de 2 à 7 jours à composer soi-même. L'itinéraire traverse la Réserve Naturelle de Sixt-Passy et est jalonné de 9 refuges à 4h de marche les uns des autres, accessibles de juin à septembre.

Découvrez
d'autres tours



Zoom sur le refuge Alfred Wills

avec Bruno Pezet

Le Haut-Giffre compte 9 refuges. Parmi eux, il en est un perché à 1800m au cœur de la Réserve Naturelle de Sixt : le refuge Alfred Wills, dont Bruno Pezet est le gardien depuis 16 ans. Parce qu'aller dormir dans un refuge, c'est d'abord s'offrir de belles rencontres, Bruno Pezet nous éclaire sur la vie là-haut.

Pourquoi gardien de refuge ?

« Moniteur de ski l'hiver, je suis gardien de refuge à "Anterne" (autre nom du refuge) l'été ; et ce, depuis 16 ans ! J'aime l'alpage et la montagne ; "Anterne" est un alpage exceptionnel ! C'est chouette de travailler au milieu de cette montagne. De mi-juin à fin septembre, je suis fidèle au poste pour accueillir et rencontrer les randonneurs là-haut ! Alfred Wills est un refuge communal ouvert à tous. C'est là-haut que mon cœur bat ! »

Qu'est-ce qui donne son caractère au refuge Alfred Wills ?

« Son cadre, en plein cœur de la Réserve naturelle de Sixt ; et à la fois sa proximité et son isolement. Il n'est pas compliqué d'y accéder (en marchant uniquement tout de même) et quand on y est, aucun vis-à-vis avec la vallée ! Cela procure une sensation de calme très sympathique ! »

Comment on y accède ?

« On y accède en marchant depuis Sixt-Fer-à-Cheval et précisément la Cascade du Rouget ; comptez deux heures de marche. Avec 720m de dénivelé réalisé en une fois, la randonnée a un côté sportif. Le départ se fait en forêt et permet d'accéder à la cascade de la Pleureuse ; magique ! Ensuite on se retrouve dans les lanches (éboulis avec végétation faible) avant d'arriver à l'entrée de l'alpage avec le Mont-Blanc en toile de fond. Ici paissent des moutons depuis 1974 et c'est le royaume des marmottes ! Nous sommes au cœur de la Réserve Naturelle de Sixt-Passy ! »

Le refuge est aussi le point de départ d'itinérances ?

« L'itinérance est très à la mode ! Au cœur de la réserve naturelle, Alfred Wills peut être aussi le point de départ d'une itinérance de 3 jours. Le refuge fonctionne avec tous les autres refuges. Comme le Chatelet d'Ayères (5h de marche) et le refuge de Platé : un beau trio de refuges pour une rando de trois jours avec une diversité incroyable de paysages, toujours avec vue sur le Massif du Mont-Blanc. »

Comment s'organise la vie au refuge Alfred Wills ?

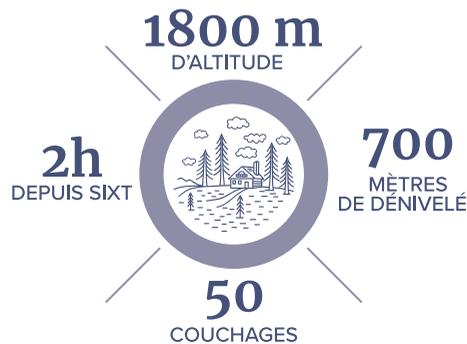
« Le refuge est rustique, avec deux bâtiments (une ancienne fruitière et un chalet d'alpage) d'une capacité de 50 personnes, dans des dortoirs avec commodités : douches WC, couettes, oreillers... C'est simple de dormir au refuge : venez légers, amenez juste votre drap ou louez-le sur place ! Dîner, petit-déjeuner, lit : tout est inclus dans la nuitée. Ici on parle beaucoup de langues. Côté repas : fondue savoyarde, végétarien, repas randonneurs avec viande, polenta et cuisine népalaise. L'environnement du refuge est très vert et très aquatique avec des torrents qui courent ; un beau terrain de jeux pour les enfants qui aiment aussi gambader autour de la terrasse. Alfred Wills offre une belle expérience pour une première nuit en refuge ! »

Vous organisez des soirées népalaises et des animations ?

« C'est un népalais qui cuisine ici et nous sommes très liés à ce pays via "play for Népal". Deux fois dans la saison, on organise un diaporama au refuge ; il m'arrive de proposer l'animation "6000 ans d'alpages à Anterne". Le Conservatoire d'Espaces Naturels de Haute-Savoie, gestionnaire de la réserve naturelle, vient également y proposer des animations tout l'été. »

Pour le fonctionnement, comment gérez-vous les ressources naturelles ?

« Comment accueillir 50 personnes sans trop utiliser et exploiter les ressources ? Là-haut, pas de ressources facilement utilisables, pas de chemins 4x4 d'accès ; au cœur de la réserve, le refuge a dû s'adapter. C'est une sorte de labo moderne de l'utilisation de l'énergie ! L'eau et l'électricité sont utilisées par exemple avec parcimonie. »



Qui est Alfred Wills ?

Alfred Wills (1828-1912) était un magistrat à la cour d'Angleterre, passionné de montagne, arrivé à Sixt-Fer-à-Cheval vers 1850 pour y construire un "chalet de plaisance" à l'alpage des Fonds. Il écuma les alpages et les montagnes d'une façon hardie et ouvra bien des passages et sommets. Ses successeurs firent même bâtir une dépendance au collet d'Anterne. Il a grandement contribué au développement touristique de la vallée.

Poursuivez la lecture !



Bien s'équiper pour la randonnée : la "check-list"

Avant de partir, il faut s'assurer d'être bien équipé. « Le matériel à prendre dépend de l'objectif que l'on se fixe. Trop lourd et vous n'avancez plus ! Et bien sûr, il est primordial de savoir s'en servir et, pour les randonnées expérimentées, d'avoir une formation spécialisée poussée sur le matériel, son utilisation et la sécurité ». Voici les premières recommandations de Gilles Leroy, guide expert en survie, qui nous a concocté une "check-list" du matériel à mettre dans son sac à dos en été comme en hiver.

DANS MON SAC À DOS DE RANDO



DES LUNETTES DE SOLEIL



UN TUBE DE CRÈME SOLAIRE



UNE COUVERTURE DE SURVIE



UNE CASQUETTE OU UN CHAPEAU



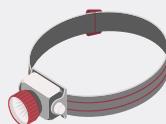
UN VÊTEMENT DE PROTECTION CONTRE LA PLUIE ET LE VENT (veste à membrane)



UNE PAIRE DE LACETS de chaussures



DU PAPIER HYGIÉNIQUE



UNE LAMPE FRONTALE



UNE PETITE TROUSSE À PHARMACIE

comprenant : un antiseptique, des compresses, pansements, 1 bande, 1 rouleau de sparadrap, éventuellement un tir-tique



DE L'EAU minimum 1,5 l



UN PULL OU UNE VESTE

en fibres polaires, fine ou épaisse, selon la saison et la température



DES VIVRES DE COURSE

(pain d'épices, barres céréales, fruits secs...)

ASTUCE

RANGER SES PAPIERS ET TÉLÉPHONE DANS UN SACHET ÉTANCHE

En complément : organiser son sac à dos est primordial ! Pour obtenir un portage confortable, il faut répartir la charge principalement sur le bassin et moins sur les épaules. Le poids doit être réparti de sorte que le centre de gravité du sac soit le plus près possible du dos. Il faudra placer les objets lourds au milieu du sac, contre le dos, et privilégier les parties vers l'extérieur du sac pour les éléments plus légers.

EN CAS DE SOUCI PENDANT LA RANDONNÉE...

Avant d'appeler le 15, 112 ou 18 : trouvez déjà votre localisation ; cherchez la ville et le lieu exacts (sommet, nom voie, point GPS en montagne). On vous demandera : la nature de l'accident (route, incendie, chute, maladie...), nombre de victimes et leur(s) âge(s). Écoutez les conseils et les gestes à effectuer. Mettez quelqu'un en visu et pour attendre les secours, ne raccrochez pas car vous allez parler à un médecin (cela peut prendre quelques minutes MAIS les secours sont alertés).

Bon à savoir : si le 112 ne passe pas par manque de réseau, envoyez un sms mail ou chat au 114. Si la personne ne parle pas français : appelez le 112, un traducteur est au bout de fil quelle que soit la langue.



Zoom sur le col de Joux Plane, altitude 1700m



A PIED RANDONNÉE EN ALPAGÉ

Été comme hiver, le col de Joux Plane est un lieu de départ idéal pour les randonnées vers la Bourgeoise, la Tête d'Angollon, la traversée de la Tête de Vuargne (randonnées pédestres ou en raquettes), toujours avec ce panorama exceptionnel sur le Mont-Blanc. La randonnée incontournable ? "Sur les crêtes de Joux Plane à la Bourgeoise" : une randonnée au départ de Verchaix, qui comporte des passages vertigineux sur les crêtes, du col de Joux Plane à la Bourgeoise, d'où l'on surplombe Samoëns et la vallée du Giffre. Comptez 1h35 en moyenne pour cette balade de 4,17km et 179m de dénivelé.



A VÉLO COL MAJEUR DE FRANCE

Le col de Joux Plane est l'un des six cols majeurs des massifs français, au même titre que le Galibier, le Mont Ventoux ou encore le Tourmalet. Le franchir est l'occasion de parcourir un merveilleux balcon ouvert sur la vallée ; un grand parcours de montagne (13,9km) où il convient de gérer son effort. Gravi pour la première fois en 1978 par les coureurs du Tour de France, Joux Plane est devenu l'un des cols mythiques des épreuves des Alpes. Il a déjà vu passer 17 fois le Tour de France. Pour les cyclos, Joux Plane est un magnifique sommet à conquérir.



A SKI / EN RAQUETTES DOMAINE NORDIQUE D'ALTITUDE

Joux Plane est un domaine nordique de référence avec ses pistes de ski de fond tracées et ses panoramas de haut vol. On respire là-haut avec le point de vue à 360° offert en bout de piste de La Bourgeoise, et le ski pleine nature sur le secteur du Croz-la Mouille au Bois Lairon, l'une des entrées du plateau de Loex (zone biotope classée). Neige naturelle et traces d'animaux viennent embellir le tableau. Joux Plane est un domaine nordique à la fois sportif, avec ses 370m de dénivelé, et familial, où l'on peut s'initier avec l'ESF et tester le biathlon, comme un champion.

Le ski de rando dans la peau avec **Christophe Avocat-Gros**



Pour skier au-delà des pistes et apprécier la montagne naturelle, calme et sauvage, l'escapade se fait en montée à peaux de phoque sous les skis, et en mode freeride à la descente, encadrée par un professionnel pour une découverte de sensations pures. Fitness et cardio, le ski de randonnée explose littéralement ces dernières années en station et fait de plus en plus d'adeptes. On fait le point sur cette pratique de randonnée d'hiver très pratiquée sur le Grand Massif, avec Christophe Avocat-Gros, directeur de l'Ecole de Ski Français de Morillon qui compte 65 moniteurs, dont certains sont des guides experts en ski de randonnée.

« Le ski que ce soit alpin, hors-piste et de rando, ce n'est pas inné ! On a besoin de techniques pour prendre du plaisir et ce, en toute sécurité » explique Christophe. « Les Montagnes du Giffre sont un terrain de ski de rando idéal offrant des itinéraires hors-piste faciles à plus haut niveau, dont certains sont connus et réputés. On est entouré de montagnes sans rochers, boisées et facilement accessibles. Pour les plus aguerris, le Mont Buet culminant à 3090m est un sacré objectif avant d'aller faire le Mont-Blanc » ajoute-t-il. Que ce soit pour une initiation (400/500m de dénivelé) ou du perfectionnement

(1000m), l'ESF de Morillon propose un encadrement de moniteurs passionnés et experts en ski de rando, et en ski freeride. « Il est important d'être encadré car, rappelons-le, il est interdit de remonter une piste de ski alpin en ski de rando ; et la descente s'effectue en hors-piste. Mieux vaut d'abord maîtriser le ski freeride ; c'est ce que nous proposons également à l'ESF tout l'hiver. Et nous fournissons tout l'équipement de sécurité de rigueur : pelle, sonde, appareil DVA... » rappelle Christophe qui nous livre son top 3 des randonnées à ski accompagnées.



NOUVEAUX ITINÉRAIRES BALISÉS

PISTE LABÉRIEU

L'itinéraire "Labérieu" à Morillon est balisé pour la pratique de la randonnée et des nouvelles glisses (fat bike et yooner). La descente se fait sur cette piste bleue entre chalets et alpages.



Testez le ski
de randonnée
avec les écoles
de ski de la
vallée

RANDO PARK

Afin de s'initier, s'entraîner, se perfectionner, Sixt-Fer-à-Cheval ouvre son rando park au cœur de son domaine skiable. Entièrement balisé, ce nouvel espace 100% dédié assure une balade sportive et contemplative en toute sécurité.

1. Chalet du Lignon

400m de dénivelé depuis la Cascade du Rouget (Sixt-Fer-à-Cheval) ; une boucle par le Pelly de Sales en passant par le pont du Geais. Temps total 3h30 avec une descente facile.

2. Refuge de Bostan

Altitude 1763m et environ 700m de dénivelé au départ des Allamands ; une randonnée technique de difficulté moyenne à difficile sur une journée.

3. Col de Bostan

Altitude 2290m soit environ 1300m de dénivelé. Difficile techniquement : pour les experts.



1 RANDO EN RAQUETTES PAR JOUR 🕒 3H

avec **Arnaud Rétrif**,
accompagnateur en montagne

Découvrez tous
les prestataires
et leurs sorties



LUNDI

Mouflons sur le
Massif de la
pointe d'Uble

▲ 200m

MARDI

Les animaux de la
Réserve Naturelle
de Sixt

▲ 220m

MERCREDI

Les grands pano-
ramas au sommet
de la Bourgeoise

▲ 300m

JEUDI

Panoramas et
traces d'animaux
sur le plateau de
Loex

▲ 250m

VENDREDI

Journée panora-
ma sur le massif
de Loex

▲ 250m

FEER
A
CHE
VVAL



Le "Bout du monde", n'est pas un vain mot pour qualifier le Cirque du Fer-à-Cheval. En bout de vallée du Giffre s'ouvre un amphithéâtre de parois rocheuses et ses joyaux. C'est le deuxième plus grand cirque naturel de France avec 50 cascades. Le gypaète barbu volant au-dessus de la Réserve Naturelle de Sixt et ses pics, dont l'impérial Tenneverge culminant à 2989m et le Mont Buet (3096m) surnommé "Mont-Blanc des Dames" où fut effectuée la première ascension en haute-montagne dans les Alpes en 1770. Le cirque, c'est un atout majeur pour la future labellisation du territoire de Sixt-Fer-à-Cheval en qualité de Grand Site de France. Un site naturel classé, spot de randonnée, pour les promeneurs ou trailers, où il fait bon faire une pause dans l'un des 9 refuges ; un itinéraire testé et approuvé par "The French Outdoors". Une montagne vibratoire où yogis et mélomanes du monde entier se donnent rendez-vous et puisent leur inspiration. Reportage sur le Cirque du Fer-à-Cheval avec ses acteurs et ses inconditionnels.

