dossier de presse été 2017

BRIDES-LES-BAINS
AU SOMMET DE VOTRE SANTÉ
AU PIED DES 3 VALLÉES

Office de Tourisme de Brides-les-Bains
BP 28
73572 Brides-les-Bains cedex
Tél : 04 79 55 20 64
contact@brides-les-bains.com
brides-les-bains.com

Crédits photos : E. Dudan / C. Stramba-Badiali / P. Lebeau / D. André / S. Kempinaire / A. Borrel / C. Pallot / J.M. Gouédard / A. Cottarel / G. Reboisson / Abaca / Eliophot / AN Rafting / Savoie-Mont-Blanc Tourisme / X. Rivet / C. Ancel / alpcycles.com

Brides-les-Bains, la destination santé 365 j/an *page 2*

Brides-les-Bains, le camp de base outdoor des 3 Vallées *page 6*

Brides-les-Bains, le village où se retrouver *page 11*

Photos HD à télécharger sur notre site internet : mediaconseilpresse.com / salle de presse Brides-les-Bains

Brides-les-Bains au sommet de votre santé

BRIDES-LES-BAINS, AU COEUR DES 3 VALLÉES : LE VILLAGE SANTÉ

ÉTÉ COMME HIVER

Le Grand Bec, massif culminant du parc de la Vanoise domine Brides-les-Bains. Il éclabousse l'horizon de sa majesté.

Brides-les-Bains : LA destination santé 365 j/an

Brides-les-Bains, le village santé des 3 Vallées ? Décryptage. **D'abord respirer un air pur et léger**. Aucune industrie ou activité humaine ne vient troubler l'atmosphère de ce village de 523 âmes situé à 556m d'altitude.

Ensuite prendre soin de soi. Brides-les-Bains est la première station thermale dans le traitement du surpoids. L'équipe thérapeutique des Thermes de Brides développe une autre démarche plus globale, plus personnalisée, plus scientifique aussi. **Ceux qui n'ont pas 18 jours à consacrer à une cure thermale ou qui veulent tout simplement se ressourcer peuvent bénéficier des cures santé ou des séjours mieux-être et Pauses Spa au Grand Spa Thermal qui jouxte les Thermes.** Avant ou après les soins on profite des multiples activités ou ateliers mieux-être gratuits proposés par l'Office de Tourisme. Le matin, dans le parc thermal, on s'offre une séance de gym douce assis sur une chaise avec Céline ou Axel. L'après-midi on suit une séance de stretching-relaxation…

Après, bien manger. Là le village s'enorgueillit de 14 chefs diététiques dans les hôtels 1* à 4*. Ils conjuguent le bon, le sain et l'équilibre dans l'assiette au quotidien. Ils multiplient les rendez-vous pour accompagner le changement de mode de vie en cuisine sans frustration. En juin, le Festival Equilibre et Gourmandise sacre leur savoir-faire.

Evidemment bouger. Imaginez, 39 sentiers de randonnée au départ du village l'été. Le long du torrent du Doron, au voisinage de vignes, avec la chapelle romane de la Saulce pour escale, les sensations sont forcément au bout du chemin. Chaque jour, deux balades accompagnées gratuites sont organisées par l'Office de Tourisme. Animées par des professionnels elles se déclinent en douce, remise en forme et tonique qui correspondent à des dénivélées, des durées et des distances afin de s'adapter au niveau à chacun. Elles sont même classées en ombre ou soleil, c'est dire l'attention portée aux marcheurs ! Brides-les-Bains est aussi un formidable spot pour les cyclotouristes qui désirent chaque jour tutoyer un nouveau sommet ou des VTTiste amateurs de folles pentes…

L'hiver, la station devient destination neige avec la télécabine de l'Olympe située au coeur du village. Elle donne accès au front de neige de Méribel et des stations des 3 Vallées.

Les commerçants de Brides-les-Bains se sont acclimatés à cette double saison avec une clientèle aux exigences bien différentes. Mieux, ils opèrent la métamorphose de leur enseigne courant avril à la fermeture de la télécabine de l'Olympe. Par exemple le magasin Ski Loc devient une savonnerie. Ski Set se mue en boutique de prêt-à-porter. Précision Ski, qui loue des skis l'hiver, se concentre sur les équipements de randonnée l'été…

372

balades gratuites accompagnées par des animateurs de l'Office de Tourisme de mars à octobre soit une à deux par jour, le matin et l'après-midi. Nombreux itinéraires au départ du parc thermal.

35 activités

de bien-être dont une vingtaine gratuites chaque semaine par les professionnels de l'Office de Tourisme. Chaque jour, l'occasion de tester gym douce, stretching-relaxation, balade-santé ou encore gym tonique ! Qui dit mieux ?

AGENDA SANTÉ 2017

> conférences gratuites avec les experts des Thermes

Avec Jean-Michel Lecerf, chef de service nutrition à l'Institut Pasteur de Lille et Gautier Zunquin, docteur en physiologie des Activités Physiques et Sportives (gratuit).

_12 mai
« L'ostéoporose » par Jean-Michel Lecerf

_20 juin
« Sédentarité et inactivité physique » par Gautier Zunquin

_7 juillet
« Rythmes biologiques et poids » par Jean-Michel Lecerf

_22 septembre
« La santé de l'intestin » par Jean-Michel Lecerf

_ 10 octobre
« Déficit musculaire et obésité » par Gautier Zunquin

> 16 au 18 juin
Festival « Equilibre et Gourmandise »
4 jours autour du manger bon, sain et équilibré
Ateliers, démonstrations, concours avec les chefs diététiques de Brides-les-Bains et leurs invités.

Sophrologie, techniques de marche, expression corporelle, respiration, relooking, démarche et allure, réflexologie, mandala vers le zen, sont quelques-uns des ateliers avec participation (2 à 15€) animés par des professionnels, soit 440 par saison avec une moyenne de 15 rendez-vous par semaine.

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains au sommet de votre santé

SE RESSOURCER

Chaque jour découvrir sa vraie nature

Une activité physique, oui mais laquelle me conviendra et s'adaptera à mes contraintes ? Troquer la crème contre les épices, ok, mais comment les utiliser et les marier ? Brides-les-Bains est un formidable terrain d'expérimentations, moteur de changement. **Chaque jour, l'Office de Tourisme multiplie les rendez-vous, ateliers et activités de 8h30 à 18h, y compris le week-end.** Gym tonique ou douce ? Vino yoga ou sophrologie ? Et pourquoi ne pas se tonifier en pratiquant la danse country ou la zumba ? Le temps de sa cure ou de son séjour on peut tester ces pratiques bien-être à son rythme et choisir celles que l'on aura envie de poursuivre chez soi. Un programme d'animation est diffusé chaque semaine. Il répertorie toutes les activités proposées par la station, du lundi au dimanche. A chacun de composer son menu...

