

MAGAZINE

N°01 - ÉDITION 2024-2025



LESCARROZ
GRAND MASSIF

PURES ÉMOTIONS

Émotion :

Nom féminin

Réaction affective transitoire d'assez grande intensité, habituellement provoquée par une stimulation venue de l'environnement.

(source larousse.fr)

ÉDITO

EDITORIAL

Vivre, découvrir, s'épanouir, chérir... Tous ces verbes prennent sens en un lieu : Les Carroz. Nichée au cœur des Alpes, en Haute-Savoie, la station incarne un village au charme intact, un écrin de chalets coquets où la vie s'écoule au rythme des saisons. Mais pas seulement. Ici, il y a une magie. Celle d'une vision portée par quelques rêveurs téméraires ayant cru en ces montagnes enneigées. Leurs petits-enfants sont aujourd'hui des habitants toujours prompts à partager un conseil, des moniteurs de ski aux sourires chaleureux, des hôtes attentionnés ou des restaurateurs passionnés. D'autres de passage sont restés. Ce ne sont pas les récits d'autrefois qu'ils portent en eux, mais un attachement sincère qui contribue à la richesse de la destination. Comme autre héritage, les années ont laissé un domaine skiable de premier ordre, des infrastructures modernisées, des activités variées. Une évolution indispensable, sans compromettre l'authenticité. Elle se manifeste par ce sentiment d'être invité dans une grande famille, où des membres au caractère bien trempé cachent en fait une chaleureuse générosité. Une sorte de paradoxe typiquement haut-savoyard.

Lire les pages de ce magazine ouvre la voie à de premières rencontres, à de superbes panoramas, à de prochaines aventures et à de **pures émotions**... Et peut-être aurez-vous envie de rejoindre ce lieu où un cœur invisible bat. Et peut-être restera-t-il gravé dans le vôtre après votre séjour car aux Carroz, l'amour du territoire est contagieux. C'est bien connu, avec des « peut-être », de belles histoires s'écrivent.

To live, to discover, to thrive, to cherish... These verbs all have meaning in a single place: Les Carroz. Nestled in the heart of the Alps, in Haute-Savoie, the resort embodies a village of unspoilt charm, a setting of charming chalets where the pace of life follows the rhythm of the seasons. But that's not all. There's a certain magic here. That of a vision borne by a few adventurous dreamers who believed in these snow-covered mountains. These days it's their grandchildren who live here, and who are always happy to share a word of advice, ski instructors with a friendly smile, attentive hosts and passionate restaurateurs. Others who came and stayed. Theirs are not the stories of yesteryear, but a genuine attachment that contributes to the richness of the destination. Over the years, the area has developed into a first-rate ski area, with modernised infrastructures and a wide range of activities. An essential evolution, without compromising on authenticity. It feels like an invitation to join a huge family, where strong-willed individuals hide a warm-hearted generosity. A sort of paradox that is typically Haut-Savoyard.

*Reading the pages of this magazine paves the way for first encounters, superb panoramas, future adventures and **pure emotions**... And maybe you'll want to visit this place with its invisible beating heart. And maybe it will remain engraved in yours after your stay, because a love of the region is contagious in Les Carroz. It's a well-known fact that great tales start with "maybe".*

SOMMAIRE

SUMMARY

08

UN VILLAGE DEVENU STATION DE SKI
A VILLAGE TURNED SKI RESORT

12

TOUR COMPLET SANS DÉCHAUSER
COMPLETE TOUR WITHOUT TAKING OFF YOUR SKIS

16

LA LUGE SUR RAIL, L'ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE DES ENFANTS
THE ALPINE COASTER, POPULAR WITH CHILDREN

20

LA CYCLO JPP, L'ÉVÉNEMENT AU GRAND COEUR
THE JPP CYCLO, THE EVENT WITH A BIG HEART

24

PORTRAIT DU JEUNE CHEF JULES PAILLOT
PORTRAIT OF YOUNG CHEF JULES PAILLOT

30

EXPLICATION DU PHÉNOMÈNE DE LA MER DE NUAGES
EXPLANATION OF THE SEA OF CLOUDS PHENOMENON

34

RÉNOVATION DES CABINES DE LA KÉDEUZE
RENOVATION OF THE KÉDEUZE CABINS

38

UN SENTIER À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE
A HERITAGE DISCOVERY TRAIL

