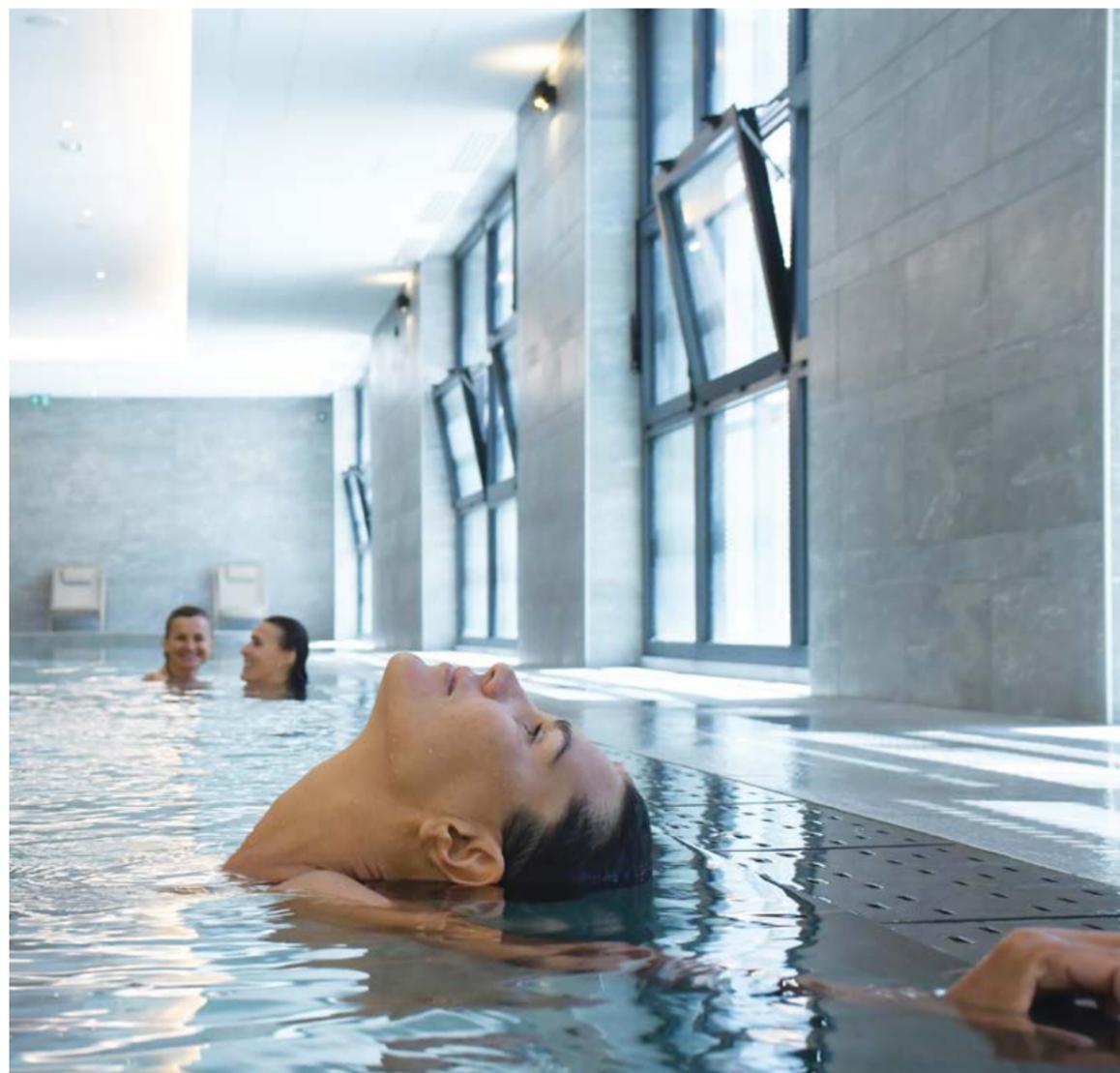


Brides-les-Bains source des 3 Vallées



04. Localisation



06-09. Thermalisme



10-17. Bien être, santé et remise en forme



28. Cyclo et VTT



18-27. Retour au sport d'extérieur



29-33. Festival et événements



34-37. Gastronomie et diététique



38-41. Patrimoine et culture



42. Hébergement



43-47. Offres / Package



48-53. Insolite

Localisation



Brides-les-Bains est un charmant village savoyard au cœur de la vallée de la Tarentaise, idéalement situé au pied des 3 Vallées, la station allie ski en hiver et thermalisme en été. C'est un véritable camp de base **4 saisons** où sport et santé vont de pair ! Profitez de la douceur du printemps, de la chaleur de l'été, des belles couleurs de l'automne.

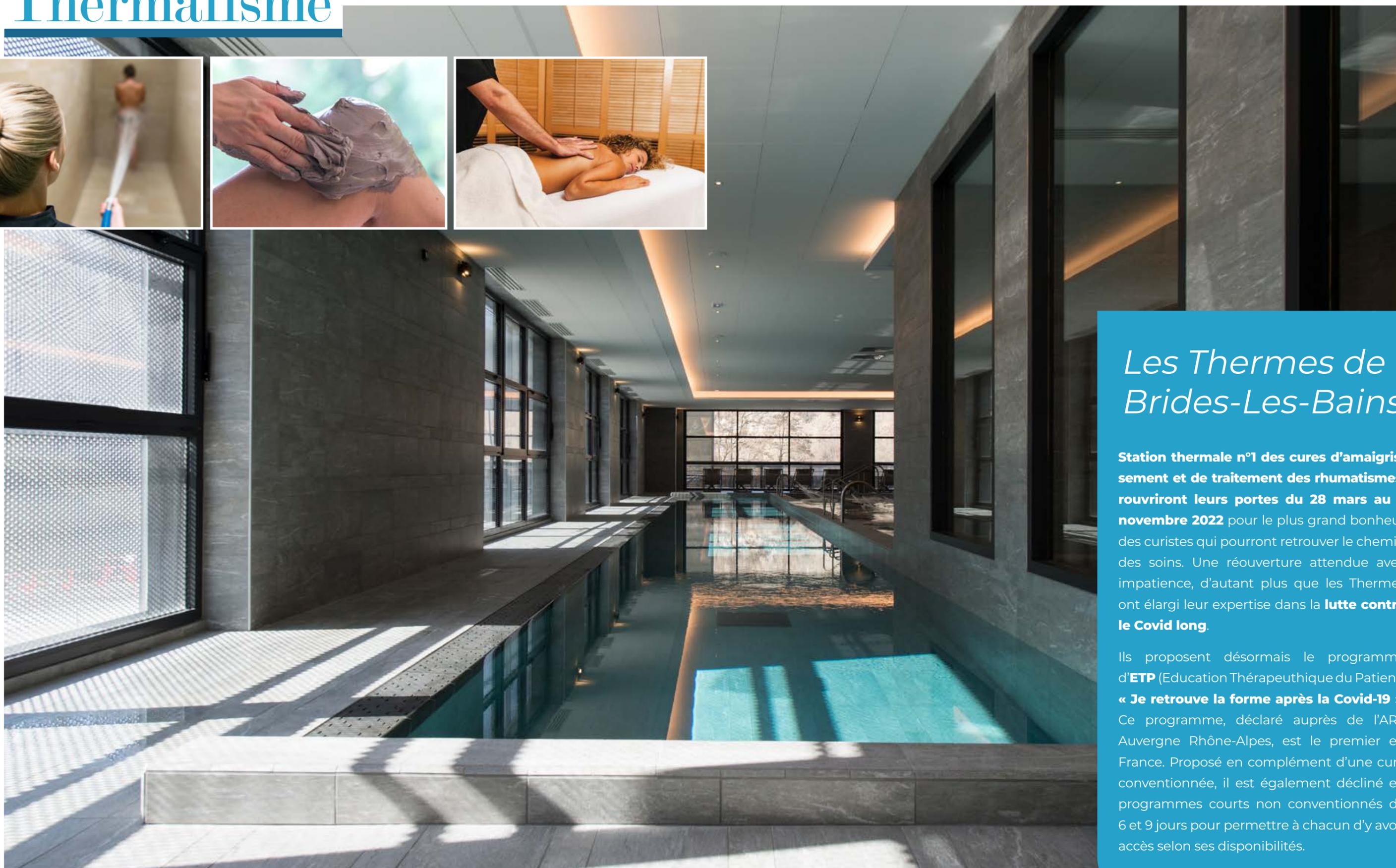
Du côté de l'histoire, c'est au XIX^e siècle que quelques notables savoyards prennent connaissance de la puissance de ses eaux et de ses bienfaits sur le corps. Au fil des ans et entouré par les meilleurs médecins et spécialistes du thermalisme, Brides-les-Bains va petit à petit construire sa réputation autour de **ses thermes** pour devenir aujourd'hui la première station thermale de France spécialisée dans les cures d'amincissement et de rhumatologie. Véritable référence en la matière, Brides-les-Bains se renouvelle chaque année et propose à ses curistes et visiteurs une découverte santé et sport à l'année.