DES CHEFS DIÉTÉTIQUES COMME S'IL EN PLEUVAIT

Thierry Giannini Grand Hôtel des Thermes 4, Sébastien Roux Golf Hôtel 4*, Marielle Hermer traiteur, Jean-Pascal Laugier Altis Val Vert 3**

La seule station thermale forte de 14 chefs diététiques

A Brides-les-Bains tous les chefs des 14 hôtels-restaurants sont formés en diététique. Chaque jour, de mars à fin octobre, ils concoctent des menus satisfaisant l'objectif maigrir, midi et soir. C'est la seule station thermale à offrir une prise en charge diététique du traiteur en ville au chef de l'hôtel 4*. Mieux, ces chefs généreux opèrent un véritable transfert de leurs connaissances et techniques culinaires pour conjuguer équilibre et gourmandises. Quelques exemples ? Le chef Jean-Pascal Laugier à l'Altis Val Vert*** distille ses recettes de sauces et d'amuse-bouches « diet » à ses hôtes chaque lundi autour d'un apéro-quizz. Thierry Giannini du Mercure-Grand Hôtel des Thermes**** met la cuisson à basse température à la portée de tous. Il fait twister ciboulette, bourrache, thym et tomates cerises issus de son jardin potager qui jouxte le restaurant. Ceux qui ne résident pas à l'hôtel peuvent prendre un forfait restauration dans l'un des hôtels ou manger diététique à la Maison de Marielle au centre du village. La chef propose un self le midi et des menus à emporter (à partir de 12,25€). Sur demande, elle prépare des menus équilibrés sans gluten, sans sel ou encore végétarien... Tous ces chefs se retrouvent au Festival Equilibre et Gourmandise qui met en scène leur savoir-faire. Cette 18e édition proposera de libérer ses sens du 16 au 18 juin.

EQUILIBRE ET GOURMANDISE

En juin, un festival qui sacre le bon, le beau et l'équilibre

11 chefs diététiques au menu, des rendez-vous gourmands du petit-déjeuner au dîner, des ateliers culinaires où l'on met la main à la pâte, des recettes à partager, deux soirées festives et culturelles pour nourrir sa tête... **Le Festival Equilibre et Gourmandise de Brides-les-Bains des 16, 17 et 18 juin témoigne de tout le savoir-faire et savoir-vivre du village pour trouver l'équilibre**. Ici on maigrit sans restriction, ni frustration et on se réconcilie en douceur avec l'alimentation comme avec son corps. **Cette 18e édition veut réveiller nos 5 sens.** Sentir les odeurs, détecter les saveurs, toucher les matières, décrire les couleurs, analyser les sons... Les sens demandent attentions et entraînement pour exalter leur pouvoir. Or, dans nos vies hyper sollicitées et toujours plus virtuelles, ils se standardisent et s'étiolent. Ils n'ont plus le temps d'entrer en connexion les uns avec les autres. Le répertoire s'appauvrit et contribue entre autres à la malbouffe. **Chefs de cuisine et diététiciens rivalisent d'astuces et de recettes pour remettre les cinq sens au centre de l'assiette** et faire du repas un moment pour soi à partager avec les autres.

UN LABEL DIÉTÉTIQUE UNIQUE EN FRANCE

La seule station thermale avec un Label diététique

A Brides-les-Bains quatorze chefs des hôtels-restaurants, du traiteur au chef de l'hôtel 4*, acceptent d'être contrôlés via un Label diététique lancé en 2013 par la village pour garantir la promesse « maigrir ». Ils sont soumis au quotidien à 69 critères dont 80% sont obligatoires pour obtenir le sésame. Citons : absence de buffets petit-déjeuner et desserts, minimum de 60% de produits frais et de saison à chaque repas, trame de menus pour une perte de poids, morceaux de viande avec moins de 10% de MG, au moins un dessert à base de fruit et un autre à base de laitage par jour... Tous les personnels des hôtels, en salle comme en cuisine, sont formés par un diététicien à l'équilibre alimentaire. Ils savent renseigner et conseiller les clients. Par exemple, ils expliquent pourquoi le nombre de calories des menus ne sont pas renseignés...

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains au sommet de votre santé

LE GRAND SPA THERMAL : MAIGRIR ET SE RESSOURCER

Un thermal spa pour se ressourcer

Être plus zen au quotidien, manger plus équilibré, se déconnecter, retrouver avec plaisir l'activité physique, voilà une quête aux effets bien plus durables. Le Grand Spa Thermal réunit tous ses experts dans deux séjours Mieux-être pour l'atteindre dans un environnement d'exception. Dans les Alpes, au cœur des montagnes des 3 Vallées, on s'offre le meilleur du savoir-faire thermal. Pendant ces deux séjours, l'équipe du spa se relaie. Avec eux, on dénoue les tensions, on se recentre sur soi et on se reconnecte avec son bien-être intérieur. Tous les soins sont individuels et invitent au lâcher-prise. A savourer aussi les Pauses Spa à la demi-journée…

Au Grand Spa Thermal, avant ou après les soins, on profite librement du Spa Détente : hammam, bain de vapeur aux plantes, bain de vapeur aromatique, divana, sauna, douches glacées et fontaine de givre, douches expérimentales, 3 jacuzzis dont 2 extérieurs, salle de repos, tisanerie, solarium.

2 FORFAITS MIEUX-ÊTRE

Besoin d'une parenthèse ou de décrocher ? Le Grand Spa Thermal de Brides-les-Bains offre le meilleur du savoir-faire thermal à travers ses programmes Déconnexion 4 jours et Tonus 6 jours qui mobilise son équipe d'experts. Avec eux, on dénoue les tensions, on se recentre sur soi et on renoue avec son bien-être intérieur grâce aux soins individuels. Après les soins on profite de l'espace détente du Spa.

Combien ça coûte ?

Cure Déconnexion 4 jours - Forfait de soins seul : 490€
16 soins et activités (détente, bien-être et activités physiques)
Cure Tonus 6 jours - Forfait de soins seul : 642€
27 soins et activités (tonus, bien-être et activités physiques)

3 FORFAITS PAUSE SPA À LA DEMI-JOURNÉE

Juste quelques heures pour s'offrir les bienfaits du Grand Spa Thermal de Brides-les-Bains ? Les formules Pauses Spa Thermal s'adaptent à l'humeur et aux envies du moment, le temps d'une demi-journée. Chaque pause donne accès aux activités du Spa Détente.

Spa Jambes Tonic 93€

C'est le forfait idéal après une journée de randonnée ou de vélo. Il associe deux soins thermaux qui favorisent l'élimination des tensions, allègent les jambes et évitent les courbatures.
- 1 modelage sous affusion d'eau thermale (20 mn)
- 1 hydroxeur (15 mn)

Spa Détox 93€

Pour éliminer le stress de sa vie quotidienne, on profite d'une pause au Grand Spa Thermal pour redonner vitalité au visage et au corps.
- 1 hammam gommage (1 h)
- 1 soin du visage Sothys® (30 mn)