Pourquoi "Fer-à-Cheval" ?

En raison de la forme de ses falaises, en demi-cercle.

Au cœur de la Réserve Naturelle de Sixt-Passy

La Réserve Naturelle de Sixt, l'une des plus grandes de France et la plus vaste du département de la Haute-Savoie, bénéficie de la présence de deux imposants cirques glaciaires d'où jaillissent d'impressionnantes cascades : le Cirque du Fer-à-Cheval et le Cirque des Fonts. La diversité des milieux (zones humides, forêts mixtes, falaises, pelouses, prairies, landes...), favorisée par les 9000 hectares et un dénivelé de 2100 mètres, avantage une faune et une flore riches et diverses : plus de 800 espèces végétales, pas moins de 21 espèces différentes d'orchidées. 166 espèces de vertébrés y sont recensées, telles que le bouquetin des Alpes, le chamois ou l'aigle royal. Elle a également le privilège d'accueillir une espèce emblématique : le gypaète barbu dont un couple niche sur la commune de Sixt-Fer-à-Cheval. L'enjeu du site ? La protection de tous ces patrimoines, en y intégrant l'Homme. C'est pourquoi le territoire est membre du Réseau des Grands Sites de France.

Les hommes de la réserve naturelle

Franck Miramand et Fabrice Anthoine sont respectivement animateur et garde technicien CEN (Conservatoire d'Espaces Naturels), et gardien de la réserve naturelle. Ils veillent à la préservation de cet espace naturel sensible géré par le Conservatoire d'Espaces Naturels de Haute-Savoie.

A la découverte !

Afin d'accompagner sa connaissance et sa compréhension, des animations et des ateliers sont proposés en été (observations, rencontres au sommet et ateliers pour les enfants) et en hiver (maraudage). Une exposition est également ouverte au public dans la Maison de la Réserve Naturelle située au chef-lieu de Sixt-Fer-à-Cheval.

1977
DATE DE CRÉATION

9200
HECTARES



770
3100
MÈTRES D'ALTITUDE

166
ESPÈCES ANIMALES

800
ESPÈCES VÉGÉTALES

Opération Grand Site de France avec Mathieu Battais

Avec 80% de son territoire classé, sa réserve naturelle, le Cirque du Fer-à-Cheval et la Cascade du Rouget comme joyaux, Sixt-Fer-à-Cheval peut prétendre au titre de Grand Site de France. Relancer l'Opération Grand Site de France et préparer la candidature au label, tel est le rôle de Mathieu Battais, chargé de mission au Syndicat Mixte du Grand Site de Sixt-Fer-à-Cheval. Il nous éclaire sur cette démarche de valorisation et de classification d'un fleuron du patrimoine naturel de la vallée.

Qu'est-ce qu'un Grand Site de France ?

« C'est un paysage emblématique de France. Aujourd'hui, il y en a 18 labellisés et une vingtaine en projet, dont Sixt-Fer-à-Cheval. Tous avec un point commun : ce sont des lieux à couper le souffle ! Protégées depuis 1930 par la loi relative aux "sites classés", ces destinations de caractère sont belles, rares et fragiles. »

Pourquoi une telle opération à Sixt-Fer-à-Cheval ?

« Le territoire du Grand Site de Sixt-Fer-à-Cheval est un joyau du patrimoine naturel et culturel de Haute-Savoie. Il s'étend bien au-delà des 11 907 hectares du périmètre communal. Il comprend une partie de la Réserve Naturelle, le Cirque du Fer-à-Cheval, la fameuse Cascade du Rouget, celles de Sales, les sentiers de randonnées d'Anterne... Cette opération s'inscrit dans une volonté de valoriser et de préserver durablement ce paysage remarquable. Pour obtenir le label Grand Site de France, il faut se démarquer, accroître l'attractivité et le rayonnement du

territoire afin de proposer une expérience unique aux visiteurs, tout en préservant le site. Le challenge est de trouver le juste équilibre entre nature et tourisme. C'est ce que nous sommes en train de réaliser en déplaçant les aires de stationnement, en créant des sentiers d'interprétation et thématiques, des points d'exposition, de restauration... »

Où en est-on dans la démarche de labellisation ?

« Nous sommes dans une phase de construction stratégique avec le lancement d'un schéma directeur d'interprétation pour se projeter à 15, 20 ans, en concertation avec le conseil départemental, les bureaux d'études d'architectes, les paysagistes et les experts du tourisme. Il s'agit de poser ensemble le cadre et se poser les bonnes questions : quels projets pour le Cirque et les flux de visiteurs, le centre village et son aménagement, les Tines et leur préservation, les transports, la circulation douce... et dans quel ordre fait-on les choses ? Nous associons les élus et les habitants à la réflexion et la

co-construction en organisant régulièrement "les samedis des Grands Sites" ; pour que tous les acteurs concernés s'approprient le projet de développement de Sixt-Fer-à-Cheval. »

Qu'est-ce que le Grand Site Sixt-Fer-à-Cheval pour vous ?

« Sixt, c'est le bout du monde ! Pour y accéder, une seule route. Une fois la voiture garée, le paysage se découvre de manière progressive. Plus on avance, plus on rentre dans des espaces intimes et authentiques. C'est magique ! On est en pleine vallée glaciaire, en haute montagne (3000m), mais avec de faibles dénivelés, donc accessible à tous. Entre cascades exceptionnelles, ruisseaux, sommets, falaises, sous-bois... la progression de la découverte est féérique. Le visiteur chemine étape par étape vers le sublime : "Le Bout du monde" ! ».

www.grand-site-sixt.fr



Le Cirque du Fer-à-Cheval est un monument historique naturel

MATHIEU BATAIS, acteur du développement (amoureux) du territoire

Depuis janvier 2018, il est à la manœuvre du projet de labellisation en qualité de Grand Site de France. Auparavant en charge de l'animation du Label Villes et Villages Fleu-

ris au Ministère du tourisme, et responsable de la protection des sites classés au sein du Ministère de l'écologie, le sizeret d'adoption est un expert en matière d'accompagnement des collectivités, soucieux de préserver l'équilibre entre environnement et développement économique. Son rôle est semblable à un architecte des bâtiments de France mais sur le volet des espaces naturels. « J'avais envie d'être pleinement acteur d'un projet et j'ai eu le coup de cœur pour celui-ci. J'avais envie et besoin de revenir sur un territoire de montagnes. Ce projet que je conduis est aussi personnel ; voir grandir mes enfants dans un tel environnement préservé est précieux » explique le jurassien d'origine, amoureux des montagnes du Giffre.

LE CIRQUE DU FER-À-CHEVAL EN 4 MODES



2. Zen & holistique

Festival de yoga de Sixt-Fer-à-Cheval

4^e édition - 21, 22 et 23 août 2020*

Sur 3 jours, une trentaine d'animations et d'ateliers 100% yoga, un village bien-être dans le jardin de l'Abbaye, des séances géantes à ciel ouvert avec Simon Park, maître yogi américain d'envergure internationale (lire p. 52). Yoga et escalade, massages thaï relaxants, rando yoga, marche afghane, yoga dynamique, "instinct flow" : un programme idéal pour s'initier ou se perfectionner à la « zen attitude », à la bonne altitude, et attaquer la rentrée du bon pied. « J'avais identifié le cirque comme un site vibratoire, parfait pour organiser une grande séance de yoga et mettre en harmonie des pratiquants au cœur de ce site magnétique. Naturellement est née l'idée d'une proposition élargie sur un format festival sur d'autres sites adaptés comme au cœur du village. On arrête le temps pour retourner à son essence et se retrouver soi au travers de pratiques de yoga conviviales sur un festival à taille humaine où l'on associe aussi la pratique à d'autres disciplines : escalade, randonnée, musique... » explique Laurent Vriez.

**Sous réserve de dispositions sanitaires*



1. Acoustique

Les Musicales du Fer-à-Cheval

À cadre exceptionnel, concert exceptionnel avec André Manoukian en parrain et tête d'affiche d'un événement musical inédit. Pour la première édition, le célèbre pianiste auteur-compositeur et la chanteuse de jazz britannique Malia ont fait vibrer le Cirque du Fer-à-Cheval... Un duo piano/voix au sommet dans le somptueux cadre naturel, et un événement musical inédit auquel Benjamin Caill, pianiste de la vallée, a également contribué à faire rayonner.

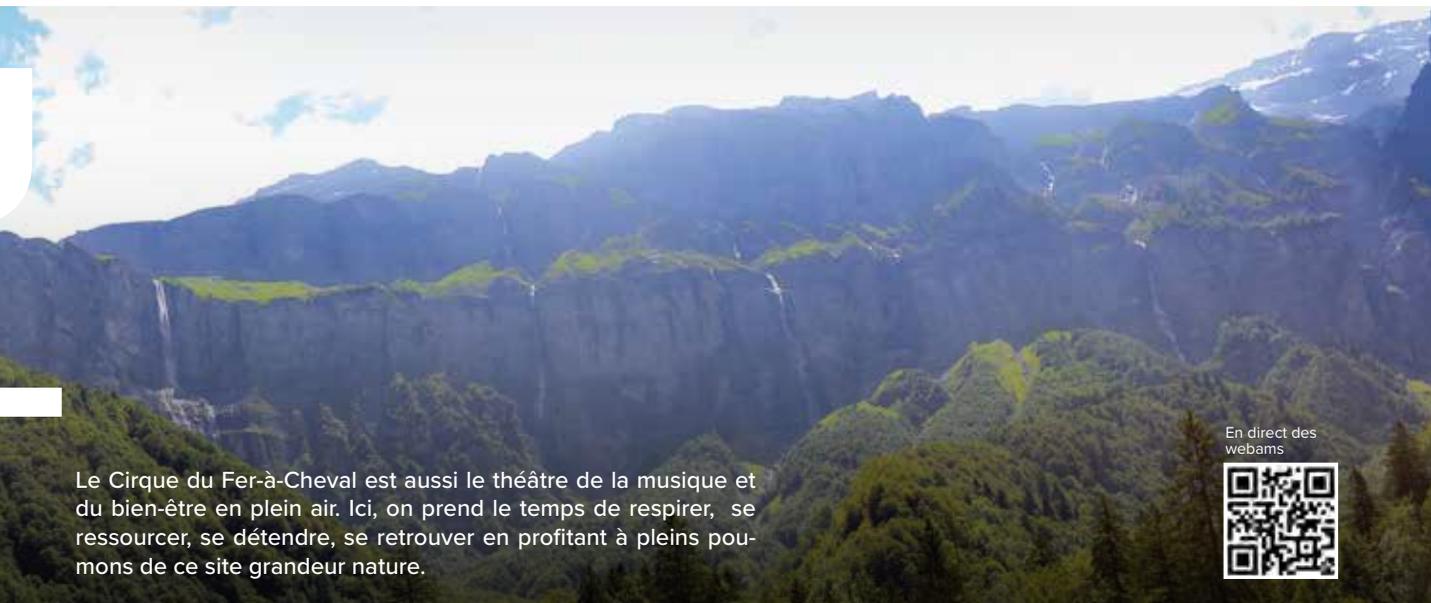
« Le concept ? Faire se rencontrer l'émotion de la musique associée à la contemplation d'un paysage offert par un site grandiose, lieu d'accueil idéal pour la mise en scène artistique. Le paysage n'est pas qu'un décor ou une toile de fond mais crée une symbiose avec une programmation artistique acoustique, avec un son simple et fluide, dans l'ADN du Cirque. J'ai tout de suite pensé à inviter André Manoukian pour la première édition ; l'artiste est sensible au mariage musique et montagne. Généreux, le pianiste a cette immense capacité à par-

tager avec le public. Quant à Benjamin Caill, virtuose de la vallée, on peut parler d'alignement de planètes ! Nous avons pu le voir dans ses œuvres en mettant en musique un diaporama de photos de David Casartelli. Magique ! » explique Laurent Vriez, directeur opérationnel, en charge des événements à l'Office de Tourisme Grand Massif Montagnes du Giffre.

Confidences

d'André Manoukian :

« Je ne connaissais pas le Cirque du Fer-à-Cheval, ce site naturel avec ces coins et recoins. C'est aussi beau que chez moi (NDLR Chamonix) ! C'est même plus stupéfiant avec ces cascades comme des brumisateurs naturels ! Jouer dans la nature : c'est ce que je préfère. Ce site m'a inspiré, il est époustouflant ; jouer ici en faisant écho à cette nature fut un grand moment. Je veux bien être le parrain des Musicales pour longtemps ! Et je rêve d'aller ici au "Bout du monde". »



Le Cirque du Fer-à-Cheval est aussi le théâtre de la musique et du bien-être en plein air. Ici, on prend le temps de respirer, se ressourcer, se détendre, se retrouver en profitant à pleins poumons de ce site grandeur nature.

En direct des webcams



3. Tonique

La Cascade du Rouget

Dans le top 10 des cascades les plus extraordinaires de France* ! La plus vertigineuse des 50 cascades sizères s'écoule toute l'année depuis le torrent de Sales en amont et rejoint le Giffre des Fonds en aval pour constituer le Petit Giffre sur la commune de Sixt-Fer-à-Cheval. Formée de deux ressauts, elle jaillit sur plus de 90m de haut. À seulement 6km du village et 1000m d'altitude, son accès est facile ; l'occasion d'une balade d'1h30 à 2h30 aller-retour sur un sentier pédestre tout niveau. La cascade est aussi accessible en voiture ; une option pour les personnes à mobilité réduite. Un spectacle impérial et rafraîchissant !

* Classement Détours en France.

Balades autour de la Cascade du Rouget en été comme en hiver !

Randonnée de printemps / été (1/05 au 30/11) et randonnée raquettes en hiver (15/12-31/03) : deux façons de rejoindre et d'assister au spectacle d'eau ou de glace de la "Reine des Alpes".