En mariant ces thématiques à la dynamique du village, c'est un combo 100% **remise en forme** et **détente** qui est proposé aux visiteurs du monde entier ou aux locaux venus prendre l'air le temps d'un week-end.



Cet été, profitez des températures agréables pour entamer **l'ascension des cols mythiques** des 3 Vallées comme le Col de la Madeleine, le Col de la Loze ou encore le Col de l'Iseran. Depuis Brides-les-Bains, profitez d'un accès facile sur la vallée de la Haute Tarentaise, de Aime à Bourg-Saint-Maurice, en passant par Bonneval-sur-Arc, le temps d'une escapade pittoresque au cœur des montagnes savoyardes. Partez à la découverte **des lacs** de la Rosière ou de Tueda. **Explorez la nature à pied ou en vélo** sur le chemin de Bozel, le sentier de la gorge aux Pigeons, ou encore le chemin qui mène aux Allues.

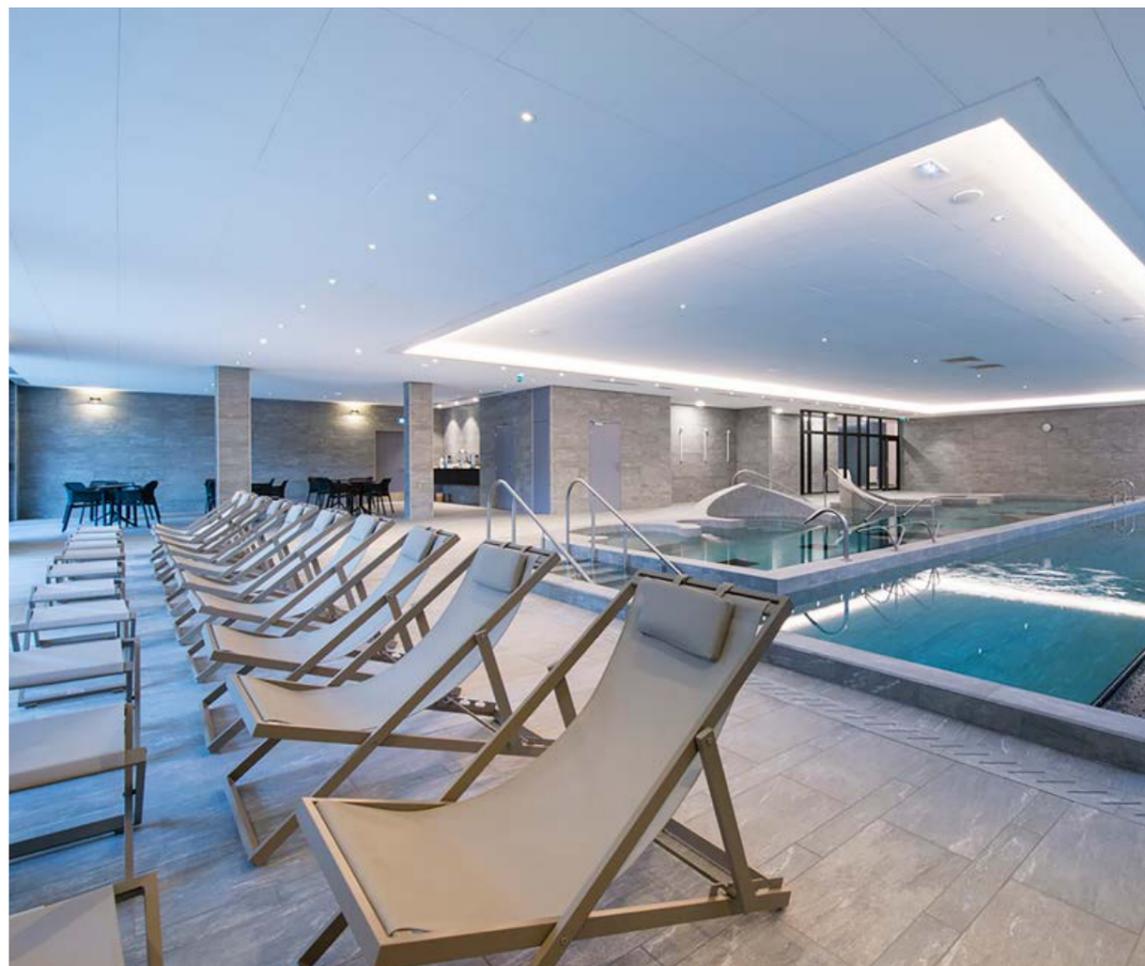
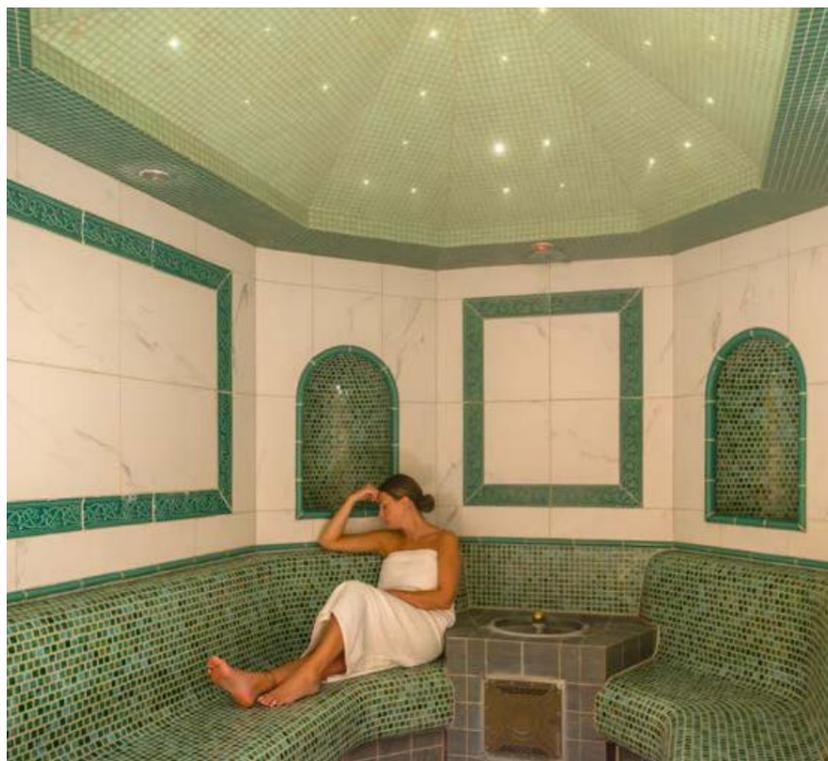
Thermalisme



Les Thermes de Brides-Les-Bains

Station thermale n°1 des cures d'amaigrissement et de traitement des rhumatismes, rouvriront leurs portes du 28 mars au 5 novembre 2022 pour le plus grand bonheur des curistes qui pourront retrouver le chemin des soins. Une réouverture attendue avec impatience, d'autant plus que les Thermes ont élargi leur expertise dans la **lutte contre le Covid long**.

Ils proposent désormais le programme d'**ETP** (Education Thérapeutique du Patient) **« Je retrouve la forme après la Covid-19 »**. Ce programme, déclaré auprès de l'ARS Auvergne Rhône-Alpes, est le premier en France. Proposé en complément d'une cure conventionnée, il est également décliné en programmes courts non conventionnés de 6 et 9 jours pour permettre à chacun d'y avoir accès selon ses disponibilités.



Lutter contre les symptômes liés au Covid long

Après la Covid-19, certains symptômes peuvent persister, entraînant des difficultés à retrouver ses capacités physiques et psychiques.

Grâce au **programme d'ETP** (Education Thérapeutique du Patient) « **Je retrouve la forme après la Covid-19** », chaque curiste a accès à une approche personnalisée de son syndrome au travers d'un programme de 9 jours complémentaires à la cure thermale conventionnée (programme à la charge du curiste).

Ce dernier implique **une équipe pluridisciplinaire formée à l'éducation thérapeutique du patient** : éducateurs sportifs, diététiciens, infirmières. Il a été élaboré avec la participation du **Dr Claire Cracowski**, pneumologue au CHU de Grenoble.