Spa Cocoon 99€

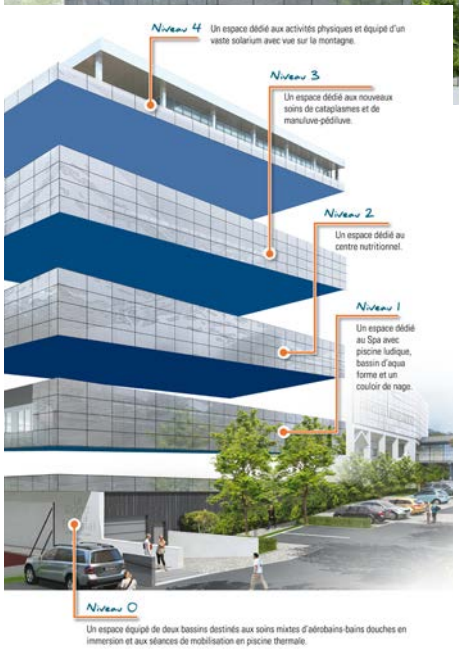
Un forfait pour décrocher et prendre du temps pour soi.
- 1 enveloppement d'algues sur lit à eau (20 mn)
- 1 massage de Brides (30 mn)

thermes-brideslesbains.fr/spa

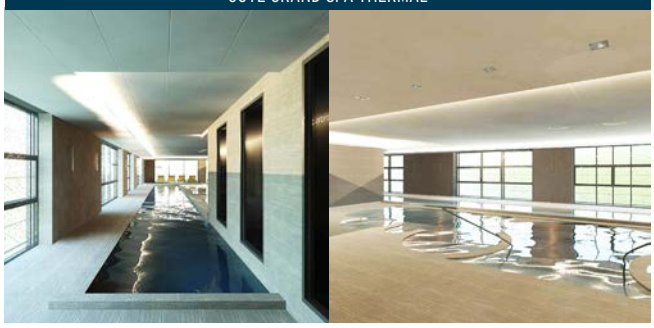
Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains au sommet de votre santé

BRIDES OPÈRE SA MUE CÔTÉ THERMES



CÔTÉ GRAND SPA THERMAL



En mars 2018, le Grand Spa Thermal bénéficiera d'un espace aqualudique avec couloir de nage de 25m, bassin d'aquafitness et bassin ludique.

Brides 2018

14 millions d'euros sont investis dans les Thermes de Brides-les-Bains et le Grand Spa Thermal entre 2016 et 2018.. Ils assurent une rénovation/restructuration totale de l'établissement thermal et de son médical spa, Le Grand Spa Thermal. Plus grands, plus beaux, mieux organisés, **les Thermes s'enrichissent aussi de nouveaux soins notamment pour soigner les rhumatismes.** Le Grand Spa Thermal montrera lui aussi son nouveau visage en mars 2018. Il deviendra **le premier médical spa Thermal de l'Hexagone par sa surface, qui passe de 2100 à 2700m² et par son haut niveau d'équipement** : couloir de nage de 25m, bassin d'aquafitness avec circuit de 5 appareils, bassin ludique. A ces infrastructures high-tech s'ajoute une équipe thérapeutique pluridisciplinaire riche de cinq spécialités.

Les travaux se déroulent en intersaisons. **Les premiers bénéfices seront palpables dès le 13 mars 2017** : piscine de Salins-les-Thermes entièrement réhabilitée avec accès PMR, 80% des espaces de soins thermaux des cures 18 jours rénovés aux Thermes de Brides-les-Bains.

MAIGRIR EN SANTÉ

Mettre un « thermes » au surpoids

Les Thermes de Brides-les-Bains développent une démarche globale pour maigrir en santé. En partant de la personne et de ses contraintes, elle propose de faire l'apprentissage d'une nouvelle vie, le temps d'une cure thermale. De la liste des courses à l'activité physique, des astuces minceur à la gestion du stress, des méthodes de cuisson santé à l'écoute de son corps... Tout est pensé pour déclencher de nouvelles habitudes et un amaigrissement durable. **Les Thermes font appel à une équipe pluridisciplinaire associant diététicien, coach d'activités physiques, médecin thermal, hydrothérapeute....** La collectivité et l'Office de Tourisme participe à cet apprentissage avec son Passeport Santé destiné aux curistes. Remis gratuitement par le médecin Thermal, ce livret de prescription médicale se veut un outil d'accompagnement personnel vers le mieux-être. Il crée les conditions pour que chaque curiste devienne acteur de sa santé et lutte contre idées reçues en matière de nutrition.

DÈS MARS 2017, DU NEUF

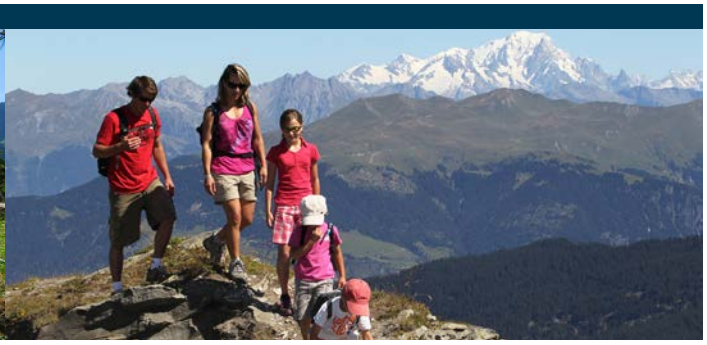
La plus grande piscine thermale antidouleurs de France

La piscine thermale de Salins-les-Thermes, c'est la plus grande piscine thermale antidouleurs de France. Elle vient de connaître une rénovation complète, intérieur et extérieur. C'est là que sont dispensés des cours d'aquagym toute la journée par des professionnels en extérieur ou en intérieur selon la météo. L'eau thermale de Salins-les-Thermes riche en sel et en soufre favorise la portance dans l'eau et soulage les articulations grippées et douloureuses. Après l'effort, le réconfort sur les transats à l'abri des regards et du vent. Une navette assure la liaison entre Brides-les-Bains et la piscine thermale.

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains camp de base outdoor au pied des 3 Vallées

BRIDES-LES-BAINS, LE VILLAGE OUVERT SUR TOUS LES PLAISIRS OUTDOOR



A pied, à VTT ou en vélo, sur l'eau ou dans les airs, Brides-les-Bains la destination de ceux qui veulent tout goûter

Brides-les-Bains : LE spot outdoor

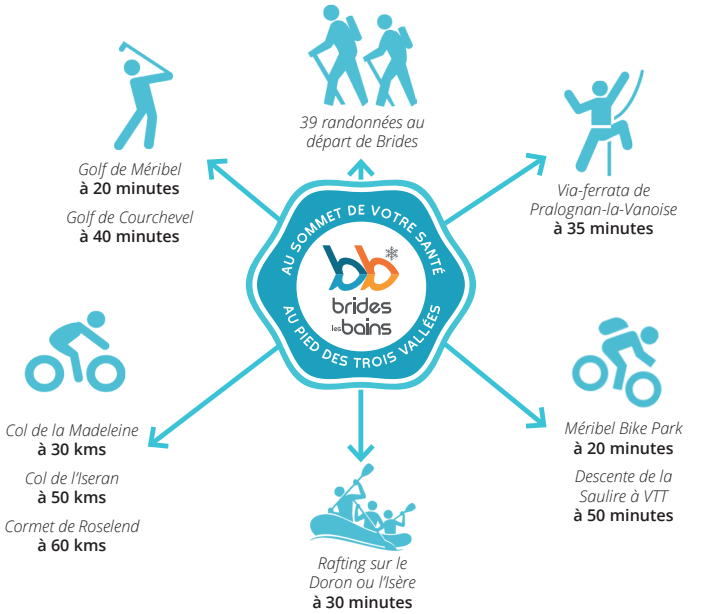
Brides-les-Bains, LE camp de base outdoor des 3 Vallées ? Démonstration.