50 cascades

jaillissent des falaises et des névés du Cirque du Fer-à-Cheval haut de plus de 2000m. Partez en balade les découvrir sur les chemins de randonnée balisés ! Certaines comme Fond de la Combe et Nant des Pères sont alimentées par des glaciers. Sous la Corne du Chamois,

il faut citer la Pierrette, l'une des plus hautes, appelée Fontaine d'Or, et à proximité, la Méridienne. Sur les falaises, le Joaton, Pissevache, La lyre (la plus belle), la Genette et à l'amont sur le même torrent Saint-Jacques, la Citerne, Folly, la Massue... Plus en aval, au-dessus du

village du Brairet jaillit la cascade du Dard et dans le Vallon du fond de la Combe : Rejon, Cage, Scie, Violon et Gouille. A vous de les retrouver ! Pour vous aider, demandez le circuit des cascades auprès des offices de tourisme Grand Massif Montagnes du Giffre.

4. Initiatique

Quand « The French Outdoors » explore le Cirque du Fer-à-Cheval

Invités par "The French Outdoors" (lire p.31), 40 photographes passionnés des grands espaces ont vécu 4 jours d'expédition en autonomie au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval et de la Réserve Naturelle de Sixt. Au terme de leur "expé" ("Instameet"), ils ont élu le Cirque du Fer-à-Cheval comme site de référence exploratoire. L'une des participants, Céline Ducrettet, partage son expérience.



"L'Instameet" de Céline Ducrettet



Le 30 mai 2019, je partais pour mon premier trek organisé par The French Outdoors. 4 jours de randonnée dans la Réserve Naturelle de Sixt avec des passionnés et professionnels de l'image. Pendant ces 4 jours, nous avons évolué du "Bout du monde" (au Cirque du Fer-à-Cheval), jusqu'au refuge du Grenairon en passant par le refuge des Fonts. Les paysages étaient absolument incroyables. Le Cirque du Fer-à-Cheval est vraiment un endroit à ne pas louper en Haute-Savoie. Moi qui suis pourtant du coin, je le connaissais mais je n'étais encore jamais allée à aucun des refuges. Quelle erreur ! Au refuge des Fonts, on se retrouve en plein milieu des montagnes et on se sent vraiment tout petit face à cela. Au refuge du Grenairon, nous avons une vue plongeante sur la vallée, les Fiz ainsi que le Massif du Mont-Blanc. Un régal pour les yeux ! Alors ce ne fut pas toujours simple pour moi de marcher avec un sac d'environ 15kg sur le dos, mais cela valait le coup pour

assister à l'un de plus beaux couchers de soleil que j'ai pu voir en montagne et pouvoir photographier la voie lactée qui passait juste au-dessus du Mont-Blanc ! Ce sont clairement mes deux moments favoris de cette aventure ; plus l'ambiance colonie de vacances que nous avons tout au long, remplie de fous rires et de soutien pendant les moments de la randonnée un peu plus durs. ☺

Probablement les 4 jours les plus chouettes de ma vie ☺

SES SPOTS COUPS DE CŒUR EN VALLÉE DU GIFFRE

« Mes endroits favoris dans la vallée du Giffre : le Cirque du Fer-à-Cheval et son point de vue exceptionnel au bout du monde, le lac bleu à Morillon qui a une couleur parfois très intense et sa balade le long du Giffre jusqu'au lac aux Dames à Samoëns avec le reflet du Criou ».

Elle aime partager les endroits qu'elle découvre en France et à l'étranger ; des paysages et plus précisément des montagnes et des lacs ! @celineducrettet



The French Outdoors

avec Mickaël Peralta

The French Outdoors est une association fondée par Olivia, Vincent, et Mickaël, tous les trois photographes et passionnés d'outdoor, et Instagramers. Organiser une expédition dans le Cirque du Fer-à-Cheval et en capter la magie en images : l'idée est née d'une conversation sur Instagram. La première année, ils ont exploré les Pyrénées. Pour leur "Instameet" 2019 dans les Alpes, 40 Instagramers ont mis cap sur le Cirque du Fer-à-Cheval pour 4 jours de road-trip inédit.

Qu'est ce qui rassemble les 7000 membres de The French Outdoors ?

« La photo, la passion pour la nature et le partage de nos découvertes sur Instagram ; mettre en avant la beauté des lieux qui nous entourent en France. Et pour notre rencontre "Instameet 2019", nous avons choisi le Cirque du Fer-à-Cheval ! Les 40 photographes de l'instameet 2019 venaient de toute la France et de Suisse ».

Pourquoi avoir choisi le Cirque du Fer-à-Cheval en 2019 ?

« Pour nous, il y a deux lieux emblématiques pour les passionnés de montagne : les Pyrénées et les Alpes. Après Gavarnie, le Cirque du Fer-à-Cheval étant le 2^e plus grand cirque de France, nous avons envie d'explorer ce lieu de randonnées réputé et ses points de vue sur le Mont-Blanc. C'était le terrain de jeu idéal ; tout qui s'y prêtait. On a contacté l'office de tourisme de Sixt-Fer-à-Cheval pour imaginer un itinéraire pour notre expédition de 4 jours. Nous avons aussi eu la chance de préparer en amont avec les guides de Sixt pour les tracés, et pour les refuges où nous mangions et devant lesquels nous plan-

tions nos tentes : Grenairon, Vogealle et Alfred Wills ; lors du parcours l'appli "whympr" nous a également accompagnés ».

Qu'as-tu retenu de ton aventure ?

« Une très belle expérience humaine, et de bons moments de cohésion ! Sur les 4 jours, 15 minutes de réseau téléphonique seulement ; un comble pour des Instagramers mais une chance pour nous les passionnés de nature ! Coupés du monde, on a eu plein de moments privilégiés tout au long du parcours, des feux de camp sans aucun téléphone ; on a appris à se connaître, en vrai ! La rencontre c'est tout aussi beau que l'expédition ; et c'est pour cela qu'on a lancé The French Outdoors »

Quelles images te reviennent en mémoire ?

« Le coucher du soleil complètement dingue sur le Mont-Blanc depuis le refuge du Grenairon : magique ! La découverte du cirque et le bivouac à la limite de la réserve naturelle : la première nuit est inoubliable ! »

[#thefrenchoutdoor2019](#)

[#thefrenchoutdoors](#)

[@mickael_peralta](#)

www.thefrenchoutdoors.fr



© photo : mickael_peralta

Découvrez l'aventure



POR TRAIT [S]

Ils incarnent l'esprit de la vallée et des montagnes du Giffre : authentiques, audacieux et inspirants. Argeline Tan-Bouquet, les frères Michaud, Guillaume Wagemans, David Casartelli, Jérôme Guillot, Anne et Jean-Pierre Chaigneau habitent ce territoire de naissance ou d'adoption qu'ils ont à cœur de faire vivre avec passion.

Le talon libre en or

Argeline Tan-Bouquet

Passion et détermination se lisent dans les yeux pétillants et le sourire indélébile d'Argeline Tan-Bouquet, vice-championne du monde de télémark 2019. Originnaire de Morillon, Argeline se démarque : ambassadrice de ses montagnes qu'elle affectionne, et de son sport qu'elle rêve olympique un jour. Kinésithérapeute à la ville, talon libre sur les pistes, cette femme en or gère avec brio sa double vie, à 25 ans seulement.

Arrivée dans la vallée à l'âge de 6 ans, c'est sur les pistes du Grand Massif qu'elle a affûté ses carres. Entrée au pré-club de Morillon, elle grandit sur les pentes de la station et poursuit la compétition jusqu'aux années lycée. Son avenir de championne de ski alpin semble tout tracé. Mais voilà, arrivée en seconde et en cours de saison minimes 2 « je n'avais plus le goût des courses de ski alpin ; je ne m'amusais plus » avoue-t-elle. Elle décide alors de prendre un autre virage et de goûter au télémark, par hasard. Grand bien lui en a fait, car la voilà vice-championne du monde sénior 2019 avec un très beau palmarès également à son actif en junior.

Le télémark, un hasard

« J'ai découvert le télémark lors d'une initiation vers mes 12 ans. J'ai eu la chance de partager une semaine de stage aux Houches aux côtés d'Albin Tissot, coureur en coupe du monde à l'époque, et collègue de mes parents. J'ai définitivement basculé à Samoëns avec l'association qui venait de se créer. J'ai loué du matériel. Il venait de neiger 30 centimètres et on est allé en poudreuse, je tombais tous les deux mètres et je me suis fumée les cuisses ! »

Pas découragée l'amoureuse de la "peuf" qui goûte une seconde fois à cette discipline peu connue à l'époque. Ce jour-là elle tient sa révélation : elle aime avoir le talon libre ! Alors au lycée à Chamonix, elle skie la semaine et s'entraîne avec le Samoëns Team Télémark les week-ends, avec Julien Annequin en coach de première. Elle découvre cette discipline qui mixe le ski alpin, le skating, et le cross. Première course à Praz de Lys, elle gagne dans sa catégorie ; son passé de skieuse alpine l'aide, elle va plus vite que les autres avec le savoir-faire des trajectoires coupées propres au géant. Une saison de coupes de France et la voilà sur sa première Coupe du monde en 2011. « Je me suis pris une raclée » explique la championne.

Sa première victoire en coupe du monde

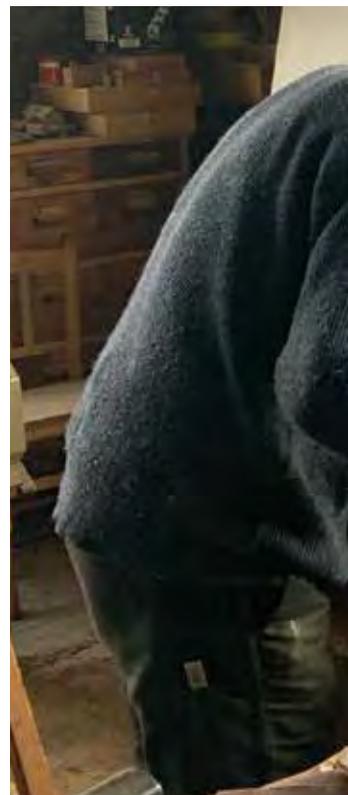
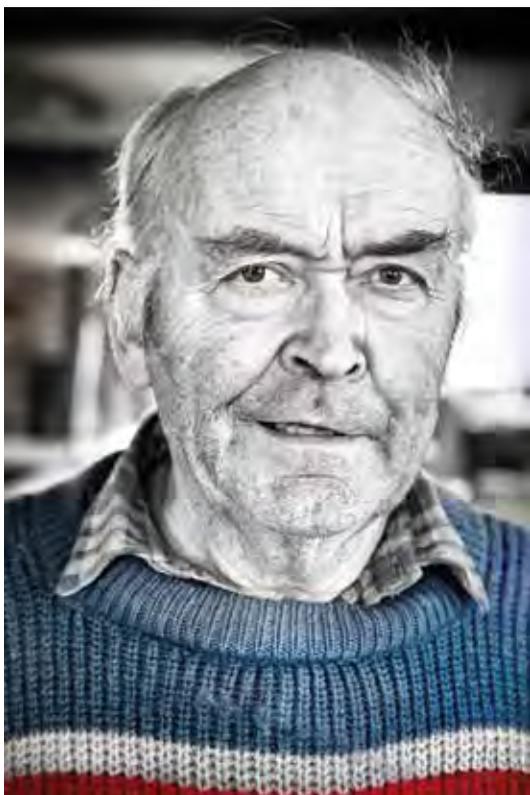
C'est LE souvenir qui lui revient de ses 10 ans de pratique ; 2018, du haut de ses 23 ans : « C'était à Pralognan. La veille j'avais fait 2^e en Sprint, quelque chose de particulier s'est passé ce jour-là. » ...

Facebook/argelinetanbouquet
Instagram/argelinetan



Poursuivre la lecture





Les bonshommes de bois "made in" Morillon

Les frères Michaud

Pour rencontrer Maurice et André, rendez-vous à l'atelier qu'ils n'ont jamais quitté, où ils sont nés, et ont aiguisé leurs outils de menuisiers ! Respectivement 77 et 78 printemps, les deux frères forment un duo inséparable de retraités vaillants, toujours fidèles à leur poste dans leur antre situé au cœur de Morillon, leur village natal. S'il y avait un registre du patrimoine humain du village, le duo figurerait en tête de liste.

Avec toute l'humilité qu'on leur connaît, les frères Michaud se définissent comme des artisans charpentiers. Ce sont en réalité aussi de vrais artistes, amoureux de la vie et passionnés par le bois dont ils font des merveilles. Dans leur grand

atelier qui a traversé les époques, ils créent encore meubles, boîtes et divers objets en bois sculptés. « On a toujours eu un couteau dans la poche, prêts à tailler quelque chose » explique André. Inséparables, les deux frères ont découvert leur métier en apprentissage à Annemasse puis, dès l'âge de 18 ans, ont fait leurs armes, ensemble, durant 20 ans chez un patron à Tanninges et 5 ans à la Rivière-Enverse, le même ; toujours ensemble, toujours dans le coin. « Un métier il faut le voler ; bien regarder les plus âgés car ils savent des choses » explique André. L'instituteur du village avait repéré ces deux surdoués du bois ; leur père décida alors qu'ils quitteraient les alpages et la vie de paysan pour apprendre un métier. Grand bien lui en a fait. Heureux les frères Michaud !

Les chalets de Morillon et le développement de la station

Les deux morillonnois furent les premiers témoins de la transformation de leur village en petite station de ski dans les années 60, et aux avant-postes : on fit appel à leur savoir-faire pour construire et recouvrir les premiers chalets de villégiature. « Cela a amené du travail avec les constructions ; fallait du monde ! » explique Maurice. C'est à cette époque qu'ils décident d'ouvrir leur propre atelier. Belle idée ! Ils ont œuvré à recouvrir les chalets de jolies toitures, à organiser l'agencement intérieur, à fabriquer les menuiseries ; à Morillon et à Samoëns, jusqu'à Morzine, aux Gets et dans la vallée de l'Arve. L'avènement du Formica dans les années 70 n'a pas eu raison de leur passion. Car le bois est ensuite revenu en force.



On leur commanda alors des petits meubles et de la rénovation intérieure "en vieux bois". Depuis le début de leur "retraite", ils ont réalisé la maison "au neveu" et de leur nièce et rénové leur chalet familial. Les artistes ont traversé les modes, sans pour autant les suivre ; mais toujours en suivant le courant, prêts à rendre service. Comme encore aujourd'hui. A qui fait-on appel quand une vieille

On s'amuse avec nos bouts de bois

porte en bois flanche ? Toujours un couteau dans la poche, les frères Michaud exercent leur art du bois. La colombe dentelée de Maurice, les tableaux sculptés ou les boîtes magiques d'André occupent le peu de temps libre qu'ils s'accordent.