Il intègre à la fois une reprise en douceur et progressive de l'activité physique et des ateliers aux choix spécifiques à certains symptômes de Covid long : troubles digestifs, perte ou déformation du goût et de l'odorat, fonte musculaire due à une immobilité et un déséquilibre de l'alimentation, fatigue et douleurs chroniques, anxiété.

Parallèlement, les **programmes courts Post-Covid 6 et 9 jours**, permettent aux patients n'ayant pas 18 jours à consacrer à une cure, de retrouver leur forme et leurs capacités au quotidien.

Traiter le surpoids

Avec la **cure thermale conventionnée de 18 jours**, vous avez le temps de faire l'apprentissage d'un nouveau mode de vie et d'en mesurer les résultats physiques et psychologiques.

Les Thermes de Brides-les-Bains vous proposent également des programmes complémentaires et des programmes d'ETP adaptés à votre pathologie.

Soigner les rhumatismes

Soulager les douleurs articulaires, **améliorer** la mobilité **réduire** la consommation de médicaments, voilà les objectifs de la cure thermale rhumatologie des Thermes de Brides-les-Bains. La quasi-totalité des soins et activités se déroule dans l'établissement thermal de Brides-les-Bains, rendant le parcours de soins confortable et serein grâce aux nombreux équipements et infrastructures de qualité.

Bien être et santé

L'ADN de Brides-les-Bains

Il a toujours été le bien être et la santé de ses curistes aussi bien que des vacanciers venus pour profiter des bienfaits de son eau thermale et la beauté de ses paysages.

Cet été encore, Brides-les-Bains organise **plus de 30 h d'activités sportives gratuites** pour tous ainsi que **36 h payantes chaque semaine**. Les vacanciers et curistes peuvent également profiter de plus de **6 h d'animations** comme la belote, le tarot sans oublier la pétanque ! Les mordus du dancefloor pourront se trémousser lors des bals dansants et se perfectionner avec des cours de danse. Enfin, ceux **en quête de nature** peuvent se déconnecter en arpentant **les sentiers des 2 excursions à Chambéry et Annecy**.

À Brides-les-Bains, on prend soin de vous !

30h
par semaine
d'activités sportives
gratuites

36h
par semaine
d'activités payantes

6h
par semaine
d'animations

2
sentiers d'excursions :
Chambéry et Annecy



● INITIATION PILATES

Le Pilates est une gymnastique douce qui allie une respiration profonde avec des exercices physiques.

La méthode consiste donc à rectifier les mauvaises postures, restituer la vitalité physique et stimuler l'esprit et l'élève. La base posturale des différents blocs d'exercices est définie comme « le centre d'énergie » : le caisson abdominal.

**2 cours / semaine
durant la saison thermale.**

● SOPHROLOGIE

Séance de Sophro-dynamique outils d'ancrage, étirements, tension-détente

Tarifs : 13 €

Durée : 1h30

Horaire : 18h00 à 19h30

Récurrance : **les jeudis,
toutes les semaines.**

● INITIATION À LA PLEINE PRÉSENCE

Être à l'écoute de son corps, cœur, conscience. Une pratique et un entraînement qui conduit à révéler son « moi intérieur ».

3 thèmes :

- > **Sentir simplement** : se connecter à son corps et sa respiration.
- > **Ouvrir ses sens** : présence ouverte à ce qui nous entoure.
- > **Accueillir-offrir** : relation à l'autre et à moi-même.

Tarifs : 12 €

Durée : 1h30

Horaire : 17h30 à 19h00

Récurrance : **les vendredis,
toutes les semaines en roulement.**

● NATUROPATHIE

● Atelier « Votre Bien-Être »

avec les huiles essentielles et plantes médicinales.

3 thèmes :

- > Minceur et beauté.
- > Rhumatismes et arthrose.
- > Détox et anti-fatigue.

Tarifs : 15 €

Durée : 1h30

Horaire : 18h30 à 20h00

Récurrance : **les lundis,
toutes les semaines en roulement.**

● Conférence « Votre Bien-Être »

avec les huiles essentielles et plantes médicinales

3 thèmes :

- > Immunité et convalescence.
- > Trousse de secours.
- > Retrouvez un bon sommeil.

Tarifs : 10 €

Durée : 1h

Horaire : 12h30 à 13h30

Récurrance : **les jeudis,
toutes les semaines en roulement.**

● RÉFLEXOLOGIE

Séance de réflexologie palmaire.

Tarifs : 10 €

Durée : 1h

Horaire : 9h15 à 10h15

Récurrance : **les mardis,
toutes les semaines.**

● BUNGYPUMP

Se muscler sans y penser, une marche à son rythme ponctuée d'exercices avec des bâtons Bungypump.

Tarifs : 12 €

Durée : 1h30

Horaire : 10h30 à 12h00

Récurrance : **les jeudis,
toutes les semaines.**

● SHIATSU

Atelier-conférence Shiatsu : liens entre organes vitaux et méridiens.

Tarifs : 8 €

Durée : 1h

Horaire : 10h00 à 11h00

Récurrance : **les mercredis,
toutes les semaines.**

Le Spa thermal



Avec ses 2 700 m² d'espace de soins et de détente, le Grand Spa Thermal de Brides-les-Bains est l'un des plus grands spas thermaux de France et le plus grand des Alpes.

Refuge alpin réputé pour son **eau thermale aux vertus détoxifiantes** et **circulatoires**, Le Grand Spa Thermal s'appuie sur l'expertise des Thermes de Brides-les-Bains et propose des séjours bien-être ou minceur.

Le Séjour Amplitude 6 jours, nouvellement élaboré, s'inspire quant à lui de l'expertise des Thermes en rhumatologie pour soulager les maux et raideurs articulaires souvent liés à la sédentarité, et aider à retrouver le plaisir de bouger sans douleur.

Le Grand Spa Thermal bénéficie d'une équipe de **professionnels** (hydrothérapeutes, kinésithérapeutes diplômés, masseurs bien-être, esthéticiennes, diététiciens, éducateurs sportifs) et **d'infrastructures modernes** (couloir de nage de 25 m, bassin ludique avec jacuzzis, lits à bulles, jets sous-marins, cols de cygnes...) pour accompagner chaque patient pendant son séjour.

En 2019 a vu le jour une nouvelle association « Pôle Santé Brides » à but non lucratif (loi 1901), **dédiée à la prévention et à l'approche globale de la santé.**

Cet accompagnement s'articule autour de quatre axes :

- **médical**
- **nutritionnel**
- **psychologique**
- **corporel**

Cet objectif pluridisciplinaire réunit un ensemble de professionnels de la santé : psychologues, kinésithérapeutes, ostéopathes, diététiciennes, infirmières... exerçant leur activité professionnelle sur la station et souhaitant promouvoir des **actions de sensibilisation et de prévention**, dans le cadre de la **santé et du bien-être.**

Tout un panel de soins complémentaires est proposé pour les patients, curistes, résidents ou touristes afin de les accompagner vers une meilleure prise en charge de leur santé.

En 2022, parce que la santé ne se joue pas que dans l'assiette, **l'idée sera de proposer à des intervenants locaux**, médecins, paramédicaux, thérapeutes, éducateurs sportifs, de partager leur expertise au travers de **conférences, d'ateliers interactifs et pratiques** sur des thématiques variées comme **l'activité physique, la nutrition, l'approche de la douleur, la gestion du stress et du sommeil, la posturologie...** Ces professionnels auront à cœur de partager leur pratique et l'impact thérapeutique le plus souvent observé sur les problématiques de santé les plus courantes.



Pour répondre à l'objectif d'élargir le champ des prises en charges et d'offrir une expertise pluridisciplinaire, Brides-les-Bains proposera tout au long de la saison thermale des conférences ou ateliers gratuits.

Le principe sera de proposer des **thématiques différentes et animées par des professionnels** membres de l'association ou des intervenants extérieurs.

Ils se dérouleront le plus souvent **le troisième jeudi du mois, de 17h30 à 19h30** dans la salle « la Dova », suivi d'un pot d'amitié offert par l'Office de Tourisme de Brides-les-Bains.

- **19 MAI**
Houda Alcaraz
Nutrithérapeute à la Ferney Voltaire.
- **6 JUIN**
Victoria Hubrecht
Podologue posturologue à Moutiers.
- **21 JUILLET**
Thomas Clément
Médecin à Bourg-Saint-Maurice.
- **18 AOÛT**
Sylvain Dupont
Acupuncteur à Moutiers.
- **22 SEPTEMBRE**
Viviane Belleoud
Médecin à Lyon.

Retour au sport d'extérieur



*Vous rêvez de
grands espaces,
d'air pur et
de panoramas
inoubliables ?*

Entre lacs, alpages et sommets, la montagne en été vous permet de vous reconnecter à la nature.