40

LE PASSÉ ILLUSTRÉ EN BANDE DESSINÉE AVEC FÉLIX MEYNET
THE PAST ILLUSTRATED IN COMIC STRIPS BY FÉLIX MEYNET

44

LES BIENFAITS DE L'AQUATHÉRAPIE
AQUATHERAPY: WATER FOR YOUR WELL-BEING

46

LES COULISSES DU DAMAGE
BEHIND THE SCENES OF SNOW GROOMING

52

PRONONCIATION DES LIEUX EN HAUTE-SAVOIE
PRONUNCIATION OF PLACE NAMES IN HAUTE-SAVOIE

54

HANDISKI, RIEN D'IMPOSSIBLE !
HANDISKIING, NOTHING'S IMPOSSIBLE!

62

ANIMATION SUR LES TRACES DE LA FAUNE SAUVAGE
ACTIVITY FOLLOWING IN THE TRACKS OF WILD ANIMALS

64

PORTRAIT D'ÉRIC ALAMICHEL, ARTISAN-CRÉATEUR
PORTRAIT OF ÉRIC ALAMICHEL, ARTISAN DESIGNER

68

L'ÉVÉNEMENT ELECTRO SNOW
THE ELECTRO SNOW FESTIVAL

70

LA MYRTILLE, UNE PETITE BAIE PAS SI SAUVAGE
THE BILBERRY, A LITTLE BERRY THAT'S NOT SO HARD TO FIND

72

BIEN SE PRÉPARER AVANT DE DÉVALER LES PISTES
BE WELL PREPARED BEFORE HITTING THE SLOPES

74

DES SOUVENIRS POUR TOUS AVEC LA GAZETTE DES ANIMATIONS
SOUVENIRS FOR EVERYONE WITH THE WEEKLY GAZETTE

76

LES AMBASSADRICES DU TERRITOIRE
AMBASSADORS FOR THE AREA

77

BOUTIQUE LES CARROZ
THE OFFICIAL LES CARROZ RANGE

82

QUIZ : QUEL TYPE DE SKIEUR ES-TU ?
QUIZ: WHAT KIND OF SKIER ARE YOU?

86

COMMERCE ET SERVICES
SHOPS & SERVICES

90

« GO LES CARROZ », NOUVEAU COMPAGNON DE LA MOBILITÉ
"GO LES CARROZ", THE NEW MOBILITY COMPANION

94

REJOINDRE LES CARROZ
COMING TO LES CARROZ



MAGAZINE LES CARROZ
Édité par Les Carroz Tourisme.
9 place de l'Ambiance, F-74300 Les Carroz
Tél. +33(0)4 50 90 00 04
www.lescarroz.com - carroz@lescarroz.com

Directeur de la publication - Publishing director : Service Communication Les Carroz Tourisme.
Conception, réalisation et coordination - Graphic design and coordination : Les Carroz Tourisme.
Rédaction - Writing : Les Carroz Tourisme et Patricia Rey.
Traduction - Translation : Caroline et Nick Stephens.

Parution : décembre 2024. Published December 2024.
Toute reproduction interdite - Ne peut être vendu. Reproduction is prohibited - cannot be sold.
Impression - Printing : Kalistene.
Remerciements - Acknowledgements : Loïc Moret, Yoan Jeandemange, Hervé Bourchanin, Léa Rocher, Damien Siega, Nicolas Roiron, Frédéric Huat, Allan Crouvizier, Jules Paillot, Eric Alamichel, Félix Meynet, Sandrine Couteau et le comité de rédaction.
Document déclaratif et non contractuel. Il n'engage aucunement la responsabilité de l'EPIC Les Carroz Tourisme. Le caractère exhaustif et l'exactitude des informations présentées ne sont pas garantis, et sont susceptibles de modifications en cours d'année.
Non-contractual document. The information indicated in this document are given as an indication, may be modified during the year and do not engage the responsibility of Les Carroz Tourisme.