Maurice, l'inventeur du ski à double spatule...

Pas beaucoup le temps pour les loisirs pour ce duo de travailleur !

« On travaillait trop pour passer le monitorat de ski. Mais on profitait des pistes, à notre façon ! » déclare Maurice, qui, un jour, du haut de ses 20 ans, eut l'idée de fabriquer deux petits skis en bois pour descendre les Esserts à l'occasion du carnaval. Particularité ? Les deux bouts étaient relevés ! Maurice est l'inventeur, sans le savoir, du ski à double spatule. Le duo se souvient aussi avoir fabriqué un bobsleigh en bois. « On l'a toujours ! On montait à 10 dans, on descendait les chemins qui n'étaient pas damés comme maintenant ou sur les routes enneigées à Morillon, le soir, avec une lampe électrique. On passait derrière les traces des chevaux qui débardaient le bois dans la journée ; ça glissait comme un savon et on rigolait ! » se souvient Maurice, toujours un sourire accroché à son visage de jeune homme ! Depuis toujours ils ont aussi fabriqué le "Babu", le Monsieur Carnaval, qu'il est encore maintenant de tradition de brûler quand vient la fin de l'hiver. Dans l'atelier, la scie circulaire, la raboteuse et tous les outils sont encore en action. Et quand on leur demande pourquoi

ils ne sont jamais partis d'ici, les frères Michaud déclarent en chœur : « Nous n'avons jamais eu envie de partir. Ici il y avait du travail, on gagnait notre croûte donc on ne s'est jamais posé la question. On a toujours été heureux ici. Dans le temps on faisait tout à cheval, à vélo ou à pied ; c'était la débrouille. On prenait le temps. Y'avait pas le "machin chouette" (NDLR : le téléphone portable). Notre vallée on l'aime, elle est restée authentique ». Et à ceux qui ne connaissent pas Morillon, Maurice donne ce conseil de sage : « Si tu veux y voir, nos montagnes, notre vallée et nous, faut venir y voir ! ».

Poursuivre la lecture





Un œil sur la vallée

David Casartelli



Quand David Casartelli, le photographe, pose son regard sur les paysages du territoire, il élargit nos horizons. L'ancien champion de parapente aime prendre de la hauteur dans ces (ses) montagnes du Giffre pour nous offrir un point de vue sur des paysages qu'il rend éternels dans ses œuvres photographiques. Toujours un œil sur la vallée, dans son objectif, l'artiste capte l'instant nature et partage avec nous ses clichés, sans cliché.

Cette montagne qui le passionne et le fascine est au cœur de sa vie. Elle s'offre à lui depuis les grandes fenêtres de son chalet de la vallée. Sensible à fleur des yeux, il ne peut pas résister à l'appel de ces montagnes du Giffre qu'il aime arpenter à la recherche de ses trésors. A 2 ans, il chausse les skis et excelle en club alpin sur les pistes du Grand Massif avant de tomber en amour pour les airs. L'ancien membre de l'équipe de France de parapente aiguisera alors son regard depuis les hauteurs durant 12 ans ; voilà qui nous aide à comprendre pourquoi David est un homme si aérien. Pour l'accompagnateur en montagne, les cailloux et les chemins de randonnée du territoire n'ont plus de secrets. Les montagnes du Giffre, c'est son camp de base. Le cadre est posé, c'est quoi son objectif ?

🗨️ J'ai toujours un appareil photo sur moi 🗨️

Alors que son père filme les instants de vie en Super 8, et notamment en montagne où la famille passe le plus clair de son temps libre, David découvre les appareils photos Instamatic. Déclat ! Il dévore alors les bouquins de photos et s'offre à 15 ans son premier reflex argentique ; qu'il a toujours. Quand le champion part faire le tour du monde avec son parapente, son appareil photo est du voyage ; 7 ans durant il offrira alors aux magazines spécialisés ses photos et vidéos du monde vu de là-haut, et cela annoncera la naissance de son activité de photographe, qu'il entend pratiquer à plein temps dès cette année. « J'ai toujours un appareil avec moi dans mon sac à dos : mon reflex et mon smartphone. Je

ne suis pas une journée sans prendre de photo ! ». La montagne, il l'arpente aussi les pieds sur terre. Tel un explorateur, de ses aventures il capte des trésors et leurs couleurs, qu'il partage avec le plus grand nombre : « à ceux qui n'ont pas la chance d'aller dans ces montagnes du Giffre ou qui ne savent pas qu'elles existent » aime à dire le photographe.

www.davidcasartelli.com
[Facebook/davidcasartelliphoto](https://www.facebook.com/davidcasartelliphoto)
[Instagram/davidcasartelliphoto](https://www.instagram.com/davidcasartelliphoto)

Carte blanche à David Casartelli



Le brasseur qui fait mousser la vallée, sans pression

Guillaume Wagemans



Quoi de plus naturel pour un belge que de brasser ! La bière en Belgique est une institution, comme le vin en France ; c'est une culture et une nature ! Le Giffre et ses montagnes environnantes inspirent à Guillaume de savoureuses créations brassicoles de caractère, au juste goût de la vallée au cœur de laquelle il a choisi de s'installer et où il fait désormais pétiller les palais.

Amoureux de la bière et de la nature, Guillaume pose ses valises ici, à Verchaix, après des études de commerce, des expériences qui révèlent sa passion, et « la chance de perdre un boulot » comme il dit. Le brasseur fait ses armes aux côtés d'Antoine de Swarte, fondateur de la Brasserie de la Vallée du Giffre, dont il prend la relève en 2018. Guillaume aime à dire qu'il habite dans la brasserie depuis 7 ans. Car il passe parfois des nuits à y confectionner de nouvelles recettes : 60 différentes à son actif ! Une collection de bières de caractère qu'il imagine et brasse, ici, non loin de la rivière du Giffre, où il puise sa source, l'eau, la matière première de ses pétillants breuvages.

On fabrique de la bière comme on fabrique de la soupe

Pas si simple en réalité d'imaginer et de produire des bières de caractère ! Car il faut avoir une bonne dose de culture, de créativité et de savoir-faire... comme cet artisan passionné. Aux commandes d'un bar à bière, il a pu aiguïser son palais

et perfectionner son art de la création ; incollable sur les 250 sortes de houblon existantes avec lesquelles il s'amuse à faire les plus beaux mariages ! « On mélange tous les mondes » affirme-t-il. Il aime faire vieillir ses bières en fût de vin, cognac ou bourbon ; sa "Bout du monde" a pris sa saveur en fût de bourgogne. Dernièrement avec un brasseur des Bauges, il eut l'idée de filtrer la bière dans le foin avec une levure sauvage ; en partant de sa "Bérote". Invité du Festival "Bière sur la ville" à Lyon, il a savamment accordé ses bières à la cuisine japonaise de son QG à la Croix Rousse.

Pour créer, le micro-brasseur écoute ses sens et fait confiance à son cœur. "La Rioule" est un IPA classique de la maison. Toutes les semaines, Guillaume crée une bière et il faut compter 5 à 6 semaines pour la voir naître. « La création d'une bière c'est un grand moment ; elle doit me plaire ! ». Il aime par-dessus tout ce moment où il brasse le grain à l'aide de son "fouquet", un outil ancestral. « J'aime ce côté manuel qui apporte beaucoup d'informations, sentir la matière et la poussière de malte. C'est là que tout commence ! ». Puriste et authentique,

"l'animal" a choisi le rhinocéros comme totem de la brasserie : il suit sa voie, il avance, sans pression.

Ses créations portent les noms de la vallée

A l'image de la "Bout du monde", en référence à la célèbre balade éponyme et emblématique du Cirque du Fer-à-Cheval. Pour traduire le goût en images, il s'en remet au talent d'Amandine Revel pour dessiner les étiquettes ; avec toujours une montagne du coin en image. Pour les couleurs, il se fie à la saveur de la bière. Dénominateur commun ? Il fait naître des bières au caractère bien trempé, comme les montagnards ; typées, rudes et franches, comme le pays. Une terre qu'il aime parcourir et où il prend de la hauteur. « Quand on rentre dans la vallée, on a une sensation incroyable face à ce panorama avec le Pic du Marcelly et cette impression de bout du monde dans le Cirque du Fer-à-Cheval où j'aime aller comme en pèlerinage ! ».

À ce qu'il « paret » dans la vallée...

Jérôme Guillot

Jérôme, ce qu'il aime, c'est laisser une trace dans la neige fraîche et des étoiles dans les yeux des curieux qu'il emmène glisser sur l'engin qu'utilisaient les écoliers autrefois, et qu'il fabrique dans son atelier : le paret. Rencontre avec Jérôme Guillot, menuisier et passionné par cette luge dont il partage la pratique tout l'hiver.

« 7 ans que je suis tombé dans le paret » déclare passionnément Jérôme. 450 parets sont sortis de son atelier de Verchaix "Agencement d'autrefois" ! Le menuisier a fait ses armes durant 3 ans chez un compagnon. Depuis, il explore le bois sans limite, démontrant l'infinie possibilité de son utilisation au travers de ses créations et innovations. Dans la vallée, Jérôme est le précurseur du paret doté d'un ski. « On s'enfonce moins avec le ski sous le patin par rapport au paret traditionnel doté d'un lugeon en bois. On passe n'importe où ! Et en 15 minutes on a les bases pour glisser. » Il faut 4 heures à Jérôme pour fabriquer un paret en frêne ou en épicéa, qu'il peut personnaliser au goût des clients. « Une fois qu'on y a goûté, on a envie d'en faire plus. Comme ces bretons qui m'ont demandé d'en fabriquer l'hiver dernier ! » déclare Jérôme. Comptez 120 euros pour un paret personnalisé ; un peu plus pour sa version « moderne », le yooner, et un dérivé qui a le vent en poupe et dont Jérôme connaît les secrets : le snooc. De son atelier sortira une nouvelle invention de son cru : "le Pahu" qu'il entend faire homologuer dans l'hiver. Car « Là où le Dahu passe, le Pahu fait sa trace », comme il aime dire.

On se fait une sortie ?

L'hiver, Jérôme partage son temps entre l'atelier et les pistes. Car le passionné du bois est un dingue du paret. Alors il emmène les curieux sur les pistes du domaine nordique de Sixt-Fer-à-Cheval et de Joux Plane, où il assure des initiations. Il encadre également des sorties scolaires ou colos, ou encore des sémi-

naires d'entreprises. Il arrive à l'homme au grand cœur de prêter son parc de matériel comme à l'association "Tom en tête", qui a pour but de faire découvrir la montagne aux personnes atteintes d'un handicap ou des personnes en situation sociale précaire. Ces moments de partage font vibrer Jérôme. Il faut dire que "ce bout de bois" comme il dit, est intergénérationnel : il fédère ! Autour du paret, du yooner et du snooc, c'est une communauté qui s'est installée dans la vallée, impulsée par un trio de "fadas" dont il fait partie. « Maintenant il existe un groupe d'initiés de pratiquants dans le coin, une trentaine de passionnés organisés en association ("Mont Paret") "qui parlent paret". On aime se retrouver, passer de bons moments ; et pourquoi pas partir ensemble sur le championnat de France à Manigod, voire même organiser une étape ici à Morillon ! Dès que la neige est là, on y va ! ». Ils sont organisateurs du "Yoop", un événement 100% paret/yooner/snooc que les lyonnais ou les grenoblois plébiscitent. Demandez à Jérôme de vous concocter une sortie sur-mesure. De là-haut et sur le paret, les horizons et les perspectives s'ouvrent.

Son spot favori ? La mythique descente du Criou, sommet emblématique de la vallée, ponctuée par une fondue. Son moment préféré ? Au coucher du soleil « Le soir, la sortie à la frontale est grandiose avec son côté sauvage et la lune en cerise sur le gâteau ! ».

Voir en images



agencementdautrefois.over-blog.com
[Facebook.com/Le-Pahu-104644791020206](https://www.facebook.com/Le-Pahu-104644791020206)

« Bienvenue au bout du monde ! » au Camping Le Pelly

Anne et Jean-Pierre Chaigneau

Sizerets d'adoption, les vendéens ont posé leurs valises dans la vallée il y a 6 ans, et établi leur camp de base à Sixt-Fer-à-Cheval. De la mer à la montagne, ils ont pris de la hauteur et construit ici un projet de vie de famille avec leurs cinq enfants. Au camping Le Pelly, à l'entrée du Cirque du Fer-à-Cheval, ils accueillent les voyageurs randonneurs et amoureux par nature, venant parfois de loin, pour aller au "bout du monde".

« On est arrivé à Sixt par hasard. On a toujours vu une pancarte mais on n'a jamais tourné à droite pour y aller ! » avoue Anne quand elle commence à raconter l'histoire qui les a conduits à venir ici. L'envie de changer d'horizon et de s'installer au grand air les a menés jusqu'au Cirque du Fer-à-Cheval, "leur bureau" depuis 6 ans pour lequel ils ont eu le coup de cœur en ce jour du 25 octobre 2014. « Quand nous avons visité ce camping municipal, malgré le froid et le mauvais temps, nous avons de suite ressenti une vive émotion et un profond bien-être ; en quelques minutes nous savions que nous y poserions nos valises. Ce lieu nous a happés. » Emus, cueillis par la magie et l'atmosphère du lieu comme Anne aime à le dire, le couple laisse tomber ses à priori sur les structures d'hôtellerie de plein air haut de gamme qu'ils gèrent depuis 18 ans en Vendée. Car ici nul besoin d'attractions : à lui seul le Cirque du Fer-à-Cheval en est une ! La veille de leur visite,

ils furent accueillis par un ballet de cerfs en plein brame et de biches. « On était dans un autre monde » nous confie Anne. Fini la course à l'équipement : ce site a ainsi révélé en eux l'envie de revenir à la gestion d'une structure à taille humaine, proche de ses clients.

Dormir au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval

Le Pelly affiche deux étoiles. Tous ceux qui ont choisi de s'endormir dans ce camping planté au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval vous le diront : entre les milliers d'étoiles accrochées dans le ciel et celles qui s'allument dans les yeux au réveil, face au spectacle magique des cascades et sommets majestueux, le lieu échappe à toutes les classifications. Ils viennent de France, et parfois même de la vallée, d'Annecy, de Chambéry et de Lyon, de Paris ou de l'étranger pour aller explorer ce site naturel classé.