Brides-les-Bains est le parfait camp de base pour **se ressourcer** et accéder à une multitude **d'activités sportives, ludiques** et de **loisir**. Prenez un bon bol d'air en pleine nature, en profitant des bons plans proposés par la charmante station-village de Savoie.

NOUVEAUTÉ

Balade & tir à l'arc

Profitez d'une balade douce le temps de quelques heures tout en vous initiant au tir à l'arc avec un éducateur sportif diplômé et formé par Sylvain Renard (médaillé de bronze au championnat du monde de tir à l'arc).

Activité alliant balade en pleine nature et initiation au tir à l'arc sur cible ou cible 3D, (3 initiations / semaine).

Randonnées & balades

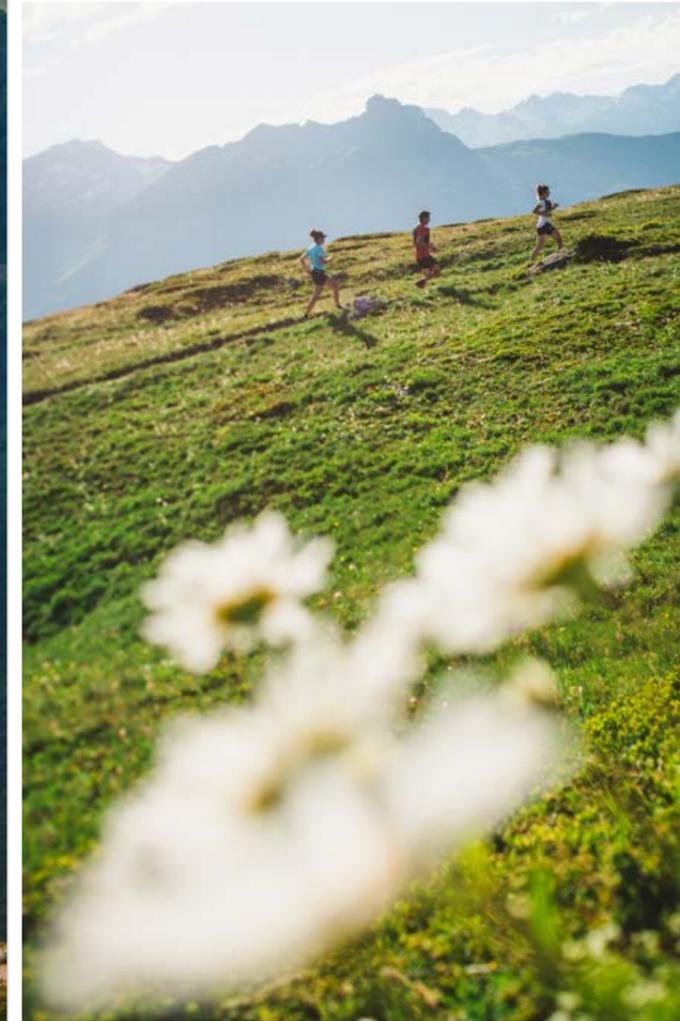
Le parc national de la Vanoise offre de nombreuses possibilités de promenades et randonnées pédestres avec un réseau de près de 400 km de sentiers balisés.

Les sentiers de grandes randonnées que sont la **Via Alpina** (grand parcours de l'Arc alpin) et le GR5 traversent le massif du Nord au Sud. Des circuits locaux de quelques jours sont proposés à l'intérieur de la Vanoise et peuvent être combinés en tour du massif.

Chacun peut découvrir cet **espace préservé** à son propre rythme avec des **randonnées courtes avec les enfants** pour les plonger dans un univers captivant, peuplé d'animaux, d'alpages et de montagnes fantastiques. Ou, encore plus palpitant, en les emmenant **dormir dans un refuge** et pousser encore plus cette expérience de la montagne.

On peut aussi préférer de **longs périple sur plusieurs jours**, pour la contemplation, le recueillement et l'engagement sportif. Un réseau de refuges propose le gîte et le couvert dans tout le massif.

De quoi rester "là-haut", hors du temps... longtemps.



Sports en eaux vives



Le rafting pour tous

L'Isère, l'une des rivières les plus longues de France, 20 km de navigation.

Pour petits et grands, en famille ou entre amis, flâneurs ou sportifs, venez découvrir le rafting dans cette magnifique vallée de Savoie, la haute Tarentaise.

Des descentes faites pour tous les niveaux, pouvant être à la fois contemplatives, agitées voire résolument aventureuses. L'Isère, avec ces différents rapides, dont les rapides d'Aime, le canyon de Villette, et ses curiosités géologiques.

L'hydrospeed, ludique et excitant

L'hydrospeed consiste à descendre la rivière en nageant et en utilisant les courants.

C'est une activité un peu plus exigeante physiquement que les autres activités d'eaux vives et permet aisément d'accéder à cette sensation unique qu'est le surf en rivière. Un grand moment à vivre !

L'hydrospeed est accessible à tous, pas besoin d'être un plongeur professionnel, il s'agit d'être fin et d'utiliser au mieux les mouvements d'eau, les obstacles et les vagues.

À l'assaut du canyoning

Descente en rappel, toboggans naturels, glissades, nage dans les eaux cristallines, sauts dans les gorges...

Le canyoning est une activité complète et ludique. Équipez-vous et préparez-vous à vivre une sortie canyoning que vous n'êtes pas près d'oublier !

Verticalité

Pour les amateurs de sensations fortes, l'Office de Tourisme de Brides-les-Bains vous propose différentes activités telles que : tyrolienne, escalade et via ferrata.

Prenez de la hauteur au cœur des Alpes et choisissez le parcours qui correspond à votre niveau.

Via Ferrata

On grimpe, on prend de la hauteur, on enchaîne les obstacles : pont de singe, passerelles, échelles, on évolue aussi à même la paroi rocheuse. Tout est sous contrôle, on suit le "chemin ferré" (traduction italienne de via ferrata) en toute sécurité, en mode solo ou sous l'œil vigilant d'un guide accompagnateur.

Plusieurs spots très réputés de via ferrata et de tout niveau se situent à proximité de Brides-les-Bains :

LAC DE LA ROSIÈRE

Courchevel

Sportifs ou débutants, tous sauront profiter de cette balade à flanc de montagne. Située sur les falaises surplombant le lac de la Rosière, cette via conçue pour être accessible au plus grand nombre, permet désormais aux enfants et aux débutants de s'initier à cette activité, tout en offrant un itinéraire intéressant pour l'ensemble des pratiquants.

D'une longueur totale d'environ 600 mètres, la via ferrata se compose de 2 sections. Après l'effort, vous profiterez en toute liberté de la vue à couper le souffle sur les hauteurs rocheuses, sur un lac d'un bleu-vert intense et pur, bref, sur la nature tout simplement !



DEUX VIA FERRATA

Champagny

À Champagny-en-Vanoise c'est deux Via Ferrata qui vous attendent.

Une facile et accessible à tous baptisée "Le Plan du Bouc" et une beaucoup plus difficile réservée à des personnes expérimentées appelée "Les Grosses Pierres".

La Via Ferrata du Plan du Bouc

Elle ne présente aucune difficulté, seules les marches d'approche et de retour peuvent paraître assez longues. Elle offre cependant une très belle vue. À faire ensuite, celle de la cascade de la Fraîche à Pralognan la Vanoise, pour mélanger les sensations. C'est une bonne via à faire avec des enfants sportifs.

La Via des Grosses Pierres

Assez courte et pas très aérienne. En revanche, de nombreux passages sont déversants, et donc, tout au long du parcours, les bras sont fortement sollicités. Le parcours est également un traversée par la droite, souvent légèrement en dévers, entrecoupées de courtes montées, parfois surplombantes. Réservée à des sportifs ou personnes expérimentées en recherche de sensations fortes.

LA DENT DU BURGIN

La Via Ferrata de la Dent de Burgin est la plus haute de France et est équipée de câbles et d'échelons métalliques scellés à la paroi pour faciliter l'ascension du flanc de la montagne.

Cet itinéraire requiert un niveau intermédiaire dans la pratique pour atteindre le sommet qui se trouve à 2 785 m. En effet, il faut une bonne condition physique et une connaissance préalable du matériel d'escalade pour grimper en toute sécurité. Cet itinéraire, aux passages parfois athlétiques et souvent aériens, vaut vraiment la peine, ne serait-ce que pour la vue au sommet.

L'approche est un peu simplifiée par la télécabine du Pas du Lac ou de Saulire.



Équitation

Vous aimez les chevaux et vous aimeriez pouvoir profiter d'une balade à cheval ou à dos de poney ?