Crédits photos - Photo credits :
Mathis Decroux, Brice Souvansanouk, Kenny Cerou, Millo Moravski, Office de Tourisme Les Carroz, Sébastien Carle, Arnaud Lesueur, Sylvain Cochar, Bouilleur de photo, iStock, Oya Communication



Les pistes de Marmottes et de Portet, bordées de sapins et de la route serpentant jusqu'à Flaine.
The Marmottes and Portet ski runs, lined with pine trees and the road winding up to Flaine.



TERRE D'HISTOIRE

UN VILLAGE DEvenu STATION DE SKI

STEEPED IN HISTORY: A VILLAGE TURNED SKI RESORT

Ils étaient 367 habitants aux prémices de cette nouvelle ère pour la station. Alors agriculteurs et horlogers, ils sont devenus moniteurs de ski, pisteurs-secouristes, employés de remontées mécaniques... Malgré tout, Les Carroz ne se sont pas faits en un jour. Retracer ces étapes de grandes mutations reste des moments forts, traversant les années et les hommes.

There were 367 inhabitants at the start of this new era for the resort. From farmers and watchmakers, they went on to become ski instructors, ski patrollers, ski lift employees... But Les Carroz wasn't built in a day! Retracing these major transformations remains an intense experience, transcending the years and the people.

Les années 30 : le premier téléski

Pour comprendre l'avant-garde de cette construction, il faut se remémorer le contexte. La population a diminué de moitié, l'activité horlogère décline, la récession débute et le ski n'avait pas encore acquis sa vocation de sport-loisir populaire. Même si quelques ruraux et montagnards le pratiquaient, pour l'avoir appris sous l'uniforme des régiments alpins. Le premier « monte-pente » est imaginé par Charles Pons et Léon Carpano (fabricants de pièces d'horlogerie). Les travaux auraient été entrepris dès 1936. Pour preuve : une assise en béton retrouvée enfouie dans le sol, indiquant cette même date. Mis en service deux ans plus tard, en décembre 1938, il est alors le plus long téléski construit (1600m pour une dénivellation de 560m), et la publicité de l'époque ne tarit pas d'éloges à ce sujet. C'est là sans nul doute l'acte-symbole de la naissance de la station.

The 30's: the first drag lift

To understand the history behind this development, we need to look at the context. The population had halved, the watchmaking industry was in decline, the recession was beginning and skiing had not yet established itself as a popular leisure sport. Only some rural and mountain dwellers practised it, having learned it whilst in the uniform of the Alpine regiments. The first "up-slope lift" was designed by Charles Pons and Léon Carpano (manufacturers of watch parts). Work is thought to have begun in 1936. The proof: a concrete footing found buried in the ground, bearing the same date. Two years later, in December 1938, it was put into service becoming the longest ski lift ever built (1600m with an elevation gain of 560m), and the publicity at the time was full of praise for it. It was undoubtedly the symbolic act of the resort's birth.



Les années 40 : l'après-guerre

Une période où la population se souciait plus de garnir son assiette que de partir en vacances... Autrement dit, un entracte forcé dans le développement du tourisme. Il faudra attendre une dizaine d'années pour que le second téléski « Figaro » voit le jour. Il permettait de relier le village à la gare de départ du premier téléski, tout en assurant un service continu pour les enfants, les débutants et les moniteurs donnant les premiers cours.

The 40's: the post-war years

A period when the population was more concerned with putting food on the table than going on holiday... In other words, a forced intermission in the development of tourism. It would be another ten years before the second drag lift "Figaro" came into being. It enabled the village to be linked to the departure station of the first drag lift, whilst providing a continuous service for children, beginners and the instructors giving the first lessons.