D'abord estimer tous les possibles. Via ferrata à Pralognan-la-Vanoise, 35 mn. Vélo au col de la Madeleine, 1h. Golf de Méribel, 20 mn. Rafting sur le Doron ou l'Isère, 30 mn. Descente de la Saulire à VTT, 50 mn. Sa situation stratégique dans la vallée permet d'accéder rapidement à toutes les activités outdoor de montagne sans trajet interminable.

Ensuite regarder autour de soi. Brides-les-Bains est le paradis pour les randonneurs qui aiment les balades à la journée. Pas moins de 39 randonnées différentes au départ du village. En un séjour, impossible d'en faire le tour ! Après l'effort, le réconfort au Grand Spa Thermal avec ses pauses Spa à la demi-journée.

Evidemment mesurer le potentiel hébergement. Pour emmener sa tribu, réunir une bande d'amis dans un même hébergement, Brides retrouve son statut de village olympique des J.O. d'Albertville ! Plusieurs résidences avec espace bien-être, près d'une vingtaine d'hôtels avec pension diététique ou équilibrée... Brides offre une variété d'hébergements et de services satisfaisant toutes les envies et budgets. Avec des attentions particulières comme au Golf Hôtel 4* ou au Savoy Hôtel 3* où deux types de panier repas sont composés sur demande selon l'intensité de l'activité physique.

Saisir l'opportunité de s'initier à de nouvelles activités. Gym tonique ou douce ? Vino yoga ou sophrologie ? Avant ou après son activité outdoor on peut tester ces pratiques bien-être à son rythme. Une bonne façon de récupérer et de prendre soin de soi.



17 randos faciles accompagnées en montagne/mois d'une durée de trois heures. La promesse de coucher de soleil à Méribel, de jeux d'eau sous la Cascade des Poux à Courchevel ou ou d'initiation à la marche nordique à Bozel.
22 euros (avec transport).

39 circuits VTT
dans les 3 Vallées, de 2 à 35 kms, jusqu'à 2850m d'altitude, tous accessibles en navette depuis Brides-les-Bains. D'ailleurs, trois d'entre eux arrivent directement à Brides (depuis les Ménuires, Val Thorens, Méribel ou Courchevel).

AGENDA OUTDOOR

> **Chaque jour, deux balades gratuites accompagnées de 1h30 à 3h** organisées par l'Office de Tourisme.

> **22 et 23 avril**
Mont Vallon Challenge
1ère édition : un derby par équipe de 2 en ski et en VTT.

> **8 et 9 juillet**
3 Vallées Addict VTT
3 jours de mise en service des remontées mécaniques dans les stations des 3 Vallées. Samedi, vallée des Belleville et station des Menuires. Dimanche : le « 3 Vallées Rando Tour ».

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains camp de base outdoor au pied des 3 Vallées

LA MARCHE ? TOUT UN PROGRAMME À ADOPTER

Pas à pas, se remettre en route

A Brides-les-Bains, la marche est considérée comme une activité de santé et tout est fait pour inciter à mettre un pas devant l'autre ! L'activité physique la plus simple et la plus accessible se conjugue ici au pluriel. Thèmes, tempo, ambiance, durée, difficulté se déclinent à l'infini pour inciter les personnes à sortir, à retrouver le goût de bouger. Les montagnes des 3 Vallées et le parc de la Vanoise tout proches tendent leurs majestueuses pentes et offrent des panoramas somptueux. Chapelles baroques, bois classé, hameaux suspendus, four à pain traditionnel, cascade raffraîchissante multiplient les sensations et réveillent les sens. Céline, éducatrice sportive « activités physiques pour tous » pour l'Office de Tourisme, accompagne deux balades gratuites chaque jour. Elle n'a pas son pareil pour transformer les difficultés en plaisir. « *Mon premier objectif est de faire bouger les gens, de leur redonner goût à l'activité physique. Ce moment est aussi un espace de socialisation. Des groupes de niveau forment naturellement lors d'une balade. Les personnes parlent, créent des affinités… Souvent, les participants d'un même groupe choisissent leurs prochaines randos ensemble. J'aime cette partie humaine de mon métier* ».

39 itinéraires 2 balades/jour	quoi ?	qui ?	apprentissage ?
BALADE DOUCE	une balade courte (environ 3 km), facile car faible dénivelé. *durée : 2h - dénivelé : < 150m*	ceux qui veulent se remettre à la marche et prendre une bouffée d'air pur	trouver le bon rythme de marche tout en maîtrisant son souffle
RANDONNÉE REMISE EN FORME	une randonnée d'environ 4km avec quelques dénivelés *durée : 2h - dénivelé : 150 à 300m*	ceux qui ont besoin d'un coup de pouce pour intensifier leur pratique de la marche	surmonter les obstacles en douceur, en prenant son temps. Objectif : être fier d'avoir relevé le défi
RANDONNÉE TONIQUE	une randonnée intensive d'environ 5km, avec 30min de marche active sans pause. *durée : 2 à 3h - dénivelé : 240 à 400m*	les marcheurs réguliers qui veulent aller plus loin dans leur pratique en maîtrisant leur ryhtme cardiaque	gérer l'effort, à son rythme, en fonction de sa cadence maximum.

TECHNIQUES DE MARCHE : 3 ATELIERS POUR PROGRESSER

Marchons mieux !

Réveiller son ventre avant une descente ou une montée, rythmer son souffle sur ses pas en s'inspirant des techniques de marche afghane, rester en harmonie avec le sol. Céline, éducatrice sportive de l'Office de Tourisme, propose 3 ateliers thématiques pour s'approprier les bonnes techniques de marche. Pendant 30 minutes, elle combat les idées reçues et refait découvrir leur corps à ses élèves. « *Quand j'apprends aux participants à bien se positionner, à avoir de bons appuis durant une rando, ils se rendent rapidement compte qu'ils sollicitent davantage leurs abdominaux que leurs mollets. Un vrai plus pour des marcheurs en surpoids ne comprennant pas pourquoi leurs mollets sont musclés alors qu'ils n'arrivent pas à perdre du ventre !* ».

Atelier Marchons Mieux ! - mardi de 13h à 13h30 - 6 euros
3 thèmes : « Relief » (bien utiliser son corps en descente et montée), « Garder son souffle » (techniques de marche afghane), « Forme, force et souplesse » (s'ancrer et s'affiner avec la marche).