Découvrez sans plus attendre les haras et autres structures qui vous permettent de pratiquer un sport équestre et de faire du cheval pour le loisir ou la compétition. Bien sûr, vous pourrez également découvrir les disciplines du sport équestre, apprendre à monter à cheval, pratiquer le trot ou le galop et tout ce qui concerne les chevaux ! Les centres équestres des 3 Vallées proposent **différentes formules** qui séduisent les petits comme les grands.

Le cœur équestre des 3 Vallées **déménage dès le printemps 2022**, de Méribel aux Allues, et vous propose des randonnées de 2h, une journée, 2 jours, 3 jours ou plus.

Golf

Parmi les nombreuses activités proposées en Savoie, le golf occupe une place de choix notamment grâce à la qualité de ses parcours.

Situés tout près des lacs ou en altitude, **les 13 golfs 18 trous** de la région offrent aux amateurs comme aux passionnés des paysages variés et des panoramas splendides sur les montagnes.

Situé à **moins de 20 km de Brides-les-Bains**, les parcours de golf de Méribel et Courchevel vont régaler les joueurs avertis.

Cyclo et VTT

Itinérance

À proximité de **cols emblématiques comme le mythique col de la Loze**, Brides-les-Bains offre un terrain de jeux hors norme pour les amoureux de la petite reine !

C'est le camp de base parfait au pied des 3 Vallées pour **découvrir toute la vallée de la Tarentaise à vélo**. La station mise beaucoup sur la pratique du vélo qu'elle valorise de maintes façons auprès de ses vacanciers et de ses curistes.

VAE Hydrogène

L'année dernière a été marquée par l'inauguration de la première station à hydrogène des Alpes.

Une véritable révolution dans la région qui a connu un franc succès durant tout l'été 2021 ! Quand on connaît l'histoire de Brides-les-Bains, l'utilisation de vélos à hydrogène prend tout son sens dans une ville où bien-être et retour au sport sont au centre des préoccupations. La commune propose ces VAE à la location durant toute la saison thermale jusqu'à début octobre.

Une heure d'initiation à la pratique du vélo à hydrogène est proposée chaque semaine et offerte à la clientèle thermale avec la présence d'un animateur.

En véritable **station engagée** et impliquée dans les **transitions environnementales**, Brides-les-Bains souhaite à terme pouvoir créer une **rue centrale semi-piétonne** afin de limiter le trafic routier et favoriser les mobilités douces : VAE, vélos, marche, ascenseur valléen à destination de Méribel...

Une autre bonne raison de reprendre le sport en douceur et de se remettre en forme en plein cœur de la Savoie !



VTT sur 3 vallées

Brides-les-Bains est l'emplacement idéal pour dévaler les pistes des 3 Vallées.

Des **boucles variées**, à la fois adaptées aux plus jeunes et aux plus aguerris, vous permettent de vivre d'inoubliables moments quel que soit votre niveau ! **Des parcours dédiés et fléchés** pour le VAE existent dans chacune des vallées, vous allez avoir de quoi vous régaler...

● MÉRIBEL

Brides-les-Bains se situe au pied de la vallée de Méribel, qui se transforme l'été en véritable **Bike Park**, un terrain de pratique idéal pour les sportifs amoureux de VTT. Plus insolite, la discipline se décline également avec le **Déval' Bike** qui permet de dévaler la montagne en **trottinette de descente** !

Plusieurs kilomètres de pistes de descente et d'itinéraires dédiés à ces activités sont facilement accessibles grâce aux remontées mécaniques.

● COURCHEVEL

Dans la Vallée de Courchevel, vous pourrez découvrir **la vallée des Avals**, véritable pépite avec son alternance de grands plateaux, de passages en forêts et de grimpees dans les alpages.

● LES BELLEVILLES

C'est **la vallée la plus accessible en VTT**, place aux **itinéraires famille** et accessibles comme à la Golette des Combes, pour découvrir la vallée de Deux-Nants sur une belle piste large.

Festival et événements



Brides-les-Bains propose tout au long de l'année un programme d'événements et d'animations riches et variés où convivialité et détente sont un alliage solide. Événements sportifs, musicaux et liés au bien-être, il y en aura pour tous les goûts !



LE 10 AVRIL 2022

Défi de L'Olympe

Le 10 avril 2022 en préambule de la saison de trail, avant de ranger les skis et les masques, venez participer au Défi de l'Olympe.

Une épreuve ludique à destination des **rois de la grimpe**. Un **défi de 6 heures** sur une montée sèche et chronométrée dans les gorges au départ de Brides-les-Bains jusqu'au centre des Allues-Méribel.

DU 12 AU 14 MAI 2022

Brides fait sa Comédie

Le festival de la Comédie vous donne rendez-vous du jeudi 12 au samedi 14 mai.

L'humour sera à l'honneur durant **3 soirées** afin de lancer la saison thermale dans la bonne humeur. **Le premier soir**, découvrez **6 jeunes artistes** qui s'affrontent lors du **Big Show** pour obtenir un maximum de voix du public. **Le vendredi soir**, **3 comédiens se partagent la scène et la soirée** pour votre plus grand bonheur. **Pour clôturer le festival le samedi soir**, retrouvez **Les Jumeaux Steeven et Christopher** en tête d'affiche avec leurs meilleurs sketches.

DU 9 AU 12 JUIN 2022

Festival Équilibre et Gourmandise

Après deux ans d'absence, le Festival Équilibre et Gourmandise revient enfin cette année du 9 au 12 juin sur le thème : "La Cuisine, tout un art".

Au programme, des **démonstrations de nombreux chefs de la station**, des **ateliers pour les plus petits**, et un **dîner de gala** pour clôturer le festival en beauté. Pour la création des plats, chaque chef sera accompagné d'une diététicienne pour garantir un **menu diététique**, mais tout aussi gourmand. Qui a dit que manger sain ne rimait pas avec bien manger ?

LE 17 JUILLET 2022

Cyclo sportive Col de la Loze by Brides-les-Bains

La cyclo sportive Col de la Loze by Brides-les-Bains revient le dimanche 17 juillet 2022 pour une 3^{ème} édition encore plus relevée.

Nouveauté cette année, l'**Ultimate** où vous pourrez gravir deux fois le Col de la Loze. Venez défier la nouvelle légende du Tour de France.

Pour tous celles et ceux qui le souhaitent les formats **53 km, 46 m et 30 km sont ouverts aux VAE** (Vélo à Assistance Électrique). Les formats 53 km et 46 km proposent un départ décalé pour les femmes.

N'oublions pas que pour nous mettre en jambe, une **montée chronométrée est organisée la veille, le samedi 16 juillet**, au départ de Brides-les-Bains jusqu'à Pralognan-la-Vanoise. Plus de 21 km et 910 m de dénivelé positif pour se mettre en jambe avant le Jour J. Alors, n'attendez plus, rejoignez-nous et partageons ensemble la passion du vélo

LE 21 AOÛT 2022

La Bridiévale

La seule fête médiévale de toute la vallée se trouve à Brides-les-Bains !

Le 21 août, sortez vos épées et boucliers pour revenir à l'époque mythique des chevaliers. **En famille ou entre amis, on se délecte à redécouvrir la vie quotidienne de nos aïeux** et les activités d'antan à l'occasion de cette édition très festive.

Au programme : reconstitution de campements historiques, artisanat d'autrefois, initiation à la danse médiévale, marché médiéval, tir à l'arc et jeux médiévaux, balade à poneys... Une petite soif, une petite fringale ? Pas de souci, on trouve sur place une buvette et une restauration médiévales, histoire de rester dans l'ambiance !



LES 7 ET 8 MAI 2022

Duathlon ducs et duchesses

La deuxième épreuve du Duathlon de l'édition 2022 est organisée à Brides-Les-Bains le week-end du 7 au 8 mai.

DU 29 SEPTEMBRE AU 2 OCTOBRE 2022

Festival du Film Francophone d'Angoulême

Avec l'arrivée de l'automne, Brides-les-Bains s'offre une cure de cinéma et d'avant-premières avec le Festival du Film Francophone d'Angoulême via Brides-les-Bains du jeudi 29 septembre au dimanche 2 octobre.

Une délocalisation du festival d'Angoulême dont Dominique Besnehard reste le chef d'orchestre. Entre avant-premières françaises et projection des films primés à Angoulême, le public pourra en profiter pour échanger avec les équipes des films présentés.



De la musique

LES 18 ET 19 JUIN

Le festival des Seventies

Pour le lancement de la saison été, le festival des Seventies regroupe 3 tributes des années 70', ZZTop, Led Zeppelin, ACDC et les Rolling Stones présents sur 2 soirées les 18 et 19 juin au parc thermal.