“ On a le plus beau bureau du monde ”



« Cette année nous avons accueilli en plus de la clientèle habituelle, des bulgares, des croates, des espagnols et des israéliens ». Que cherchent-ils ? Venir se ressourcer et s'offrir de jolies randonnées avec vue. Et vivre l'expérience d'une nuit dans la canadienne «mountain adventure tent » (pour un duo) ou dans les bungalows toilés ou les « easy to camp » (pour les familles) du camping. En 6 ans, ce qui fascine le plus Anne c'est la mixité de la clientèle avec qui la famille tisse des liens : «Ici les clients viennent d'horizons différents. La randonnée et les montagnes établissent un lien entre des personnes qui ne se seraient peut-être jamais croisées ailleurs ». Le lieu y est pour beaucoup, certes ; et l'esprit du couple ajoute des étoiles au Pelly. Ici "Bienvenue chez nous" prend tout son sens. Car Anne et Jean-Pierre partagent avec leurs clients cet amour de la nature et de la simplicité.

www.lepelly.com

Découvrir
le Pelly



A V E N T U R E S

Partir à l'aventure est ici dans chaque nature ! En eaux vives ou dans les airs, avec les animaux, en modes zen ou aventurier de l'extrême, fins gourmets ou amoureux du patrimoine : chacun peut se dépasser et y trouver de nouveaux bonheurs inexplorés.



En eaux **VIVES** !

Avec le canyon du Giffre, la rivière et les cascades de Sixt-Fer-à-Cheval : bains de fraîcheur assurés en été pour ceux qui n'ont pas peur de se mouiller !

Le rafting Le canyoning

DES PETITS AUX EXPERTS

Du Criou au Grand Ruan, en passant par le Buet et le Cheval Blanc, les sommets culminants entre 2000 et 3000m sont nombreux à alimenter les eaux du Giffre ; une référence pour les amateurs de sport en eaux vives. Intense de mai à juin, c'est en raft et en hydrospeed que le Giffre se navigue. De juillet à août, il se fait plus ludique et familial, les plus sportifs trouvant leur bonheur en airboat et en canoraft.

Mon 1^{er} rafting

Le Giffre, calme et peu profond par endroit, est idéal pour avoir ses premières sensations de glisse aquatique ! Dès 7 ans, les enfants sachant nager peuvent goûter à la joie de pagayer et à l'adrénaline procurée par le courant de l'eau avec l'équipe d'Indiana Rafting.

Avis aux experts !

100 % Raft c'est la formule "Rafting Alpine Trip" à tester pour une descente du Giffre version sensation. Au programme : embarquement dans un Raft Xpert pour finir en canoraft sportif, en biplace, avec passage des gorges pour les plus aguerris.

EN 4 VERSIONS

En famille

Quoi de plus rigolo que de glisser et sauter dans l'eau ? Rafraîchissement et rires garantis pour cette découverte en famille dans un milieu naturel où l'eau a creusé un parcours ludique et accessible à tous. Passage du trou de la sorcière, petits sauts, toboggans, seul ou à plusieurs, encadrés par Trekycimes.

Adrénaline !

Très engagé, le canyon des gorges du Giffre à Mieussy se tente qu'avec un très faible niveau d'eau. Comptez 2h30, et vous serez en bas. Avec les guides de canyon de la vallée du Giffre.

Découvrez toutes les bases d'eaux vives



MALIN

LE PACKAGE "100% SMILEY" !

Pour tester rafting, canoraft (ou airboat) et canyoning, que ce soit en glissant, en ramant, en descendant en rappel, ou en sautant : une expérience des plus fun, à vivre depuis la base de Sixt-Fer-à-Cheval.

UNIQUE EN FRANCE :

exclusivités du Haut-Giffre

By night...

Au clair de lune ou grâce aux frontales, toboggans, sauts, descentes en rappel prennent une toute autre dimension !

Givré !

Découvrir en hiver le canyoning et les enjeux environnementaux du cycle de l'eau, voici le programme de cette expédition d'1h30 hors norme organisée à Sixt-Fer-à-Cheval par Gilles Leroy de Latitude Canyon. Grâce à un parcours pédagogique étudié, les explorateurs d'un jour apprennent les techniques de progression sur corde et de rappel et passent dans les étroitures tout en comprenant l'enjeu de la protection de cet environnement spécifique.



1. UNE RIVIÈRE DE MONTAGNE

46,2km : le Giffre est l'une des rivières proportionnellement les plus abondantes de France. Affluent droit de l'Arve, un sous-affluent du Rhône, ce torrent prend naissance avec les cascades du Cirque du Fer-à-Cheval et du glacier du Ruan d'une part, et du Cirque des Fonts d'autre part. Son nom, d'origine Burgonde, signifie «grandes eaux».

2. 11 COMMUNES TRAVERSÉES

Le Giffre traverse les onze communes suivantes de l'amont vers l'aval :

Sixt-Fer-à-Cheval (sa source), Samoëns, Verchaix, Morillon, La Rivière-Enverse, Châtillon-sur-Cluses, Taninges, Mieussy, Saint-Jeoire, Marignier, Vougy (confluence).

3. UN ESPACE NATUREL SENSIBLE

C'est un site remarquable en termes de patrimoine naturel pour la diversité de sa faune, de sa flore et de ses paysages. Le Giffre est une rivière protégée (et labellisée) par le département de la Haute-Savoie pour son intérêt écologique et sa valeur paysagère.

4. UN SPOT 100% ADRÉNALINE

Navigable d'avril à fin septembre, et en fortes eaux en juin et juillet. Les amateurs de rafting, de canyoning et autres activités d'eaux vives peuvent s'en donner à cœur joie. Le Giffre se fait étroit et profond dans les Gorges des Tines pour se laisser gagner par ses envies de largesse plus en aval dans la plaine de Vallon. Là, ses rives et ses plages de cailloux et de sable donnent libre cours aux jeux d'eau et aux revigorantes baignades.

Et au milieu de la vallée coule une rivière :

le Giffre

en 6 points

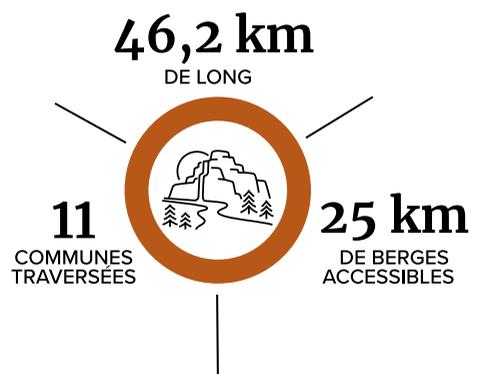
5. BALADE SUR SES BERGES

Tel un fil d'Ariane, la voie douce "Au Fil du Giffre" invite à découvrir la vallée autrement, dans un cadre calme et verdoyant.

25km, c'est la distance qui relie le Cirque du Fer-à-Cheval à Taninges, avec chemin faisant, les villages des Montagnes du Giffre comme autant d'étapes à découvrir à son rythme. Tant et si bien, qu'à pied, à vélo ou à cheval, le tour prendra 1h30 ou plusieurs jours.

6. UN LIEU PÉDAGOGIQUE

Savoir distinguer une rivière d'une autre zone humide, observer et comprendre d'où vient l'eau de la rivière et où elle va (cycle de l'eau) et découvrir des animaux vivant dans cette rivière : ce que peuvent expérimenter les enfants en groupes, en sorties scolaires ou en colonies de vacances. Le Giffre est un formidable terrain de connaissances de l'environnement.



C'est tendance le "survivalisme"

Décryptage avec

Gilles Leroy

expert en survie

Secourisme, technique de corde, survie en milieu isolé...et si on devenait Mike Horn le temps d'un stage de survivalisme ? Sur une demi-journée, une journée ou plus en bivouac, l'expert en survie Gilles Leroy nous emmène à la découverte du territoire et de nos capacités. Il nous éclaire sur cette activité tendance qu'il pratique toute l'année avec des aventuriers prêts à sortir de leur zone de confort.



Comment est née l'idée des stages de survivalisme ?

« J'ai toujours vécu en montagne et pratiqué les sports outdoor. De 2003 à 2011, j'ai voyagé pour pratiquer des sports aquatiques et de montagne, allant toujours de plus en plus loin dans des milieux isolés où j'ai ouvert des canyons, des voies d'escalade et dû me débrouiller dans des milieux inconnus. Je me souviens de ce voyage au Chili où il nous a fallu avoir les bons réflexes pour survivre à une tempête. Quand je suis revenu en France, alors pisteur-secouriste et sauveteur en mer, j'ai souhaité partager l'exploration, la beauté des paysages et cette notion de sécurité ; d'abord en canyoning, ma spécialité, puis plus largement autour de la sécurité au travers des stages de survivalisme depuis 6 ans. »

C'est quoi le survivalisme ?

« Les gens que j'accompagnais en canyoning ont commencé à me poser des questions du type - et si on se fait mal qu'est-ce qui se passe ? J'ai souhaité leur montrer comment ils peuvent se débrouiller dans un milieu. Le survivalisme, c'est sortir de sa zone de confort, apprendre à composer avec la nature, les dangers potentiels, et travailler sur le dépassement de soi ; comment on allume un

feu, comment on se met à l'abri, comment on trouve de l'eau, quid du secourisme et de l'orientation. J'ai monté des scénarios pédagogiques, par exemple être perdu en forêt, se faire surprendre par la nuit, avoir un accident... J'aime faire comprendre les dangers aux gens que l'on peut éviter par de la formation et de la prévention. »

Comment se déroule un stage ?

« Les participants sont acteurs de leur parcours ; je suis là pour apporter mon expertise en termes techniques mais les décisions c'est eux qui les prennent. Il faut ressentir le danger pour prendre la bonne décision en montagne ! Les stages sont organisés toute l'année. Sur une journée par exemple, j'imagine un jeu de piste pour aller d'un point A au point B auquel il faut arriver pour s'extraire du danger. Sur deux jours avec un bivouac, il va falloir gérer l'orientation mais aussi choisir le bon emplacement pour poser son sac de couchage, imaginer des stratégies de survie et de progression... Car du point A à B il se passe des choses et la succession de mauvaises décisions peut être terrible ! Les enfants dès 5 ans peuvent participer avec leurs parents sur une demi-journée : ils s'amusent à aller chercher du bois et faire un abri. Seul impératif : venir au

stage équipé comme si on partait en randonnée. À ce stade, déjà, on peut avoir les bons réflexes pour ne pas se mettre en danger. Je leur donne alors de nouvelles pistes et astuces pour survivre. »

Pourquoi est-ce adapté ici dans le Haut-Giffre ?

« On a tout ce qu'il faut : canyon glaciaire, diversité de paysages, forêt en contrebas et vallées profondes et étroites permettant de faire l'expérience de la survie comme au beau milieu de l'Alaska. Tout pour vivre une aventure nature ! »

Gilles est aussi guide de canyoning avec une exclusivité française : le canyoning de nuit (voir p. 42). Retrouvez Gilles sur les Hivernales du Haut-Giffre (voir p. 13)



Découvrir en vidéo





Complices d'aventures nature !

MUSHER AVEC LES CHIENS DE TRAÎNEAUX

Baby mushing ! Cindy, musheuse aguerrie, accompagne les plus petits dès 4 ans dans une initiation aux chiens de traîneaux, au contact des animaux et de la nature, par-delà les sentiers enneigés de Sixt-Fer-à-Cheval.

Initiation en famille ! C'est dans le cadre de Sixt-Fer-à-Cheval et de son impressionnante Cascade du Rouget (surnommée " La Reine des Alpes ") que l'on découvre en famille les joies de la glisse avec les chiens de traîneaux.

48h d'expédition en traîneau ! En immersion totale, Ludovic, musher professionnel encadre un raid de 2 jours avec un attelage de Huskies de Sibérie sur les hauteurs de Morillon. Une aventure digne des expéditions Grand Nord, avec nuitée sous igloo (ou tente) et repas autour du feu.

RANDONNER AVEC LES ÂNES

De la simple balade au séjour avec nuit en bivouac ou en refuge, ici les randonnées familiales avec les ânes bâtés sont à la carte avec Les Ânes du Haut-Giffre. L'occasion d'arpenter les sentiers et ruisseaux en mode écolo et rigolo, dans un décor grandiose entre torrents, cascades, en compagnie des bouquetins, des marmottes... et des ânes !

SE BALADER AVEC LES CHEVAUX

Au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval, 6km après le village de Sixt, le centre équestre Hippopolis propose des promenades en calèche, à poney et à cheval. Jimmy, accompagné de son attelage, et Estelle, entourée de ses chevaux de randonnée, ont plaisir à emmener les fans de balades douces "au bout du monde" admirer la beauté des montagnes et des cascades.

LA GRANDE ODYSSEE SAVOIE MONT BLANC

DU 9 AU 20 JANVIER 2021

55 mushers internationaux, 300 chiens athlètes de très haut niveau au départ de Morillon pour cette course à étapes des plus exigeantes, dans un décor alpin unique au monde. Au programme sur site : animations venues tout droit des contrées nordiques, sculpture sur glace, initiation à la construction d'igloo et course ludique de ski à deux.





A tester illico !

5 ACTIVITÉS AUXQUELLES IL FAUT AVOIR GOÛTÉ AVANT DE REPARTIR DE LA VALLÉE !

1. PARAPENTE

En mode baby... Ici, l'aventure aérienne se vit dès 5 ans grâce à ce baptême de l'air biplace spécialement pensé pour les plus petits. Rodolphe, le moniteur, a la pédagogie et l'expérience adaptées pour permettre aux enfants de voler, comme dans un rêve ! Et si sa première expérience dans les airs se faisait à skis ? Rodolphe organise aussi des vols en biplace pour faire une belle découverte des airs en hiver.

2. HANDISKI : LE SKI POUR TOUS À MORILLON

L'ESF de Morillon propose la "Glisse pour tous" depuis plus de dix ans. Plusieurs moniteurs sont qualifiés pour piloter ou enseigner le ski aux personnes handicapées grâce aux "machines" de ski assis mis à disposition par l'association "Tatu handi giffre" : tandem ski et tandem flex, dual piloté, Kart-ski et uni-bob.

3. GRIMPER

Complètement perché avec une session aérienne accrobranche et tyrolienne au-dessus du Lac Bleu de Morillon, une séquence frissons avec marche sur parois en via ferrata et pour finir un vol en parapente avec vue imprenable sur le Cirque du Fer-à-Cheval : un package qui donne des ailes.

Cascade de glace : grimper à l'aide de piolets-traction et de crampons le long de cascades gelées, avec un guide.