Les années 50 : la première télécabine

Nombre de « catelus » (habitants d'Arâches) préféraient encore les réalités de l'agriculture aux mirages du tourisme. Mais le premier « tire-fesses » vieillissait mal du fait de ses infrastructures en bois et de son tracé en dévers. Pour que Les Carroz gardent leur place dans le concert des stations naissantes, il fallait le remplacer. Construite en 1954, la télécabine de Kédeuze était une réalisation moderne pour l'époque : 18 cabines de 4 places en plexiglas et aluminium riveté. L'évolution de la station et le débit des remontées mécaniques s'accéléraient. L'inauguration a lieu en grande pompe avec la présence d'un ministre pour la première fois... Un grand moment de vie locale !

The 50's: the first gondola

Many "Catelus" (inhabitants of Arâches) still preferred the realities of agriculture to the mirages of tourism. But the first "drag-lift" was not ageing well because of its wooden infrastructure and its banked trajectory. If Les Carroz was to keep its place among the fledgling resorts, it needed to be replaced. Built in 1954, the Kédeuze gondola lift was a modern achievement for its time: 18 four-seater cabins made of Plexiglas and riveted aluminium. The development of the resort, and of the ski lifts, was accelerating! The inauguration took place with great pomp and ceremony, including the presence of a minister for the first time... A momentous occasion in local life!

Les années 60 : le développement

L'élan ainsi donné ne sera pas poursuivi dans l'immédiat. Il faut imaginer les longues soirées du conseil municipal et les querelles de clocher quant à la vocation de la commune. Et pourtant, la vision d'un homme va créer un nouvel essor. Éric Boissonnas, avec sa farouche détermination à créer Flaine, agite les passions. Il a fallu plus de sept ans avant la construction de la route de Flaine. Pendant ce temps, Les Carroz se dotent d'un bureau de poste, d'un cabinet médical, d'un Syndicat d'Initiative et d'autres infrastructures. Le téléski de Gron en 1962 et celui de Plan Moulin en 1963 complètent le potentiel technique. L'année suivante, la station se compose donc de cinq remontées mécaniques, cinq pistes, cinq moniteurs et huit hôtels.

The 60's: the development

This momentum was not to be kept up straight away. You have to imagine the long evenings spent by the municipal council and the quarrels over the municipality's vocation. And yet, one man's vision was to create a new impetus. Éric Boissonnas, with his dogged determination to create Flaine, ignited passions. It would take more than seven years before the road to Flaine was built. During this same period, Les Carroz added a post office, a doctor's surgery, a tourist office and other facilities. The Gron drag lift in 1962 and the Plan Moulin drag lift in 1963 further enhanced the resort's technical potential. By the following year, the resort had five ski lifts, five ski slopes, five instructors and eight hotels.