LE 7 AOÛT 2022

Ça chante à Brides

Le 7 août, l'association des commerçants et artisans bridois vous propose une nouvelle édition de son karaoké live avec des animations toute la journée : concours de chants bien sûr mais aussi blind test, défis et concert live.

DU 1^{ER} AU 3 SEPTEMBRE

Ça Jazz à Brides

Du 1er au 3 septembre, l'événement musical ayant accueilli des artistes aussi mythiques que Bill Deraime, Daniel Mille ou encore Charlélie Couture revient cette année pour sa 10^{ème} édition au Parc thermal.

Gastronomie et label diététique



Le Label diététique

une expertise unique en France

Brides-les-Bains est la seule station thermale en France à bénéficier d'un « label diététique ».

Ce label, c'est sa signature, ce qui construit son efficacité unique, sa personnalité et ça change absolument tout !

Ce label diététique est une offre culinaire globale novatrice qui révolutionne les idées reçues sur les cures minceur. Cela signifie que tous les partenaires de la station thermale, et en première ligne les restaurateurs, jouent le jeu d'une nutrition saine et équilibrée.

● UNE EXPERTISE FORTE DE DIZAINES D'ANNÉES D'EXPÉRIENCE

Le Label est officiel depuis 2013 mais l'Office de Tourisme et avec lui l'ensemble des professionnels de la station n'ont pas attendu cette date pour mettre en place un dispositif global. **L'ensemble des hôteliers a adhéré** de façon progressive, d'abord à la charte « **Brides qualité** » (2007), à travers des formations et des validations de menus, puis peu à peu le label est né. En 2021, le label présente des critères bien établis et fait l'objet d'un contrôle extérieur rigoureux, réalisé par des diététiciennes extérieures à Brides-les-Bains.

● DIÉTÉTIQUE ET DÉLICIEUX ! UN CHALLENGE RÉUSSI !

Grâce à l'engagement des chefs de cuisine de la station, tous des toques passionnées, le label est non seulement conforme aux exigences d'une cure minceur mais soucieux de concilier nutrition saine et gastronomie gourmande. Les chefs de Brides savent nous régaler, surprendre et séduire les papilles, en toute légèreté.

Les chiffres :

14

Établissements
s'investissent dans le Label
Diététique de BLB.
Une plaque le signale à l'entrée

73

Le nombre de critères
du Label Diététique
dont 26 obligatoires

3

Restaurants sont
contrôlés aléatoirement
chaque année par
un organisme extérieur

3

Semaines de
menus validés
par une diététicienne
de la station

80%

Des critères doivent
être respectés pour obtenir
et conserver le
Label diététique

2013

Date à laquelle
le Label a été créé



**14 restaurants
labellisés dont
11 restaurants d'hôtels**

- **Golf Hôtel******
La Table du Golf
- **Mercure-Grand Hôtel
des Thermes******
Restaurant Les Cèdres
- **Hôtel L'Altis*****
Restaurant Le Val Vert
- **Hôtel L'Hermitage*****
- **Hôtel L'Amélie*** / La Vanoise 1825*****
Restaurant Les Cerisiers
- **Hôtel L'Athéna*****
- **Hôtel Les Bains*****
Restaurant Le Cœur de Brides
- **Hôtel Les Chalets*****
- **Hôtel Le Verseau*****
- **Hôtel Le Savoy*****
- **Hôtel Le Centre****
- **Restaurant L'Héliantis**
- **Restaurant La Maison de Marielle**

Patrimoine et culture

Brides-les-Bains, c'est aussi une découverte du patrimoine et de la culture. Férus d'histoire et de connaissances, parcourez le territoire en quête de nouvelles pépites à dénicher !

Fabrication de fromage dont le Beaufort

Appellation d'Origine Protégée (AOP) depuis 1968, le Beaufort est un fromage emblématique de Savoie.

Fromage à pâte pressée cuite obtenu à partir de lait de vache cru et entier, on distingue le Beaufort du Beaufort d'été ! La **visite de la Fabrication du Beaufort** et **des Caves d'Affinage** est possible à la **coopérative laitière de Moûtiers**.

Du côté de Courchevel, entre la station et le Vallon des Avals, **venez goûter aux plaisirs simples de la Savoie** et **visitez l'alpage d'Ariondaz**. À 2 000 mètres d'altitude profitez des fromages que le terroir a à offrir et d'une vue imprenable sur le Mont-Blanc et la Grande Casse.



Maison de l'abeille noire et de la nature

L'abeille Noire (*Apis Mellifera Mellifera*), couramment utilisée en apiculture, est une sous-espèce d'abeilles domestiques.

Partie intégrante du **patrimoine local**, elle agit pour l'environnement en tant que grande pollinisatrice. Dans le hameau des Bruyères, en contrebas de la station des Menuires, un nouvel espace lui est entièrement dédié afin de mieux la comprendre. **Ce musée, à vocation ludique, informative et éducative** vise à **préserver cette espèce adaptée au milieu alpin** et à **sensibiliser sur la biodiversité**.

Le parcours de visite s'articule autour de **trois grandes thématiques** : **l'espèce, la vie dans la ruche, et la biodiversité**. S'appuyant sur des dispositifs de découverte sensoriels et interactifs en enfilant le costume d'une abeille noire, le visiteur vivra une expérience immersive, où il ressentira, touchera, sentira, observera le monde telle une abeille noire.

GALERIE HYDRAULICA

Découverte scientifique & patrimoine industriel

Dans la Vallée de Bozel, découvrez la Galerie Hydraulica et l'histoire de l'hydro-électricité.

Au travers de **parcours ludiques et pédagogiques**, comprenez les applications métallurgiques ou chimiques qui ont permis, depuis le XIX^{ème} siècle, le développement de la vallée grâce à l'industrie.

Elle permet de monter jusqu'au plateau de La Rochette, culminant à 1 500 m d'altitude et de **profiter d'une vision à 360 sur les sommets de la Vanoise** ! Un concentré d'informations scientifiques à découvrir en famille !



Musée des Traditions Populaires

Ce musée, aménagé dans l'ancien archevêché, vous fait découvrir la civilisation rurale de Tarentaise : activités agricoles, vigne, artisanat, art religieux, vie quotidienne, lieu de mémoire de la seconde guerre mondiale...

Street Art

Profitez d'un week-end exploration en Savoie pour faire étape à Moûtiers et plonger dans la culture Street art.

Découvrez le **parcours street art** et ses **31 fresques monumentales, pochoirs, graffitis ou collages** qui colorent les rues de l'ancienne capitale de la Tarentaise.

NOUVEAUTÉ

Depuis décembre 2020, **4 œuvres supplémentaires sur plaque** ont vu le jour, elles ont été réalisées par des artistes du collectif de la Maise. **Elles ont été intégrées à du mobilier urbain** (poubelles, cendriers collectifs...).

Conflans

De l'autre côté de la rivière de l'Arly, un autre visage d'Albertville s'offre à vous : celui de la cité médiévale de Conflans. Un quartier d'Albertville où le temps semble s'être arrêté.

Juchée sur son rocher, la vénérable bourgade renferme dans son enceinte fortifiée des **trésors architecturaux du Moyen-Âge** et des époques ultérieures.

Les chemins du baroque

La Savoie est une terre d'élection pour le baroque.

Aux XVII^e et XVIII^e siècles, la foi des habitants et le talent d'artistes locaux, piémontais ou français ont peuplé les vallées de chefs-d'œuvre. **Les visites des Chemins du baroque ouvrent les portes de ces églises, chapelles et oratoires rassemblant plus de 80 édifices en accès libre ou guidés**

Une visite à Tamié

● LE FORT DE TAMIÉ

Un site d'exception sur les hauteurs d'Albertville. Après avoir sillonné la jolie route du Col de Tamié offrant une vue imprenable sur le massif des Bauges, vous arriverez au **Fort de Tamié**. Construit au 19^{ème} siècle, il domine l'éperon rocheux du Col de Tamié à 907 mètres d'altitude. Cet ouvrage défensif destiné à veiller sur la vallée d'Albertville offre aujourd'hui à ses visiteurs des **vues imprenables sur les massifs environnants de Savoie et de Haute-Savoie**. Lieu d'histoire, lieu de promenade, le Fort de Tamié est aussi un lieu d'activités. Vivez une expérience inoubliable au cœur du **parcours aventure** du Fort de Tamié.

10 parcours acrobatiques en hauteur et près de **100 ateliers** des plus ludiques aux plus vertigineux pour les petits et les grands.

Derrière les remparts, découvrez des **circuits de promenade, aire de pique-nique, belvédères** offrant une vue imprenable sur les massifs environnants.