UN GUIDE DES BALADES ET RANDONNÉES

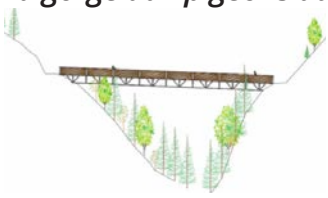
Sélection de 22 itinéraires balisés

L'Office de Tourisme édite un guide des balades et randonnées autour de Brides-les-Bains (5€ en vente sur place). Il comprend 22 itinéraires balisés, un topo-guide pour chaque balade avec carte. Les parcours débutent pour l'essentiel au centre du village et sont classés selon quatre critères en lien avec les dénivelés : découverte, bien-être, énergie et confirmé. Les randonnées de 2 à 8 heures cheminent entre ubac et adret, vont à la rencontre de hameaux haut perchés, d'oratoires, pressoir, traversent des forêts patrimoniales, offrent de beaux spécimens de l'architecture savoyarde, voisine des vignes…

Le saviez-vous ? Les personnes en séjour dans les hôtels de Brides-les-Bains peuvent demander des **paniers repas diététiques** la veille de leur randonnée. Au Golf**** on adapte son contenu à l'effort envisagé. A l'Amélie*** il est confectionné en fonction des envies ou habitudes alimentaires : poisson, viande blanche ou végétarien…

NOUVEAUTÉ 2017

La gorge aux pigeons aura sa passerelle



Elle est longue de 33 mètres et est suspendue à 17 mètres au-dessus du ravin. La construction de cette passerelle permet la réouverture en mai 2017 d'une des plus pittoresques balades autour de Brides-les-Bains : la Gorge aux pigeons. Il s'agit d'une jolie boucle qui chemine en balcon au-dessus du village et multiplie les perspectives. Faible en dénivelée (250m), baignée de lumière, elle se renouvelle en rajoutant du piment sur son parcours avec cet ouvrage d'art réalisé par la collectivité.

ET AUSSI

• **On prend le frais avec la balade Bois de Cythère (2h).** C'est le seul bois classé de Savoie. Il doit ce classement de « monument naturel alpin » à cette symbiose associant roche, eau et végétation.

• **Avant de partir en balade ou en chemin, on fait le plein d'eau.** La collectivité a réhabilité sept bassins dont cinq en eau potable. Arrivé à la chapelle de la Saulce intégralement restaurée avec son magnifique retable surmonté de torchères et d'angelots en bois polychrome ou en direction de Bozel, on se désaltère au bassin Placette. Sur le sentier de la Gorge aux pigeons on se rafraîchit au hameau de Fontaine et vers les Allues à la fontaine du vieux Brides…

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains camp de base outdoor au pied des 3 Vallées

CYCLOTOURISME

Col de l'Iseran, col de la Madeleine, Cormet de Roselend

Brides-les-Bains se révèle le camp de base idéal pour accrocher trois cols mythiques des Alpes à son manche. Hôtels et résidences du village multiplient les attentions pour accueillir les groupes de cyclos. Ici on prépare le petit-déjeuner dès 6h, là on confectionne les paniers repas sur-mesure. Certains mettent à disposition des espace sécurisés pour les vélos. Des piscines chauffées à 26° en plein-air les attendent après l'effort…

Col de l'Iseran (2764 m)
Départ : Brides-les-Bains – Bourg St Maurice – Val d'Isère – Col de l'Iseran
Distance : 85 km
Brides – Bourg : 37 km , 230 m
Bourg – Col de l'Iseran : 48.00 km, 1955 m

Un classique, célèbre par son franchissement à 2770 m. Le col de l'Iseran est le col routier le plus élevé d'Europe. La route qui le traverse, reliant les vallées de la Maurienne et de la Tarentaise, est fermée l'hiver et imbriquée au milieu des pistes de ski de Val d'Isère. Construite durant l'Entre-deux-guerres, elle est devenue un haut lieu du Tour de France cycliste. Le col de l'Iseran fait partie du parc national de la Vanoise. Le col de l'Iseran a été franchi au total à 7 reprises par le Tour de France, dont 5 depuis 1947. Il est classé hors catégorie depuis 1992.

Cormet de Roselend (1968m)
Départ : Brides-les-Bains - Bourg St Maurice - Beaufort - Brides-les-Bains
Dénivelé : 1154m -1227m
Distance : 19.3 km – 20.3 km
Brides – Bourg : 37 km , 230 m
Bourg – Cormet de Roseland : 19.30 km, 1154 m
Cormet de Roseland – Beaufort : 20.3km, 1227m
Beaufort - Brides : 51 km, 160m

Le Cormet de Roselend se trouve sur la Route des Grandes Alpes et domine le lac de Roselend et son barrage. Du haut de ses 1968m d'altitude c'est un des plus beaux cols alpins (cormet voudrait dire col en patois beaufortin). Il se situe dans le massif du Beaufortain et relie Beaufort (vallée du Doron) à Bourg Saint Maurice (vallée de la Tarentaise). De belles vues, une route en parfait état des légers replats après les passages pentus notamment dans la forêt. Une ascension qui démarre dans la vallée des Chapieux et se termine dans les alpages. Le Cormet de Roselend a été franchi au total à 10 reprises par le Tour de France. Il est classé en 1ère catégorie.

Col de la Madeleine (1993m)
Départ : Brides-les-Bains – Aigueblanche – Col de la Madeleine
Dénivelée : 1413 m
Distance : 37 km
Brides – Aigueblanche : 9 km, -120m
Aigueblanche - Col de la Madeleine : 28 km, 1533m

Autre grand classique du Tour de France, le col de la Madeleine culmine à 1 993 mètres d'altitude entre les vallées de la Tarentaise et de la Maurienne. Son sommet offre un panorama superbe sur le Mont Blanc et le massif de la Lauzière. Le col de la Madeleine est un col relativement difficile à grimper. Le versant Nord, depuis Aigueblanche, est plus long que depuis la Chambre, mais la pente nettement plus faible avec des passages permettant de reprendre son souffle dont 3 kilomètres de descente à mi parcours. Le col de la Madeleine a été franchi au total à 25 reprises par le Tour de France. Il a été classé hors catégorie lors de ses 12 derniers passages.

A BRIDES ON CHOUCHOUTE LES CYCLISTES

Plusieur hôtels de Brides-les-Bains soignent les groupes de deux-roues. Mercure-Grand Hôtel des Thermes****, Le Golf Hôtel****, hôtel Amélie***, hôtel Athéna***, hôtel Les Chalets***, hôtel Le Verseau*** mettent à disposition :
- un espace fermé pour garer les vélos en sécurité,
- un espace et du matériel pour les entretenir,
- des menus adaptés aux sportifs avec possibilité de paniers repas,
- des petits-déjeuners servis tôt à partir de 6 heures…

Les + bien-être et récupération : l'hôtel Athéna come le Golf Hôtel disposent d'un sauna, hammam et jacuzzi. L'hôtel Le Verseau a sa piscine chauffée à 26°. L'hôtel Amélie a une piscine extérieure. L'hôtel Les Chalets bénéficie d'une piscine extérieure et sauna, hammam et jacuzzi. Le Mercure Grand Hôtel des Thermes offre piscines (extérieure et intérieure), sauna, hammam et jacuzzi via son espace-détente SPA Cinq Mondes. Là, comme à l'hôtel les Chalets, on peut réserver un massage avec supplément.

• **L'hôtel-restaurant Le Verseau*** (40 chambres avec balcon).**
Nouveauté 2017 : **location de deux VTT électriques** à grande autonomie, possibilité de réserver d'autres VTT sur réservation préalable. De mai à octobre. 35€ demi-journée, 60€ la journée

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains camp de base outdoor au pied des 3 Vallées

VTT - VTT DE DESCENTE

Bike park Méribel

Installé sur le domaine de Méribel en descendant jusqu'à Brides-les-Bains, le Méribel Bike Park offre des parcours pour tous niveaux...