4. YOONER

Déclinaison moderne du paret, le Yooner, cet engin hybride qui ressemble à une luge à patin, est une invitation à la glisse fun en hiver. En famille ou entre amis, les esprits compétiteurs s'adonnent à la course. Une activité idéale pour passer un bon moment après le ski, tout en restant sur la piste ! A tester également en version nocturne avec Jérôme Guillot, monsieur paret de la vallée (lire p. 38).

Save the date : Le Yooopa, mars 2021 !

Yooner, paret, snooc... venez (re)découvrir les joies de la glisse ancestrale en famille (dès 8 ans) le temps d'une journée. Le matin, place aux initiations encadrées sur les pistes, pour se préparer en bonne et due forme au "Challenge" de l'après-midi pour petits et grands. Remise des prix pour les meilleurs glisseurs à 16h.

5. NOUVELLES ROUES LIBRES...

Ça roule dans la vallée du Giffre et sur différents engins électriques. Gyropode, skate et e-Fatscoot (trottinette aux pneus XXL) : voilà de quoi passer des vacances en roue libre sur les sentiers du bord du Giffre, le long du Lac Bleu de Morillon ou sur les versants du domaine du Grand Massif pour les plus téméraires, accompagnés par Julien Annequin qui vient de lancer aussi les "Gyro-apéro" et "apéro-trott" pour goûter aux produits gourmands de la vallée après l'avoir parcourue en deux roues.

En version givrée l'hiver : "fat bike & night", à la tombée de la nuit. Une fois les pistes fermées, Mountain Spirit emmène les aventuriers et leurs vélos aux pneus XXL sur de larges pistes et les sentiers enneigés découvrir la vallée du Giffre sous les étoiles.





Zoom sur... le Defoul'park avec **Julien Annequin**

Un parcours ludique de 50 obstacles adapté aux petits dès 3 ans comme aux grands, en forêt et sur la base de loisirs du Lac Bleu à Morillon : le Defoul'park est sans conteste le spot des familles qui bougent dans la vallée ! On vous dit pourquoi avec Julien Annequin, son créateur, coach sportif de métier.

Voilà 6 ans que vous avez ouvert le Defoul'park, quelle était votre idée ?

« A travers mon précédent métier de moniteur de ski, j'intervenais auprès des enfants et constatais qu'ils faisaient de moins en moins d'activité physique ; or le potentiel sportif des enfants n'a jamais baissé. A la base étant préparateur physique, je voulais faire bouger les choses

dans tous les sens du terme. Avec ma femme, nous avons eu l'idée de proposer une activité qui puisse se faire en famille. C'est un concept qui n'existe nulle part ailleurs. »

C'est quoi le Defoul'park ?

« C'est un parcours ludique en forêt, à l'ombre ; un parcours d'obstacles alliant force agilité et équilibre de 300m de long avec des modules de jeux qui permettent de faire travailler l'ensemble des parties du corps. Ce n'est pas une succession d'ateliers posés. On essaie de mettre en place des modules notamment pour travailler l'équilibre et la proprioception, que l'on a tendance à perdre avec l'inactivité. Les enfants et les parents vont pouvoir s'amuser à franchir des tunnels et des murs de pneus par exemple. La rampe avec encoches est le clou du parcours, dans l'esprit du " Fil rouge " d'Intervilles. Ici on règle son effort en

fonction des modules que l'on fait en toute autonomie. »

Un spot intergénérationnel ?

« Le partage en famille, vivre une activité et s'amuser ensemble, c'est ce qui nous anime ici. On constate un vrai mélange de générations sur le Defoul'park. On se défie en famille même entre petits et grands-parents. Que l'on soit adulte ou enfant on n'est pas plus avantagé ! Se défier et s'offrir une activité accessible sur une demi-journée, c'est ce que cherchent les familles qui viennent ici. Quand on voit rire les petits comme les grands et se taper dans la main après un défi relevé, nous sommes les plus heureux ! »

Facebook/Defoulpark

Top 10 des activités préférées des **kids**

AU LAC BLEU, LE SPOT DES FAMILLES

À 500m du chef-lieu de Morillon, la base de loisirs combine lac de montagne, plage de sable avec baignade gratuite et loisirs à gogo. Defoul'park, paddle, kayak, big air bag, aqua-golf, parc de structures gonflables, centre équestre, accrobranche avec tyrolienne au-dessus de l'eau : c'est LE spot préféré des familles dans la vallée. On y passe la journée !



Découvrez le
lac bleu



En direct des
webcams



RENDEZ-VOUS

En été, l'événement incontournable "Y'a Le Feu au Lac" : concerts, spectacle et feu d'artifice pour une soirée haute en couleurs, sur les bords du Lac Bleu, la base de loisirs de Morillon.

ZEN EN MONTAGNE



“ Le yoga se pratique
n’importe où ”

Julia Barnes

Arrivée à Sixt-Fer-à-Cheval par amour, Julia a choisi d’y pratiquer sa passion : le yoga. Un art de vivre qu’elle partage avec les yogis toute l’année dans la vallée, dans un cadre naturellement zen et des lieux vibratoires : un chalet, un flanc de montagne, un alpage, aux chandelles ou dans la neige.

Qui êtes-vous et quelle est votre histoire avec la vallée ?

« Je suis écossaise, arrivée ici par amour il y a 11 ans maintenant, après plusieurs années aux Etats-Unis et à Lyon où j’ai ouvert un studio de yoga. Je suis professeure de yoga ici dans la vallée du Giffre. Je donne des cours de yoga vinyasa, yoga pré et post natal toute l’année à Morillon, Châtillon et Sixt-Fer-à-Cheval. »

Vous associez également le yoga et la montagne ?

« Le lien entre les deux est naturel. Je trouve la nature ressourçante et inspirante ; la pratique du yoga nous donne un instant de retour à l’essentiel - la nature, notre souffle, l’instant présent. Lors d’une randonnée, j’aime m’arrêter pour faire une pratique de yoga. Le Fer-à-Cheval est un lieu magique et vibratoire. »

Vous proposez d’ailleurs un combo yoga et rando sur le Festival de Sixt-Fer-à-Cheval ?

« Oui j’ai lancé rando et yoga l’année dernière avec la complicité d’Agnieszka, accompagnatrice en montagne dans la vallée. J’aime partager avec des gens d’ici et d’ailleurs mes deux passions : la rando et le yoga. Et sur le festival, j’aide l’office de tourisme à trouver des professeurs de yoga chaque année et à organiser le programme des séances de yoga. »

Avec vous, on fait aussi du yoga et de l’escalade ?

« Oui nous avons eu l’idée avec François Coffy, ancien membre de l’équipe de France et moniteur d’escalade installé aussi ici à Sixt. Il venait à mes cours de yoga. Ensemble on crée ces séances chaque été. C’est

l’idée de travailler sur la présence, la conscience du corps et du mouvement, l’ouverture des hanches et l’équilibre. »

Et puis vous nous emmenez aussi en rando raquettes et yoga l’hiver ?

« En hiver le silence et le calme du cirque est magique ; il offre sa tranquillité. On ne pratique pas le yoga sur un tapis mais assis en méditation pour travailler la respiration ou debout pour l’équilibre. Une belle sensation ce yoga dans la neige ! Le yoga se pratique n’importe où avec moi ! »

www.yogajulia.com

Les rendez-vous zen en vallée du Giffre



YOGA AVEC JULIA BARNES À MORILLON

Le chalet Le Badney 1881, une ferme rénovée datant du 19^e siècle, est un lieu qui encourage tranquillement à renouer avec ses rythmes naturels et à explorer ce qui est vraiment significatif dans la vie. Julia Barnes y organise des sessions de yoga pour tous et toute l'année.



SÉJOURS MÉDITATIFS À SIXT-FER-À-CHEVAL

Pleine conscience, les pieds dans la neige ? C'est ce que propose la coach Sally-Anne, avec ce séjour pleine conscience de 3 jours. Au programme : apprentissage de la méditation, initiation au Qi Gong, ski ou snowboard de pleine conscience avec un guide de haute montagne, massage chinois, spa... De quoi vivre pleinement une escapade ressourçante, logé chez la coach, dans son authentique et rénovée ferme alpine sizère datant de 1830 : La Ciseriaie.



MARCHE AFGHANE À VERCHAIX

Méditation active, la marche afghane (ou yoga de la marche) permet d'allier détente, relaxation et gestion de l'effort. Par une méthode de respiration maîtrisée, Claire, accompagnatrice en montagne et praticienne en techniques éducatives corporelles (Nature Quintessence), apprend aux marcheurs à garder le même rythme afin d'éviter l'accélération cardiaque, à aller plus loin et à tenir plus longtemps, sans être essoufflé à l'arrivée. Le tout dans un panorama qui est pourtant à couper le souffle : le col de Joux Plane, à Verchaix.



YOGA AU CŒUR DU CIRQUE DU FER-À-CHEVAL

Véritable appel à la relaxation, le Cirque du Fer-à-Cheval est aussi le théâtre du bien-être en plein air avec le festival de yoga organisé chaque année fin août. Le mantra durant ces 3 jours : prendre le temps de respirer, se ressourcer, se détendre et se retrouver en profitant à pleins poumons de ce site grandeur nature. On y retrouve Julia Barnes, Simon Park et les professeuses de yoga de la vallée.

EN HIVER, "ZEN ALTITUDE" SUR LES PISTES

5 jours d'ateliers bien-être : massages, yoga, séances de méditation, vélos... un havre de paix pour un bol d'air régénérant, avec un panorama de rêve à 2448m d'altitude (sommets des Grands Vans).

EN ÉTÉ, YOGA EN PLEIN AIR AU LAC BLEU (MORILLON)



"The flying Nomad" fait vibrer le Cirque du Fer-à-Cheval

Simon Park

New-York, Barcelone, Munich, Paris, Luxembourg, Glasgow... et Sixt-Fer-à-Cheval : Simon Park parcourt le monde entier pour enseigner son "liquid flow" yoga. C'est ici, au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval, qu'il a choisi d'emmener la planète yogis en retraite zen. Reconnu comme « l'un des professeurs de yoga les plus influents et doués de la prochaine génération » par le Yoga Journal, Simon Park est devenu en quelques années ambassadeur de cette vallée zen.

Qui êtes-vous Simon Park ?

« Je suis professeur de yoga, originaire de Philadelphie aux Etats-Unis. Influencé par mes maîtres yogi, Shiva Rea, Richard Freeman, Maty Ezraty, Joan White et Dharma Mittra, j'ai créé et j'enseigne le "liquid flow yoga" : un mélange de yoga classique et moderne, thérapeutique pour le corps et l'esprit. J'ai lancé un programme de yoga pour l'Université de Princeton. La terre est ma maison. »

La montagne vous inspire de belles pratiques ?

« Je suis inspiré par la nature. J'ai déménagé dans le Colorado et j'aime par-dessus tout pratiquer au bord des rivières et des rocs en montagne : un environnement idéal pour lâcher prise avec sa qualité d'air et l'énergie vibratoire qu'il s'en dégage. »

Vous êtes chaque année la tête d'affiche du Festival de Yoga de Sixt-Fer-à-Cheval, comment êtes-vous arrivé jusqu'ici ?

« Une amie souhaitait faire une re-

traite ici. Je suis venu ici il y a 5 ans. Puis j'ai rencontré Laurent Vriez, directeur opérationnel, en charge des événements à l'office de tourisme Grand Massif Montagnes du Giffre. J'avais besoin d'un grand espace pour organiser des retraites. Ici c'est parfait : pratiquer un yoga entouré par les montagnes avec des chutes d'eau majestueuses dans l'un des environnements naturels les plus vierges d'Europe occidentale. »

Le Cirque du Fer-à-Cheval est l'un de vos spots de yoga favoris, pourquoi ?

« Ce site naturel est propice à l'éveil du corps et de l'esprit. J'ai pourtant voyagé et pratiqué en Europe et aux Etats-Unis. Ici les forêts et les cascades font parfaitement écho à mon art, le "liquid flow". La nature est étonnante ici entre cascades, rivières cristallines, forêts magiques, magnifiques oiseaux et marmottes ! Sixt-Fer-à-Cheval est un charmant village alpin avec d'authentiques restaurants et de beaux chalets. »

« La nature inspirante et le village de Sixt-Fer-à-Cheval permettent de vivre une expérience communautaire et culturelle : une partie importante du yoga. »

Vous organisez des retraites et des formations de yoga à Sixt-Fer-à-Cheval ?

« J'ai organisé début septembre 2019 une retraite d'une semaine avec Calvin Corzine "Dynamic Flow and Functional Movement Training/Retreat" : un mélange de styles qui mixe vinyasa dynamique, mouvement fonctionnel, thérapeutique, prayanama, méditation, et yoga Nidra. Une retraite qui a plu aux élèves et aux professeurs à qui je propose aussi une formation de 300 heures ici à Sixt-Fer-à-Cheval. Session 1 du 30 mai au 13 juin, session 2 du 13 au 27 juin. Australie, Nouvelle-Zélande, Turquie, Afrique, Suède, Hawaï, Fidji et Canada : je fais venir les gens du monde entier ici ! »

www.liquidflowyoga.com

Où méditer ?

LES 4 SPOTS MÉDITATIFS DE DAVID CASARTELLI



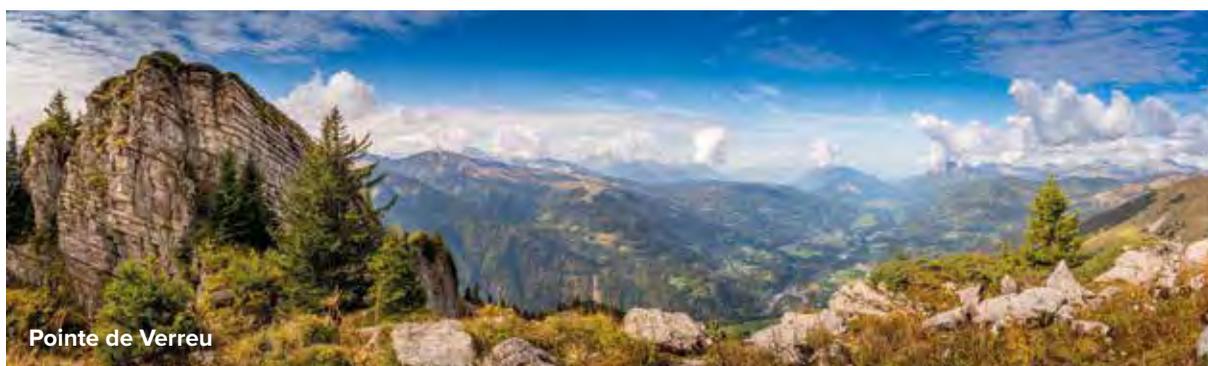
Bassin du Lac d'Anterne



Vallon de Sales



Pointe sans Bêt face au Pic de Tenneverge



Pointe de Verreu

PATRI MOI NE

Suivons la guide...