● L'ABBAYE DE TAMIÉ

Depuis ses origines, **Tamié a une vocation d'accueil**. Venez admirer le site de l'abbaye de Tamié, elle est toujours le **lieu de vie d'une communauté de moines** et ne peut donc pas de visiter néanmoins, le Centre d'Accueil Saint-Pierre de Tarentaise vous offre : un **film de 20 mn sur la vie des moines** ainsi qu'une **boutique de vente de livres religieux** et de **produits monastiques** dont le fameux **fromage de Tamié**.

Il vous est également possible de **monter à pied jusqu'au monastère** et d'entrer dans l'église pour y prier ou participer à l'un des offices qui rythment la journée.

Hébergement

Quand on pense douce nuit d'été en montagne, on imagine soit le chalet familial typiquement savoyard en bois, à la décoration soignée et à la vue imprenable sur les montagnes soit le bivouac pour un soupçon d'aventure.

Brides-les-Bains, elle, mise sur la diversification de son offre et de ses hébergements afin de ravir l'ensemble de sa clientèle de visiteurs. Des hôtels 2* à 4*, un camping ou encore des appartements, la station savoyarde compte près de 5 000 lits disponibles.

Avec des hébergements à des prix défiant toute concurrence, profitez de votre pause dans les Alpes savoyardes et partez explorer les alentours avant de retrouver votre nid douillet à Brides-les-Bains.

Visiteurs en quête d'indépendance, d'aventure ou plus en recherche d'instant cocooning, préparez votre séjour dans l'un des établissements de la commune.

À chaque visiteur son séjour !



DES OFFRES D'HÉBERGEMENT HAUT DE GAMME

Brides-les-Bains offre aussi des chalets et appartements élégants et authentiques, comme la résidence **Alticimes**, qui propose des lieux de vie unique pour se ressourcer en famille ou entre amis.

Des résidences proposant des services haut de gamme : un parking couverts privatif, local à vélo l'été et un ski-room avec racks à ski l'hiver, Wifi gratuite, service de conciergerie, bagagerie et de commodités pour les enfants...

Nos offres d'été

Packages



Produit VÉLO & Col de La Loze
(15-17 juillet)

Défi Cyclo « Col de La Loze by BLB »

● DESCRIPTIF

Brides-les-Bains est le camp de base parfait pour s'adonner à sa passion du deux-roues.

Situé en vallée, le village est au pied de la montée vers le Col de la Loze. Éxigeante, difficile et rendue célèbre par le Tour de France dès 2020 après une petite année d'existence, elle représente un défi de taille pour les cyclistes les plus confirmés. Venez vous mesurer à ses pentes diaboliques lors de la cyclo « Col de la Loze by BLB ».

● DATES 15 au 17 Juillet 2022

● CONTENU : 2 FORMATS

- > un en hébergement sec
- > l'autre avec inscription (réduction -50%)

Inclus dans les deux formats :

Hébergement hôtel **2 nuits** (prix secureticket)
+ demi-pension / pension complète.

Inclus dans le format 2 avec inscription cyclo :

+ inscription sur un des parcours de la cyclo « Col de la Loze by BLB »

- > Parcours 117 km 60€ > 30€
- > Parcours 53 km 45€ > 23€
- > Parcours 46 km 45€ > 23€
- > Parcours 30 km 10€ > 5€

+ option : 2,50€ pour participation au CLM de Pralo, le samedi.

● PRIX

Format 1, sans la cyclo :
à partir de 143€/personne.

Format 2, avec la cyclo :
à partir de 147€/personne
(soit ajout du petit parcours 30 km avec -50%)



Produit BIEN-ÊTRE
(toute la saison)

Wellness Girly Weekend

● **DESRIPTIF**

Brides-les-Bains est un village-cocon où le bien-être nous vient du fond des siècles.

Il s'y est installé, lentement, patiemment, comme l'eau fait calmement son chemin à travers la roche pour nous faire parvenir ses bienfaits. Oasis de sérénité lovée dans un petit coin de montagnes, c'est l'endroit rêvé pour une retraite entre amies. Pour faire un break. Se ressourcer. Se retrouver. Et se laisser être.

● **DATES sur toute la saison, de mi-Avril à fin octobre.**

● **CONTENU : 2 FORMATS**

- > un hôtel (avec restauration)
- > un en résidence/appartement (studio 4)

Hébergement **7 nuits** (jour d'arrivée flexible ou sinon samedi-samedi).

+ demi-pension / pension complète diététique (si hôtel !)

+ une pause « **Spa Cocoon** »* incluant :

- > 1 enveloppement d'algues (20 min.)
- > 1 massage de Brides (30 min.)
- > une entrée au Grand Spa Thermal (espace aqua ludique et espace détente).

+ sortie-rando à la découverte des marmottes (lundis) / des chamois (mardis)**

● **PRIX**

Hôtel + restauration :

à partir de 562€/personne.

Appartement Résidence / Agence :

à partir de 221€/personne.

À réserver directement auprès :

* Grand Spa Thermal
www.thermes-brideslesbains.fr/spa-thermal/soins/journee-spa

** N.Tavernier / Terres d'Évasion (prestataire)
www.terresdevasion.com/sorties-collectives

Produit FESTIVAL
(festival du film francophone d'Angoulême)

« **cinéma, cinéma, tchi, tcha** »

« **festival cinéma, Angoulême débarque à Brides** »

avec Dominique Besnehard

● **DESRIPTIF**

Créé en 2014 par Dominique Besnehard, le Festival du Film Francophone d'Angoulême via Brides-les-Bains revient pour sa 9^{ème} édition.

En partenariat avec le Festival d'Angoulême, Brides offre 4 jours de magie dans les salles obscures avec un programme de films primés et projections en avant-première. Les équipes se déplacent pour l'occasion, venant à la rencontre du public pour présenter leur travail et échanger. Une douce parenthèse et un beau moment de partage qui a définitivement fait sa place dans le calendrier culturel bridois.

● **DATES 29 sept. au 02 octobre 2022**

● **CONTENU :**

Hébergement **hôtel / résidence** (petit-déjeuner, sans restauration demi-pension ou autre), **3 nuits** (jeudi-dimanche).

+ **Pass 6 films** (2 films / jour) à -25% soit 23€ au lieu de 30€ (base : 5€ la séance)

+ **1 Massage du Monde** (50 min) et entrée au Grand SPA Thermal*

● **PRIX**

À partir 273€/personne

À réserver directement auprès :

* Grand Spa Thermal
www.thermes-brideslesbains.fr/spa-thermal/soins/journee-spa

Brides insolite

Les 10 sorties secrètes ou insolites à faire à Brides et autour.



Dans les 3 Vallées

RANDONNÉE

La vallée sauvage des Avals et Lacs Merlets

- > Excursion : **une journée**
- > Accès : **en voiture** depuis Brides-Les-Bains, 30 min.
- > Départ de la rando : **Courchevel 1550 Moriond** – télésiège les Granges
- > Activité : **gratuite**
- > Prévoir : **5h30 de marche**

À partir du **départ de la remontée la mécanique des Granges** suivre la direction du **petit Pralin** puis **Mont Bel-Air** pour rejoindre la ferme auberge de l'Ariondaz. Profitez d'une pause gourmande autour de produits du terroir et admirez le magnifique panorama sur les alpages.

Remontez ensuite la piste sous le télésiège Pyramides en direction du **col de la Platta** (2 408 m) et suivre le sentier balcon direction du **refuge du Grand Plan** (restauration possible et vue splendide).

En contrebas rejoindre le **lac Merlet** inférieur et le longer sur la droite pour arriver au lac supérieur.

Retour vers le refuge de Grand Plan pour ensuite redescendre par la **piste vers les Chalets de la Grande Val** (ne pas suivre Courchevel 1650).

Suivre ensuite la piste pour arriver à l'**alpage des Avals** qui fabrique le délicieux Beaufort d'alpage. Continuer le sentier **direction la Cave du Biol**, une ancienne cave d'affinage des meules de Beaufort.

Rejoindre ensuite les Granges et profiter de la quiétude et du cadre bucolique que vous offre la vallée des Avals.

L'AVIS DE FX

Responsable digital à l'Office de Tourisme

« Très belle randonnée pour se rafraîchir lors de chaudes journées d'été et paysages à couper le souffle sans oublier les tarines, les marmottes et la flore. »

Une variante sympa et si vous avez le temps :

depuis les Chalets de la Grande Val monter direction le col des Saulces. Un magnifique panorama sur la vallée de Pralognan-La-Vanoise.