Bike Park
9 Pistes de DESCENTE (DH) (1 verte, 3 bleues, 3 rouges et 2 noires), soit 34 km de descente pure, dont 1 nouvelle piste !
10 Itinéraires ENDURO (1 vert, 2 bleus, 3 rouges et 4 noirs), soit 104 km d'itinéraire facilement accessible avec les remontées mécaniques, dont 1 nouvel itinéraire !
4 Itinéraires CROSS-COUNTRY (XC) (1 vert, 1 bleu, 1 rouge et 1 noir), dont 1 nouveau circuit !
1 Itinéraire spécial VAE (VTT à Assistance Electrique).
2 remontées mécaniques, 24 pistes, 4 bike patrollers et 3 bike washes

5 fois par jour, on peut s'offrir la descente la plus vertigineuse des 3 Vallées aux 2000m de dénivelée ! Au départ de Brides-les-Bains, une navette avec remorque pour 20 VTT, assure la liaison vers Méribel-La Chaudanne. S'offrent alors 19,7 km de sentiers et un panorama à couper le souffle.

Des itinéraires tous niveaux

BLUE LINE : la facile
Une piste bleue avec vue sur le Mont Blanc !

Dénivelé : -590m.
Longueur : 5,9 km.
Départ : Sommet du Télésiège de Tougnète 2.
Arrivée : Intermédiaire Tougnète.

Pour continuer l'aventure :
Possibilité de continuer sur 5,5 km en prenant la piste verte qui descend jusqu'à Mottaret et prendre la piste de ski « la truite » qui permet un retour à la Chaudanne. Dénivelé : -555m

FOREST JUMP : la difficile
Un parcours ultra-technique, en pleine forêt, avec de nombreux sauts en variante. Une piste aussi idéale pour l'entraînement des compétiteurs.

Dénivelé : -420m.
Longueur : 2,3km.
Départ : Sommet de la Télécabine de Tougnète 1 (Arpasson), Méribel.
Arrivée : La Chaudanne

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains camp de base outdoor au pied des 3 Vallées

GOLF

Méribel ou Couchevel, le choix des puts !

Méribel et Courchevel, deux des plus beaux golfs de montagne sont situés à moins de 20 kms de Brides. Sur les parcours comme dans les practices, la promesse de vues imprenables sur les massifs des 3 Vallées !

Méribel
Ouvert du 01/06 au 01/11
04 79 00 52 67
http://www.golf-meribel.com

Le parcours 18 trous de Méribel serpente le long des pentes boisées dominées par la Dent de Burgin, montagne mythique de la Vallée, longeant l'Altiport depuis les Rhodos jusqu'à Chantemouche, sur plus de 250m de dénivelée. De nombreux golfeurs, amateurs comme professionnels, s'accordent pour le qualifier de l'un des plus beaux golfs des Alpes. Parcours de 5 538 mètres et par 71.

L'Ecole de Golf Français organise des stages de golf à Méribel. Débutant ou à la recherche de perfectionnement, enfant, adulte ou sénior, chacun trouvera le stage qui lui convient ! Durée des stages de 1 à 5 jours, à raison de 2 à 5 heures par jour. http://www.egf.fr

Courchevel
Ouvert de fin Juin à Octobre et permet de se classer jusqu'à 26,5 d'index avec un slope de 113. Par 27
http://www.golfdecourchevel.com
04 79 08 17 00
info@golfdecourchevel.com

Sur plus de 1200m, le Golf de Courchevel et ses 9 trous sont dessinés dans un paysage de montagne riche en faune et flore alpine. C'est un terrain technique et unique qui offre un véritable défi au jeu.

RAFTING

Sur la piste de deux rivières à fort tempérament

Deux rivières d'exception s'offrent aux amateurs de sports d'eau. L'Isère, classée III avec passages en IV, est considérée comme l'une des plus belles rivières des Alpes. A partager avec sa tribu : les fameux rapides d'Aime comme la salle à manger, la machine à couper le jambon, le dessert... sans oublier les magnifiques gorges de Centron et le pont romain. De son côté, Le Doron, impétueux torrent qui traverse Brides-les-Bains, est l'un des parcours de rafting, les plus réputés en France. Son parcours sinueux entre falaises et la forêt, est classé IV avec franchissement de rapides de classes III-IV-V.

L'Isère est accessible à partir de 8 ans pour le parcours découverte et à partir de 12 ans pour les autres descentes rafting. Le Doron est accessible à partir de 14 ans. La descente en rafting est conduite par un guide diplômé d'état. Les deux sites de pratique se trouvent à 25 mn de Brides en voiture.

AN Rafting
Pionnier du rafting en France depuis 1984. Spécialiste des activités d'eau vive (rafting, hydrospeed et canoë raft) sur la Haute Isère. Equipement inclus.
Ouvert tous les jours, de Mai à Octobre
• Descente Rafting des Gorges (7 km) dès 8 ans.
• Descente Rafting Classique (16 km) dès 12 ans.
• Descente rafting intégrale (23 km) dès 12 ans.
• Combiné Raft + Hydrospeed (ou Canoë Raft)
• Initiation Hydrospeed / Canoë Raft (7 km) partir de 14 ans.
A partir de 46 €
04 79 09 72 79
http://an-rafting.com/
savoie@an-rafting.com

H20 Rafting
Le Centre H2o est implanté sur les bords de la rivière de référence des sports d'eaux-vives en France. La Haute-Isère garantit des niveaux d'eau idéaux tous les ans du 1er mai au 30 septembre.
Rafting, Canyoning, Hydrospeed, Stand Up Paddle. Equipement inclus.
• Descente du Doron
Minimum d'âge 14 ans
Une descente = 50€
Deux descentes = 70€
• Descente combiné (Isère /Doron) avec pause pique-nique = 106€
http://www.h2o-rafting.com/
info@h2osports.fr

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains, le village où se retrouver

BRIDES-LES-BAINS, LE VILLAGE OÙ ON AIME SE RETROUVER

Brides-les-Bains : le village où tout est permis

À Brides-les-Bains, on se retrouve, on se ressource, on se recharge. Dans ce village cocoon, tout est fait pour reconnecter corps et esprit à 600m d'altitude, au pied des 3 Vallées.

D'abord, les quatre festivals de mai à octobre. Ils sont prétextes à découvrir la cuisine équilibrée aux côtés de professionnels, mais aussi à rire, à écouter du jazz au clair de lune ou à conjuguer spa et cinéma.

Après, souffler au large. Les hébergements de Brides-les-Bains promettent dépaysement et voyage dans le temps ou l'espace. Ambiance chalet de montagne ou art déco, esprit scandinave ou baroque chic, le tout de une à quatre étoiles. Et pour embarquer sa tribu, les résidences toutes équipées avec piscine et espaces bien-être.

Évidemment, changer de rythme. Après une journée au spa ou en montagne, direction le cinéma Le Doron. Chaque jour, 4 séances sont programmées, avec au minimum deux nouveaux films à l'affiche. Fait rare pour un village de moins de 600 habitants !

Le soir, tenue correcte exigée. On troque ses chaussures de rando ou son peignoir pour tenter sa chance aux machines à sous ou au blackjack au Casino, le seul de Tarentaise. Il promet de folles soirées qui débutent avec before à l'Héliantis, son restaurant Lounge bar et after au sous-sol, à la discothèque.