Le patrimoine architectural de Morillon

avec **Marie-Claude Perret**



●● Lové dans la haute vallée du Giffre, le village de Morillon recèle des trésors du patrimoine, à commencer par de belles maisons anciennes, construites du XVII^{ème} jusqu'à la fin du XIX^{ème} siècle. Elles logeaient habitants et animaux, séparément, leurs réserves alimentaires dans les caves ou fourragères dans leurs fenils. Leur architecture était adaptée à l'agriculture de montagne de l'époque qui nécessitait une organisation particulière en raison des conditions climatiques, avec 6 à 8 mois d'hiver. Les volumes sont harmonieux. Elles sont composées :

- d'un rez-de-chaussée en pierres crépies avec un mortier de chaux, avec des chaînages d'angles et encadrements de portes et fenêtres en pierre calcaire

- locale bouchardée, ou en tuf, bien appareillées, qui logeaient habitants et animaux séparément, l'intérieur du logement comportant quelques particularités est coquet,
- d'un étage composé de planches verticales aux aérations décoratives et symboliques, permettant de stocker six à huit mois de fourrage pour les animaux,
- de galeries extérieures aux palines joliment découpées ornent les façades ouest-sud-ouest, pour la dessiccation de légumes ou de fourrage,
- d'une toiture parfois en ardoise, tuile, ou tôle peinte de nos jours, débordant des murs. Autrefois elle était en "ancelles" (longues tuiles de bois).

A proximité de la maison, un autre bâtiment curieux, le grenier... ●● (lire p. 57)

Le savoir-faire des Frahans

Terre de maçons et de tailleurs de pierre, "les Frahans", Morillon révèle une histoire riche à travers l'édification et la réalisation de bâtiments et chantiers d'envergure. Les Frahans forment une confrérie de tailleurs de pierre. Ils ont bâti le patrimoine religieux de la vallée du Giffre.

👁️ Au centre du village de Morillon est l'église dédiée à Saint Christophe, construite au XV^{ème} siècle sur le Crêt de Morellons, avec sa tour clocher en tuf. Dans le chœur néo-gothique sont placées les statues en aulne de Saint Christophe et de Saint François de Sales.

La chapelle des Miaux placée sous la protection de Notre-Dame des Sept Douleurs, de la Compassion, de Saint-Michel et de Saint-Claude, fût construite au XVI^{ème} siècle. Elle abrite un retable de style baroque alpin et une pieta.

Celle du Châtelard, dédiée à Notre-Dame des Carmes fût construite au XVII^{ème} siècle aux Côtes, puis transportée au Chatelard au XVIII^{ème} ! Au début du XIX^{ème} siècle, elle passe sous la protection de Saint Symphorien, dont elle abrite une relique.

La chapelle Notre-Dame de Toutes Grâces du Verney construite au XIX^{ème} siècle, est dédiée à Sainte Philomène. Elle abrite un retable néo-classique peint en trompe l'œil, et une statue de Sainte Philomène. Elle est liée à la Confrérie du Saint Esprit du XV^{ème} siècle, pour implorer la clémence divine contre les crues dévastatrices du torrent du Verney.

Ce patrimoine est l'œuvre des "kègnes, frahans et bouscolins" (maçons, tailleurs de pierre et charpentiers en "mourmé") dont on a trace depuis le XV^{ème} siècle. Ils étaient très nombreux dans la haute vallée du Giffre, et particulièrement à Morillon, deux hommes sur trois de plus de treize ans en 1726 !

Ils construisent églises, ponts, édifices publics etc... en Savoie. Professionnels renommés, ils seront appelés aux XVII^{ème} et XVIII^{ème} par Vauban, pour construire les fortifications du royaume de France (nous n'étions pas français à l'époque !)

Voltaire, leur confiera la construction de son château à Ferney, Napoléon 1^{er} les grands canaux de France, et participeront à bien d'autres chantiers en Europe et dans le monde. Ils partent de Pâques à Noël en équipes, composent un langage "le mourmé" pour n'être compris de personne sur les chantiers afin de protéger leur savoir-faire.

De retour au pays pour passer l'hiver en famille, ils offrent un pain de 15kg béni au cours d'un office religieux, le lendemain de Noël, à la Saint-Etienne, partagé après la bénédiction à toute l'assemblée. C'est un fort symbole de piété et de partage. Ils fondent la Confrérie des Quatre Couronnés, Saint Symphorien, Nicostrate, Castor et Claude au XVII^{ème} siècle avec ceux de la vallée, dont ils se sépareront en 1835, créant leur propre confrérie, afin d'organiser la profession, et créer une caisse de secours. L'arrivée du béton et la première guerre mondiale 1914-1918, sonneront le glas de ces vaillants professionnels... ”

Pour en savoir plus sur l'histoire de Morillon, participez aux visites d'un guide du patrimoine. Renseignements à l'Office du Tourisme.





Mystères à Châtillon-sur-Cluses !

Porte d'entrée de la vallée du Giffre et site emblématique de son patrimoine bâti religieux, le village de Châtillon-sur-Cluses renferme de beaux trésors : une église et ses fresques vieilles de 900 ans découvertes en 2016, et un château dont la chapelle fut le lieu de bénédiction nuptiale de Pierre de Savoie, dit le petit Charlemagne avec Agnès de Faucigny en 1223...

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le parc du château n'a pas non plus encore révélé tous ses secrets. Des fouilles archéologiques ont été entreprises en juin 2019...

Les chapelles

On compte 22 chapelles dans la vallée du Giffre, en voici quelques-unes que l'on peut visiter, accompagné des Guides du Patrimoine.



Poursuivre la lecture



Le bois dans les veines de la vallée

LES GRENIERS

« A proximité de la maison, un autre bâtiment curieux, le grenier, complètement fermé, est construit en madriers d'épicéa assemblés en queue d'aronde. Il abritait les réserves alimentaires, le linge de maison, les actes notariés, les papiers importants, l'argent et les bijoux. Dans ce "coffre-fort" toute la richesse de la maison était ainsi protégée de l'incendie, et des prédateurs » explique Marie-Claude Perret, guide du patrimoine.

Ces bijoux du patrimoine architectural montagnard renferment de nombreux secrets et gardent tout leur mystère. Les greniers de la vallée ont traversé le temps et les temps, tenant toujours debout. On peut les percevoir en traversant les villages de la vallée du Giffre, comme la dizaine alignés sur la route qui mène à Sixt-Fer-à-Cheval. Particularité architecturale ? Construits en madriers, sans clous ni vis, ces mini-chalets étaient montés comme des legos en quelque sorte. Aujourd'hui, nombreux sont les anciens greniers à être démontés puis remontés dans des jardins ; parfois transformés en chambres d'hôtes.

LES BACS À FLEURS

Patrick Bucz est ébéniste de métier et aime le bois, aujourd'hui au cœur de son activité. Depuis 1994, Il réalise des bacs à fleurs. Son idée première était de créer un souvenir utile et caractéristique de la vallée du Giffre dans son atelier situé à l'entrée de Morillon.

Il est l'un des artisans labellisés "Origine Grand Massif". L'appellation du même nom place la rencontre et le partage de moments forts entre visiteurs et producteurs locaux au cœur de ses objectifs. Elle a pour vocation de faire vivre aux visiteurs des expériences authentiques nourries par des rencontres avec les acteurs majeurs du territoire. L'association Origine Grand Massif, portée par l'amour du domaine et la volonté de défendre les valeurs du territoire, donne la possibilité aux producteurs du cru d'obtenir l'appellation comme gage de qualité.



Poursuivre la lecture





LE GOÛT DE LA VALLÉE

58

LA SOUPE DE LA VALLÉE QUI SE DÉGUSTE... À LA FOURCHETTE !

C'est LA spécialité culinaire de Morillon, au secret bien gardé. Comme la fondue, elle est à l'origine un moyen d'éviter le gaspillage et de bien manger. Car avant on ne jetait rien, on gardait tout ! "Plat du pauvre" autrefois servi à la Saint-Christophe (21 août), la soupe châtrée est haute en saveurs ; un savoureux mélange de pain dur ou grillé, de tomme de pays et de soupe à l'oignon. Les fameux oignons, cet héritage préservé de génération en génération, demande une longue cuisson au four. Ensuite, on "châtre" la soupe (on la "coupe"), on ajoute une noix de beurre et on laisse gratiner. Un must accompagné de charcuterie et de vin, de Savoie évidemment ! Si vous voulez la déguster, c'est ici dans les restaurants du Giffre ; car la soupe châtrée n'est jamais sortie de la vallée, pour le grand bonheur des fins palais.

Recette de la soupe châtrée

Ingrédients :

500g d'oignons
25cl de vin blanc sec
2l d'eau
750g de tomme de Savoie
1 baguette de pain

1 pincée de poivre
30g de beurre
50g de comté rapé
1 cuillère à soupe d'huile d'arachide

- 1.** Préparez la soupe à l'oignon. Filtrez ensuite les oignons. Dans une soupière alternez couches de pain et de fromage de tomme. Puis mouillez le tout avec la soupe à l'oignon. Faites cuire au four durant 1h/1h30.
- 2.** "Châtrez" la soupe ! Sortez la soupe du four une fois bien dorée et séchée. Vient le moment de la "châtrer", la couper en d'autres termes. Puis ajoutez sur le dessus le comté et le beurre avant de la gratiner au four très chaud !

Merci à Alexandre Beignon, ancien chef du "Morillon"

Une montagne de fromages

À METTRE SUR UN PLATEAU
OU DANS LE SAC À DOS

3 adresses crémeuses

La Bergerie du Locket (Sixt-Fer-à-Cheval)

Tommes et yaourts de brebis laitières "Thônes et Marthod" (une race 100% savoyarde) sont à déguster... voire à emmener dans les valises. Une véritable bergerie où vous rencontrez Karine Richard, la productrice passionnée qui a inventé un fromage du nom du pic emblématique du Cirque du Fer-à-Cheval : le Tenneverge.

Gaëc Les Places – étable Boisier (La Rivière-Enverse)

Dans cette ferme familiale de 50 vaches laitières et 70 chèvres, c'est bien plus que des fromages de vache et de chèvre que l'on trouve ; l'authenticité sans artifices ajoutés en bonus. Tommes fermières, tommes de chèvre, fromages de chèvre type "chevrotin" et beurre : le fruit de la famille Boisier 365 jours an.

La Ferme des Tines (Sixt-Fer-à-Cheval)

Yann, Jérôme et Gaëlle produisent fromages et charcuteries en vallée et en alpage. Chaque animal (vaches, chèvres, cochons) est nourri uniquement avec de l'herbe et du foin produit à la ferme. Tout l'été, on les retrouve à l'alpage de Salvadon (1800m), à 2h30 de marche de Sixt-Fer-à-Cheval, pour découvrir à leurs côtés la vie en alpage, et déguster les produits locaux : tomme au lait de chèvre, chèvre frais, raclette, fromages d'alpage... Coup de cœur assuré pour la tomme fermière de Sixt !

Poursuivez la lecture !



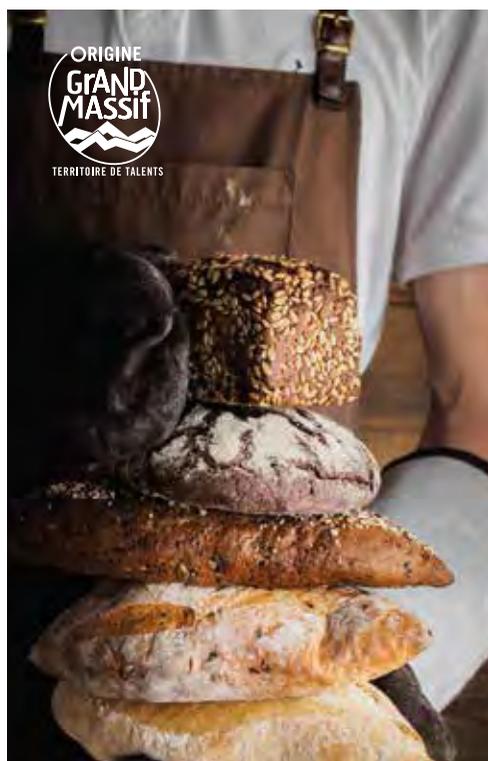
Le bio pain de Sixt, tendre au cœur par nature

Pascal était commercial dans l'univers du jouet et Marie visiteuse médicale pendant une quinzaine d'années. A deux, ils reprennent une épicerie pendant 8 ans, en Ardèche. Puis ils s'orientent vers une nouvelle envie professionnelle : devenir boulangers BIO ; « le bon dans tout » en accord avec ce qu'ils sont devenus. Ils passent alors un bac pro à l'École Internationale de Boulangerie près de Sisteron pour concrétiser leur projet. Et c'est à ce moment que la montagne les appelle ! Direction Sixt-Fer-à-Cheval ; été 2015, ils installent leur labo. Ils produisent du pain bio qu'ils revendent sur les marchés des environs. 2019, nouvelle équipe ! Pascal est rejoint par Sophie et Morgan, boulangers aguerris au travail du levain et au bio.

☺☺ **S'installer à Sixt pour faire du pain bio est un véritable retour aux sources. Pour nous, il est important de travailler avec le cœur, de partager des choses, d'expliquer notre démarche et de remettre de l'humain au centre.** ☺☺
explique Pascal

Bio Pain fabrique des pains bio aux levains naturels confectionnés avec des produits locaux ; des pains de saison, des pains sans gluten, des biscuits et des brioches au levain.

60



OUÛ ACHETER BIOPAIN ?