RANDONNÉE

Dent Du Villard et Lac de la Rosière

- > Excursion : **1/2 journée**
- > Accès : **en voiture** depuis Brides-Les-Bains, 30 min.
- > Départ de la rando : **Courchevel 1550**
- > Activité : **gratuite**
- > Prévoir : **4h de marche**

Depuis le **Lac de la Rosière**, il faut prendre le sentier en montée en **direction de La dent du Villard**. La montée est plutôt longue mais régulière au milieu des pins. Plus on s'élève et plus la vue sur le lac de la Rosière est belle avec des couleurs bleues et vertes magiques. La randonnée vous amène à 1 550 m au-dessus du Lac de la Rosière. La Dent du Villard est une montagne de gypse blanc. Le sommet est perforé de multiples cratères rendant la traversée de cette montagne impressionnante.

En haut la **vue à 360° sur les sommets des Alpes et le Mont Blanc** est splendide ! Attention à ceux qui n'aiment pas le vide, le chemin là haut peut être impressionnant. **La descente se fait par les 1 000 marches**, c'est donc plus facile de faire la boucle dans ce sens !

L'AVIS DE FLORINE

Chargé de communication à l'Office de Tourisme

« J'aime faire cette randonnée au printemps entre 2 saisons, il y a peu de monde sur le sentier et il y a un contraste entre la végétation et les derniers sommets enneigés. Pour les plus téméraires, on peut faire la rando le soir pour regarder le soleil se coucher sur le Mont Blanc. »

Hors des 3 Vallées

VIA FERRATA

Pralognan-la-Vanoise et Cascade de la Fraîche

- > Accès : **en voiture** depuis Brides-Les-Bains, 25-30 min.
- > Marche d'approche : **10 min** par le sentier forestier. Départ du **hameau des Bleux** direction Cascade de la Fraîche.
- > Via ferrata : **1 h**
- > Retour par sentier : **15 min**
- > Difficulté : **D+**
- > Activité : **gratuite en individuel** ou **payante si accompagnée**

La Via Ferrata démarre sur les chapeaux de roue **au pied de la cascade de la Fraîche** où un bel arc en ciel apparaît par beau temps.

Rapidement, **deux voies sont possibles** :

● LA PREMIÈRE

Celle de droite est réservée aux **plus courageux et pour les amateurs de sensations fortes**. Le premier mur est vertical et longe la cascade. On se fait éclabousser, surtout au printemps avec la fonte des neiges. La paroi et les barreaux sont mouillés et glissants. Quelques passages délicats et vertigineux. Mais c'est de loin la partie la plus jolie.

● LA DEUXIÈME

Sur la gauche, est plus simple. Elle permet de s'éloigner du bruit de l'eau. Moins technique et plus accessible. Les deux voies se rejoignent plus haut. Une échappatoire permet de sortir avant le pont de singe. Ce dernier, au sommet de la cascade, traverse la rivière et offre une vue magnifique sur le village. Encore quelques mètres à parcourir et vous retrouvez le sentier du retour.

LE PETIT PLUS DU SITE

*Lorsqu'on est encadré par un professionnel, il est possible d'enchaîner la via ferrata avec les **6 grandes tyroliennes**. On s'élanche de la 1^{ère} du sommet de la cascade. Frissons garantis !*

ESCAPADE

Lac du Bourget

- > Excursion : **1 journée**
- > Accès : **en voiture** depuis Brides-Les-Bains, 1h15
- > Matinée : au **Cap des Séselets**
- > Déjeuner aux **Rives du Lac**
- > **Croisière Aix – Abbaye d'Hautecombe** (Saint-Pierre de Curtille) : **16,50€**
- > Visite : **Église abbatiale, 4,50€** (à régler sur place) - Ouverte tous les jours sauf le mardi
- > **Coucher de soleil au Belvédère du Mont Revard**

Pour bien commencer la journée, **matinée au soleil au Cap des Séselets** avant Aix-les-Bains. Profitez des eaux claires et fraîches du **lac du Bourget**, et d'une faune surprenante, sur la plage ou sur une des plusieurs passerelles en bois qui traversent le lac.

Pour le déjeuner, direction le **restaurant Les Rives du Lac** pour un repas lacustre traditionnel. Après-midi **découverte culturelle**, embarquez au Grand Port d'Aix-les-Bains pour une croisière en route vers l'Abbaye d'Hautecombe, nécropole des Princes de Savoie, et son architecture gothique remarquable.

Pour finir la journée en beauté, rendez-vous sur ce qui semble être le toit du monde au **Belvédère du Revard** pour profiter d'un coucher de soleil magique aux couleurs surnaturelles. Avancez dans le vide grâce aux passerelles de bois ou à la terrasse de verre, si vous osez.

L'AVIS DE CÉLIA

Stagiaire à l'Office de Tourisme

« Les alentours du lac du Bourget sont tellement hétéroclites que chacun y trouve son bonheur. Autant pour les amoureux de la nature, les passionnés d'histoire et de culture et ceux qui aiment simplement profiter de l'ambiance singulière des lacs alpins, le Lac du Bourget est fait pour vous ! »





Bonneval sur Arc

DÉCOUVERTE VILLAGE

- > Excursion : 1/2 journée
- > Accès : **en voiture**
depuis Brides-Les-Bains, trajet : 1h30
- > Activité: **gratuite**
- > À vérifier avant le départ : **accessibilité du col de l'Iseran**

Venez découvrir à 1h30 de route de Brides-les-Bains, dans la vallée de la Maurienne, **un des plus beaux villages de France : Bonneval sur Arc.**

Accessible par la route depuis 1937 seulement via le **col de l'Iseran** (ouvert de juin à octobre, 2 770 m), ce magnifique village à 1 800 m d'altitude va vous ravir avec ses maisons de pierre liées à la chaux, son épaisse charpente et ses toits de lauze.

Sa situation isolée lui a permis de développer son **artisanat du bois**, de la **poterie** et du **tissage** en hiver. Plus tard se créeront une **coopérative laitière** puis une **station de ski**.

Visiter Bonneval sur Arc c'est prendre plaisir à découvrir des paysages grandioses ainsi que le **patrimoine savoyard** dans sa rusticité et convivialité.

L'AVIS DE CORALIE

Conseillère en séjour à l'Office de Tourisme

« Le trajet est aussi beau que la destination ! C'est une superbe excursion à la journée, j'adore prendre le temps d'admirer les paysages sur la route et de flâner à Bonneval sur Arc. On retrouve l'atmosphère de « Belle et Sébastien » et on s'y sent bien ».

Valmo'bourricot à Valmorel

INSOLITE

- > **Cabanes dans les arbres : nuits insolites 195€**
- > **Randos en ânes : 30€, 45€, 60€**
prix variables en fonction de la randonnée
- > **Mini Ferme** qui fonctionne l'été ouvert tous les jours de 10h à 18h30 **5€/pers. (gratuit -3ans)**
- > **Autres activités en marche** pendant le restant de l'année
- > **Distance depuis Brides-les-Bains : 35 minutes**

Qui n'a jamais voulu dormir une nuit dans une **cabane dans les arbres** ? **Valmo'Bourricot à la solution !** Dans un environnement cosy venez passer une nuit insolite. En toute tranquillité dans un cadre détente et apaisant vous vous y sentirez comme chez vous ! Conseillé pour 2 adultes et 1 enfant entre 6 et 10 ans.

Située à une trentaine de minutes depuis Brides-Les-Bains, venez découvrir la **mini ferme** où l'été de nombreuses activités sont mises en place pour les petits et grands, de quoi ravir toute la famille.

Il est possible également de réaliser des **randonnées en ânes**. Plusieurs prestations par âne sont proposées :

● RANDO DÉCOUVERTE (30€)

Balade peut être d'une heure ou deux heures.

● LA RANDO À LA DEMI-JOURNÉE (45€)

● LA RANDO À LA JOURNÉE (60€)

Pour les plus férus les randos. Cette sortie peut permettre de découvrir les chemins de randonnées sous une autre forme.

Toujours en compagnie de vos fidèles destriers **il est possible de faire des bivouacs** (2 adultes – 2 enfants/amis). Le tarif s'élève à 200€ en comptant la **formation d'une heure**, les **deux ânes** et le **matériel fourni** (sans compter le couchage, les repas du soir et du lendemain).





OFFICE DE TOURISME

2 Place du Centenaire 73570 Brides-les-Bains

Tél. : **+33(0)4 79 55 20 64**

contact@brides-les-bains.com

www.brides-les-bains.com

7j/7 - De 9h à 12h et de 14h à 18h

Contact Presse

Agence RevolutionR

Karine de Haynin

06 72 07 11 31

kdehaynin@revolutionr.com