4 fois par an, c'est la fête au village ! Des animations sont proposées dans les différents spots de la station.

> 14 mai 2017
Fête de Fontaine
au hameau de Fontaine : musique, chants folkloriques, jeux, bal...

> 30 juillet
Fête du Parc
Une journée dédiée au parc thermal de Brides avec concours de pétanque, jeux et bal

> 20 août
La Bridiévale
Une journée placée sous les couleurs médiévales.

> 17 septembre
Fête de la Saulce
Au hameau de la Saulce, suspendu au dessus de Brides-les-Bains.

AGENDA BRIDES 2017

> 18 au 20 mai
Festival Brides fait sa comédie
3 jours d'humour avec le meilleur du café-théâtre parisien. Invité d'honneur 2017 : Mathieu Madenian.

> 16 au 18 juin
Festival « Equilibre et Gourmandise »
Thème 2017 : « libérer ses 5 sens ». 4 jours autour du manger bon, sain et équilibré. Ateliers, démonstrations, concours avec les chefs diététiques de Brides-les-Bains et leurs invités.

> 6 au 9 juillet
Festival Ça Jazz à Brides
4 jours de concerts gratuits dans le parc thermal de Brides-les-Bains.

> 5 au 9 octobre
Festival du Film francophone d'Angoulême via Brides-les-Bains
4 jours d'avant-premières cinéma concoctées par Dominique Besnehard.

1200 lits

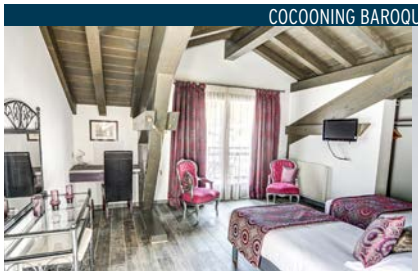
disponibles à la réservation dans les 15 hôtels de Brides-les-Bains (1 à 4 étoiles). 9 hôtels offrent l'accès à une piscine intérieure ou extérieure et 8 disposent d'un espace bien-être (hammam, sauna ou spa).

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains, le village où se retrouver

Quelle ambiance pour se retrouver, réunir sa tribu ou s'offrir un séjour thermal ou sportif-actif ? Chalet de montagne ou art déco, esprit scandinave ou baroque chic ? Résidence toute équipée avec piscine ? À Brides, l'hébergement avec cuisine diététique participe au dépaysement et colore son séjour bien-être et/ou outdoor.

COCOONING BAROQUE



chef Jean-Pascal Laugier

*Hôtel Altis Val Vert****

Chaque chambre est personnalisée par un savant mélange de bois, métal et mobilier baroque. L'hôtel totalement rénové en 2014 propose désormais deux suites. Un véritable petit bijou 3*** tenu par une famille qui a une vraie culture du ski et de l'outdoor. Piscine extérieure. Nouveauté 2017 : un bar extérieur !

Chambre double avec petit-déjeuner à partir de 75 euros
altisvalvert.com

SCANDINAVE CHIC

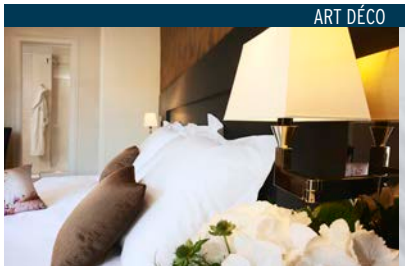
chef Thierry Giannini

*Mercure Grand Hôtel des Thermes****

Avec 100 chambres, c'est le plus grand hôtel de Brides. Il souffle un air scandinave sur ses chambres spacieuses toutes rénovées avec goût. Mobilier blanc et bois, tons doux invitent au lâcher-prise. Piscines intérieure et extérieure et spa Cinq Mondes.

Chambre double avec petit-déjeuner à partir de 116 euros
Chambre double demi-pension à partir de 146 euros/pers.
gdhotel-brides.com

ART DÉCO



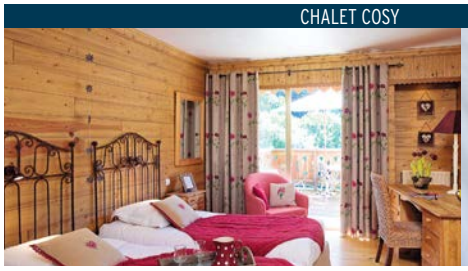
chef Sébastien Roux

*Golf Hôtel****

Cet hôtel élégant surplombe le village de Brides-les-Bains avec une vue imprenable sur le Grand Bec. Construit dans les années 20, il offre un superbe témoignage de l'Art Nouveau. Les chambres spacieuses, dont l'essentiel récemment rénovées, conjuguent architecture Art Déco et ambiance contemporaine. Certaines disposent de balcons orientés sud-est pour une vue superbe sur le massif de la Vanoise. Après une journée à bouger, on récupère au hammam ou jacuzzi. Un moment de pur plaisir !

Chambre double avec petit-déjeuner à partir de 87 euros
Chambre double demi-pension à partir de 82 euros/pers.
golf-hotel-brides.com

CHALET COSY



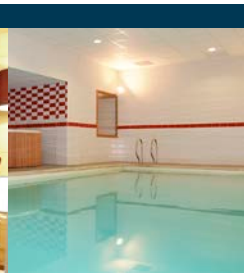
chef Emmanuel Hudry

*Hôtel Les Bains****

33 chambres rénovées qui conjuguent pierre, bois blond et douces étoffes. On cocoonne dans un chalet de montagne dès l'entrée, avec le petit salon et sa cheminée en pierre, ses tables dressées de nappes vichy. On apprécie aussi l'espace bien-être avec hammam et saunas (dont un infrarouge antifatigue).

Chambre double avec petit-déjeuner à partir de 55 euros
Chambre double demi-pension à partir de 67 euros/pers.
hotelbrideslesbains.com

AUBERGE ESPAGNOLE



Résidence Cybèle

Entre amis, louer un appartement reste LA solution. La résidence Cybèle propose 132 appartements cosy pour 4, 6 ou 8 personnes. Bien-sûr, après l'effort, on se détend dans le jacuzzi géant, au sauna (une séance offerte par semaine) ou dans la piscine couverte chauffée.

Appartement 4 personnes à partir de 59 euros/pers/4j-3 nuits
Appartement 8 personnes à partir de 34 euros/pers/4j-3 nuits

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains, le village où se retrouver

De mai à octobre, quatre événements organisés par la station dopent le moral et musclent le séjour ! L'occasion d'apprendre avec des professionnels, de rire, danser… pour se reconnecter avec soi-même.