Points de vente Biopain (place de la gare, de Sixt-Fer-à-Cheval)

- Au Fournil : lundi, mardi et vendredi 17h-19h, à la sortie du four !
- Marchés : Boège (mardi), Samoëns (mercredi), Chamonix (samedi)
- Belles tables du Grand Massif Montagnes du Giffre : 8M des Monts (Samoëns), Le Rouet (Sixt-Fer-à-Cheval), La Croix de Savoie (Les Carroz), La Table de Finine (Samoëns)
- Restaurants environnants : Les herbes Folles (Viuz-en-Sallaz), Brasserie l'Escargot (Thyez)
- Magasins bio : Sain'Bio'Z (Morillon), Croq'Nature (Cluses), Au Nid Nature (Samoëns), Santoline (Taninges et Viuz-en-Sallaz), l'Épicerie Bio de la Vallée Verte (Boège), La Vie Claire (Sallanches), l'Épicerie (Les praz de Chamonix)



Zoom sur... La cueillette des plantes de montagne avec Pauline Pretet

Accompagnatrice en montagne, Pauline propose une approche médicinale et botanique de la montagne. Ce qui l'anime ? Apprendre à chacun à se sentir bien au cœur d'une nature vivante. En été, elle emmène les curieux de nature cheminer en montagne, sur un itinéraire "bien-être" accessible à tous, à la découverte des plantes et de leurs vertus ; pour permettre de concocter chez soi des tisanes détente et bienfaisantes, stimulantes 100 % naturelles, et prolonger ainsi l'effet zen de cette montagne bienfaisante de la vallée du Giffre. Rencontre...

Comment se déroule la balade ?

« La marche proposée n'a pas d'enjeu sportif, ce n'est pas une rando avec un gros dénivelé. De la forêt à l'alpage, on découvre en chemin une diversité de la flore de nos montagnes. Je choisis le terrain en fonction de la météo ; mais toujours dans la vallée, entre Samoëns et Sixt-Fer-à-Cheval. La randonnée d'une demi-journée ou journée complète est ponctuée par la cueillette, puis la dégustation de tisanes préparées directement sur le terrain et à partager par le groupe. »

Basée au pied des plus belles escapades, Pauline souhaite faire découvrir les trésors que recèle Dame nature dans les montagnes du Giffre. Elle propose des randonnées bien-être, du canyoning en famille, de la via ferrata, de l'escalade et des sorties accompagnées été comme hiver (raquettes). Et quand Pauline n'est pas en vallée du Giffre, elle s'envole pour les montagnes du Népal.

Quelles plantes trouve-t-on dans les montagnes du Giffre ?

« La menthe poivrée par exemple avec laquelle on concocte des tisanes digestives. On trouve aussi des jeunes pousses d'épinards sauvages (chénopodes) que l'on peut faire revenir dans de l'huile et grignoter à l'apéritif ; on les trouve souvent autour des chalets d'alpage. Avec les bourgeons d'épicéas, on peut cuisiner une crêpe sucrée ou une omelette ; sur place, j'ai toujours un petit réchaud ! Fameux ! »

Comment expliquez-vous votre goût pour la cueillette en montagne ?

« Cueillir, c'est une pratique ancestrale dans le milieu montagnard. Très utile pour manger ou se soigner quand on est au milieu de la montagne ! »

www.trekycimes.com

5 VILLAGES ET LEUR CARACTÈRE

62

SIXT-FER-À-CHEVAL

Berceau de l'alpinisme

Au cœur de la plus grande réserve naturelle de Haute-Savoie, Sixt-Fer-à-Cheval est le berceau de l'alpinisme. C'est ici qu'a eu lieu, en 1770, la première ascension en haute montagne dans les Alpes : Le Mont Buet, appelé aussi Mont-Blanc des Dames. Le village tient son nom du cirque montagnard en forme arrondie comme un fer à cheval. Avec ses 24 hameaux, Sixt-Fer-à-Cheval n'est pas de ceux que l'on traverse, mais de ceux où l'on s'arrête. Le village abbatial préservé plonge les visiteurs dans une atmosphère de bout du monde ; celle de ses habitants, les Sizerets, et de sa nature monumentale classée.

A noter / Fête de la terre (20/08/2020) : les Sizerets, toutes générations confondues, se préparent à revêtir les habits de leurs ancêtres et leur rendre hommage le temps d'une journée.

*Pour en savoir plus, suivez les guides du Patrimoine Savoie Mont Blanc :
Françoise Derouet Moccand et Suzanne Ducroz*

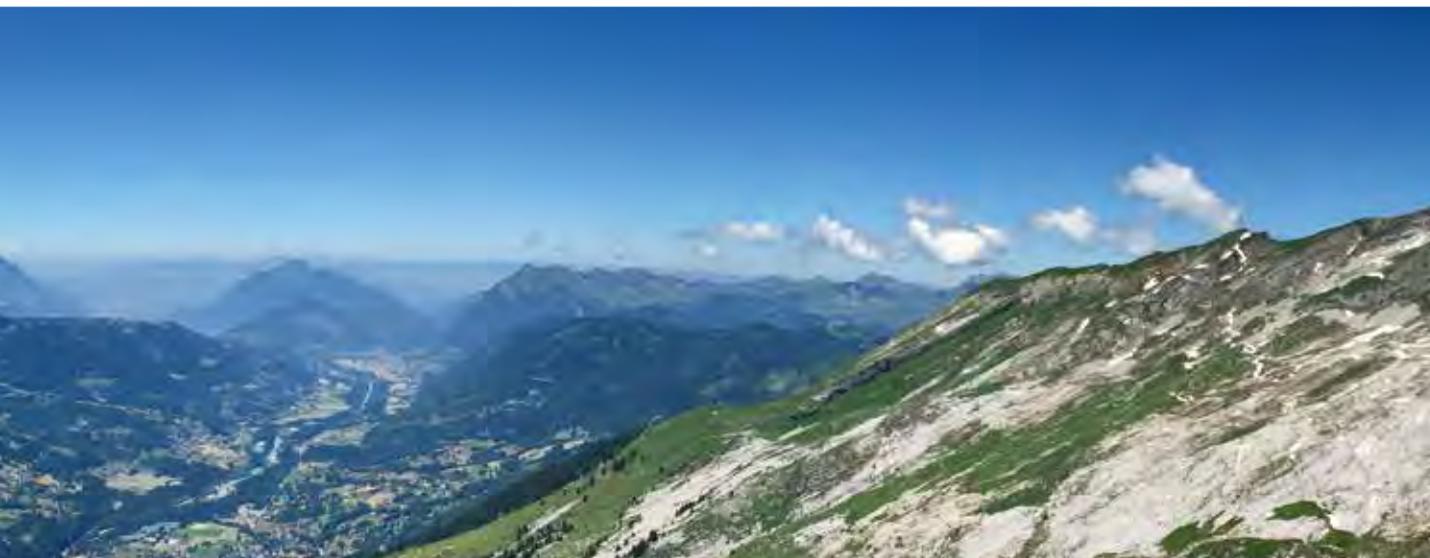


VERCHAIX

Bourgade discrète

Ici, on est bien "lhottis", du nom de ses habitants ! Verchaix, petite bourgade sur deux étages séparée de Morillon par le Giffre, rivière prenant sa source au cœur du Cirque du Fer-à-Cheval, offre un domaine nordique d'exception, le Col de Joux Plane (1 770m) et le plateau de Loëx où l'on peut apercevoir le Tétrás Lyre, oiseau emblématique des montagnes.

*Pour en savoir plus,
suivez la guide du Patrimoine Savoie Mont Blanc : Aurélie Veisy*



MORILLON

Village et station

Morillon trouve son origine dans un éboulement qui, à la fin XVI^e siècle, aurait conféré sa dénomination au "crêt de morellon", lequel a ensuite donné son nom au village. Morillon a gardé son authenticité architecturale tout en développant les activités d'une station de ski de référence reliée à l'un des plus grands domaines skiables de France. Côté village, Morillon offre un panel d'activités sur le site du Lac Bleu. Côté station, Morillon 1100 Les Esserts est le repaire des familles fans de ski entre les sapins.

Nom des habitants ? Morillonnais

Pour en savoir plus,

suivez la guide du Patrimoine Savoie Mont Blanc : Marie-Claude Perret



LA RIVIÈRE-ENVERSE

Terre authentique

Ici, la tradition se cultive. De ses typiques maisons haut-savoyardes à ses nombreux oratoires, en passant par ses habitants, sa chapelle Nicodex, ses 2 fermes (GAEC Les Places et GAEC Clativan), sa grotte (réplique de celle de Lourdes), son église baroque au clocher en fer blanc construite par l'architecte faucignerand Pierre Cheneval sur un plan en trèfle... La Rivière-Enverse, qui pris son nom en 1801 "la Rivière-en-Verse", se découvre au gré de balades et des rencontres avec ses 462 habitants, une majorité d'artistes et d'artisans (sculpteurs, potiers, peintres d'icônes...).

Nom des habitants ? Riverots

Pour en savoir plus,

suivez la guide du Patrimoine Savoie Mont Blanc : Juliette Chatel

CHÂTILLON-SUR-CLUSES

Porte de la vallée du Giffre

Comme tous les "Châtillon" de France, Châtillon-sur-Cluses doit son nom au château qui fut la résidence préférée des Sires du Faucigny ; un site remarquable qui fait actuellement l'objet d'un vaste projet de rénovation et de mise en valeur, et une église qui conserve de belles reliques. À cheval sur deux vallées, c'est au nord du village que l'on pousse les portes naturelles de la vallée du Giffre, de ses stations et du domaine skiable.

Nom des habitants ? Cassandrins

Pour en savoir plus,

suivez la guide du Patrimoine Savoie Mont Blanc : Juliette Chatel



UNE JOURNÉE À SIXT- FER-À- CHEVAL

8h

Direction le Cirque du Fer-à-Cheval. Lorsque l'on s'offre la balade "Bout du monde", on embarque pour un voyage à la rencontre de la faune, de la flore... et de soi-même. Avant de se mettre en marche et en éveil, faire une halte pour un petit café au camping Le Pelly en compagnie d'Anne et Jean-Pierre est un incontournable ; d'ici on peut déjà contempler les cascades et le pic du Tenneverge...

9h30

Petite collation à la buvette du Prazon, le point de vue idéal pour suivre la progression des randonneurs qui s'attaquent au Pas du Boret pour monter à la Vogealle... Quant à nous, nous poursuivons en direction du "Fond de la Combe" pour finir notre boucle avant midi... Les cascades jalonnent notre parcours à l'aller comme au retour, et nous avons pu observer des chamois et des bouquetins sur les hauts !

12h

De retour au village de Sixt-Fer-à-Cheval, direction le restaurant "le Rouet" et sa terrasse panoramique pour déguster au choix, une salade des alpages, une croûte au fromage gratiné...

14h

La chaleur s'est installée dans la vallée. Nous nous réfugions au frais à l'Abbaye de Sixt pour contempler l'une des nombreuses expositions proposées par le département de la Haute-Savoie dans ce lieu chargé d'histoire !

15h

Loin d'être rassasiés par notre matinée de randonnée, nous continuons notre périple sportif par une descente de la rivière le Giffre en rafting... un chouette moment à partager en famille ! Rafraîchissant !

18h

Comme tous les mercredis, c'est "Music'O Jardin" au cœur du village... un rendez-vous musical prisé pour sa programmation éclectique à une heure qui contente toute la famille ! Pour profiter de l'instant, emmenons notre pique-nique tiré du sac. Autres options : aller chercher une pizza de l'autre côté de la route au Nuna Bar, ou se délecter de la petite restauration proposée par les associations du village.

19h

Sur le chemin du retour, une halte à La Bergerie du Locht s'impose à nous pour faire le plein de fromages et de yaourts de ces atypiques brebis à lunettes que sont les Thônes et Marthod.

Poursuivez la lecture !



Tous **VOS OBJETS**
et **TEXTILES**
personnalisés sont
chez



normapict

COMMUNICATION PAR L'OBJET

www.normapict.com

01 34 25 83 23

**VOUS TROUVEREZ
SUR NOTRE BOUTIQUE**
tours de cou Multi-usages,
casquettes, tee shirts,
gourdes en verre, etc,...



KISDIS

Communiquez
autrement !

avec nos écrans interactifs
pour dynamiser et valoriser
vos espaces/produits.

www.kisdis.com

01 84 24 05 68



**ÉCRANS TACTILES
ÉGALEMENT
DISPONIBLES**

Le Haut-Giffre en pratique



EN VOITURE

En venant de Paris : A6 Paris – Mâcon, puis A40 Mâcon – Cluses. Paris – Morillon compter environ 6 heures avec 629km.

En venant de Lyon : A43 Lyon – Annecy, puis A41 et connexion A40 direction Chamonix. Lyon – Morillon compter environ 2 heures avec 197km.

Depuis le Sud : à Valence, suivre Grenoble, Chambéry puis Annecy. A41 et A40 direction Chamonix. Trajet Nice – Morillon compter environ 6 heures avec 597km.

De l'Est : de l'Alsace ou de la Franche Comté, le passage par la Suisse est intéressant. Strasbourg – Morillon compter 4h30 de trajet avec 455km.

De Cluses à Morillon ou Sixt-Fer-à-Cheval : suivre les indications pour Samoëns. Après le col de Châtillon, vous trouverez des indications pour Morillon ou Sixt-Fer-à-Cheval. Compter environ 15 minutes depuis la sortie d'autoroute.

EN TRAIN

Pour connaître les horaires et les disponibilités : www.oui.sncf.fr

De la gare de Cluses il y a des navettes d'autocars. Pas de desserte pour Morillon 1100, plateau des Esserts. Si vous arrivez pendant les horaires d'ouverture de la télécabine vous pourrez emprunter celle-ci.

EN AVION

Les aéroports à proximité de Morillon Grand Massif. Aéroport de Genève Cointrin (Suisse, prévoir passeport ou carte d'identité), à 60km. Pour votre accueil à l'aéroport de Genève : accueil France 00.41.22.798.20.00.

Aéroports français desservis par l'aéroport de Genève : Bordeaux, Clermont-Ferrand, Nice, Paris, Toulouse. Aéroports de Chambéry, à 100km. Lyon-Saint-Exupéry aéroport international, à 180km.

+ d'infos

CONTACTER LES OFFICES DE TOURISME

Morillon :

04 50 90 15 76

info@morillon.fr

Sixt-Fer-à-Cheval :

04 50 34 49 36

ot@sixtferacheval.com

LES OFFICES DE TOURISME SUR LE WEB MORILLON.FR

Mes vacances en HIVER



en ÉTÉ



Téléchargez le guide pratique



LES OFFICES DE TOURISME SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



morillon.tourisme



morillon_tourisme



sixtferacheval



sixtferacheval_officiel



**SAVOIE
MONT
BLANC**



ORIGINE GRAND MASSIF

Culture, Artisanat, Agriculture, Gastronomie

LE GRAND MASSIF
EST UN TERRITOIRE
DE TALENTS QUE
NOUS SOMMES
FIERS DE PARTAGER
AVEC VOUS.



MADE IN
GRAND
MASSIF

Culture
Cottage industry
Agriculture
Gastronomy

The Grand Massif
is home to many
talents which we
are proud to share
with you.



Retrouvez tous nos partenaires sur
grand-massif.com



TERRITOIRE DE TALENTS