RIRE DU 18 AU 20 MAI

Festival Brides fait sa comédie

Gare aux zygomatiques avec la 11e édition du Festival Brides fait sa comédie ! **Au total, 3 soirées pour un séjour délirant.** L'occasion de découvrir des jeunes talents de café-théâtres parisiens. Le festival s'ouvre avec le Big Show, un concours live durant lequel 6 jeunes artistes s'affrontent à coups d'humour. Le public désignera son chouchou. Le lendemain, Yann Guillarme présentera son tout nouveau spectacle. L'acolyte d'Anne Roumanoff sur Europe 1 campera une série de personnages excessifs… mais tellement drôles ! **L'autre star du rire présent à Brides sera Mathieu Madenian, invité d'honneur.** Entre autodérision et critique de la société actuelle, l'humoriste prouve que l'on peut rire de tout dans son nouveau spectacle « En Etat d'urgence ». *Tarif : 12 à 27 euros selon les soirées. Pass 3 soirées : 50 euros.*

CUISINER DU 16 AU 18 JUIN

Festival Equilibre et Gourmandise

11 chefs diététiques au menu, des rendez-vous gourmands du petit-déjeuner au dîner, des ateliers culinaires où l'on met la main à la pâte, des recettes à partager, deux soirées festives et culturelles pour nourrir sa tête… **Le Festival Equilibre et Gourmandise de Brides-les-Bains des 16, 17 et 18 juin témoigne de tout le savoir-faire et savoir-vivre du village pour trouver l'équilibre**. Ici on maigrit sans restriction, ni frustration et on se réconcilie en douceur avec l'alimentation comme avec son corps. **Cette 18e édition veut réveiller nos 5 sens.** Sentir les odeurs, détecter les saveurs, toucher les matières, décrire les couleurs, analyser les sons… Les sens demandent attentions et entraînement pour exalter leur pouvoir. Or, dans nos vies hyper sollicitées et toujours plus virtuelles, ils se standardisent et s'étiolent. Ils n'ont plus le temps d'entrer en connexion les uns avec les autres. Le répertoire s'appauvrit et contribue entre autres à la malbouffe. **Chefs de cuisine et diététiciens rivalisent d'astuces et de recettes pour remettre les cinq sens au centre de l'assiette** et faire du repas un moment pour soi à partager avec les autres.

SWINGUER DU 6 AU 9 JUILLET

Festival Ça jazz à Brides

Jazz, blues… **Durant 4 jours, une dizaine de concerts gratuits se succèdent dans le parc thermal de Brides-les-Bains**, à toute heure de la journée. Sans oublier une exposition photos et une programmation cinéma retraçant l'histoire du Jazz. En amont de Ça Jazz à Brides, une Master Class est organisée. Encadrée par trois musiciens professionnels d'Auvergne-Rhône-Alpes, ce stage offre 18 heures de cours sur trois jours avec, en prime, un concert en ouverture du festival le vendredi. *Tarif : 220 euros*

FAIRE LE PLEIN D'AVANT-PREMIÈRES DU 5 AU 8 OCTOBRE

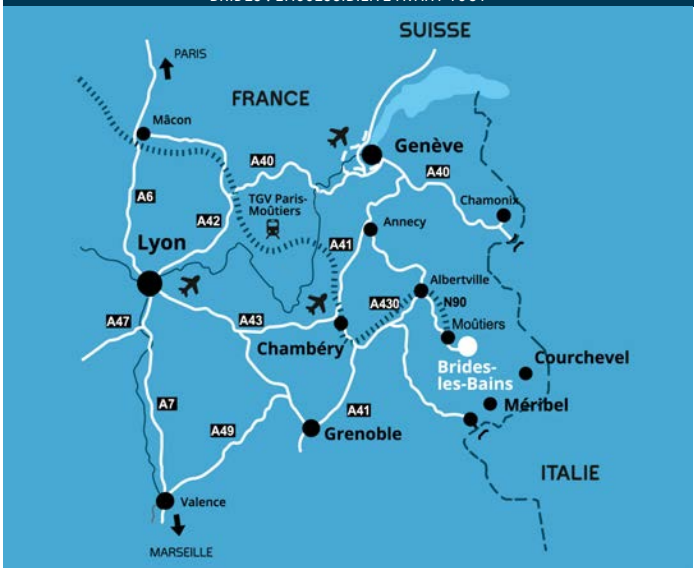
Festival du film francophone d'Angoulême via Brides

Pour la quatrième année consécutive, la station thermale accueillera dans une ambiance bon enfant **les équipes d'une dizaine de films en avant-premières françaises**. Certains d'entre eux auront été primés à Angoulême, fin août. Dominique Besnehard, fidèle de Brides, est le grand instigateur de cet événement. Chaque jour, on monte les marches en compagnie des acteurs, réalisateurs et producteurs. A 5 euros la séance, on peut s'offrir une cure revigorante… de cinéma !

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com

Brides-les-Bains, le village où se retrouver

BRIDES : L'ACCESSIBILITÉ AVANT TOUT



JOUER

Le seul casino des 3 Vallées

35 machines à sous, roulette russe, Blackjack... Le Casino de Brides-les-Bains, le seul de Tarentaise, est l'endroit incontournable des vacanciers des 3 Vallées. Il promet des soirées endiablées qui débutent à l'Héliantis, son restaurant Lounge bar à la cuisine traditionnelle savoyarde. Pour prolonger la soirée, rendez-vous au sous-sol à la discothèque.

Ouvert 7j/7j de 19h30 à 2h. casino3vallees.com

(RE)DÉCOUVRIR DES FILMS

Cinéma : 2 nouveaux films chaque jour

Chaque jour, le cinéma Le Doron de Brides propose 4 séances et met au minimum deux nouveaux films à l'affiche. La programmation mixe nouveautés et films de rattrapage. ***« Le temps de cure ou des vacances est souvent une opportunité de renouer avec le cinéma, explique Line Davoine, la présidente du réseau Cinéalpes. C'est pourquoi on permet aux visiteurs de Brides de voir les films qu'ils ont peut-être ratés dans leur ville ».***

Le cinéma Le Doron, fait partie du réseau Cinéalpes qui fédère une quinzaine de villes moyennes soit 110 écrans. Les copies tournent chaque semaine de villes en villes, renouvelant les affiches. Jusqu'à son décès en 2011, à l'âge de 81 ans, Gérard Davoine, le fondateur de Cinéalpes vient chaque jour dans ses bureaux de Lyon. Sa fille, Line, qui a travaillé avec lui et qui est aujourd'hui présidente du groupe raconte : ***« Il n'est quasiment jamais allé au cinéma mais il était imbattable sur la carrière d'un film ! ».***

BRIDES GOURMET

Déjeuner chez un chef étoilé à tarif négocié

A Brides, on sait négocier les bons plans et transformer le rêve en réalité. En juillet et en août, les estivants au palais curieux peuvent vivre une expérience gastronomique inoubliable dans deux restaurants étoilés au Guide Michelin des 3 vallées partenaires de l'Office de Tourisme de Brides-les-Bains.

Au menu :

· *Le Chabichou à Courchevel* (2 étoiles Michelin) où on savoure la cuisine élégante et raffinée de Michel Rochedy et Stéphane Buron.
www.chabichou-courchevel.com

· *Le Farçon à La Tania* (1 étoile Michelin) où Julien Machet libère sa créativité à travers des recettes subtiles et inventives.
www.lefarcon.fr

Le concept

Pour 45€/pers, un menu comprenant une entrée, un plat et un dessert.

Cette offre est exclusivement disponible pour le déjeuner - à réserver auprès de l'Office de Tourisme de Brides-les-Bains, au plus tard 48h à l'avance.

Contact presse : Marie-Claude Prévitali, Karim Hachim, Fabien Dominguez
tél. 33(0)4 76 86 84 00 - port. 33(0)6 08 98 74 13
contact@mediaconseilpresse.com - photos HD sur mediaconseilpresse.com