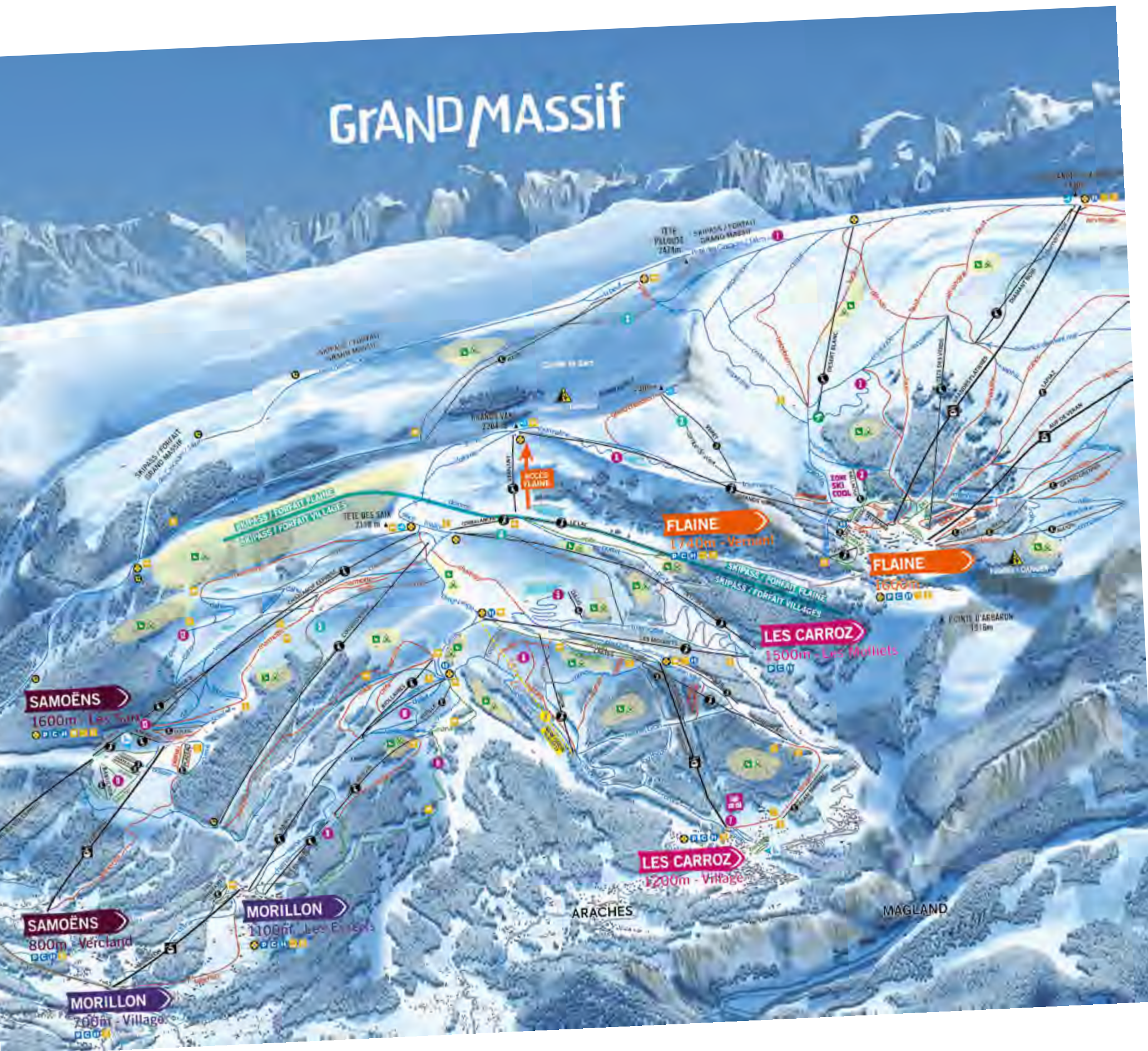
Les années 70/80 : la naissance du Grand Massif

Avec le remplacement de la télécabine (36 bennes de 6 places) et l'installation de nouveaux appareils (téléski de Cupoire en 1976 ; télésièges des Molliets en 1978 et de l'Airon en 1980), le domaine skiable continue son extension. Ce sont les prémices du Grand Massif, mais pas encore totalement relié... Il va falloir attendre deux années car rien n'est simple : trouver un accord sur le prix du forfait, sur la répartition des pistes et des recettes entre les stations, sans oublier les propriétaires de terrain à indemniser. Les interlocuteurs sont trop nombreux et les intérêts divergent tout autant. En 1981, le forfait Grand Massif est finalement lancé. Cette victoire laisse tout de même présager que les premières années risquent d'être capricieuses. En témoigne le coup de théâtre d'un matin de février 1987, où sans prévenir, Flaine décide de barrer l'accès à son domaine depuis le sommet des Grands Vans. Aujourd'hui, le pari est réussi avec un domaine relié offrant une expérience glisse à volonté sur les stations de Flaine, Les Carroz, Morillon, Samoëns et Sixt-Fer-à-Cheval.

The 70's/80's: the birth of the Grand Massif

With the replacement of the gondola lift (36 six-seater cabins) and the installation of new equipment (Cupoire drag lift in 1976; Molliets chairlift in 1978 and Airon chairlift in 1980), the ski area continued its expansion. These are the early days of the Grand Massif, albeit not yet fully connected... It would take another two years, because nothing is ever straightforward: reaching an agreement on the price of the lift pass, on the distribution of slopes and revenue between the resorts, not forgetting the landowners who would need to be compensated. The number of people involved was too great, and their interests were just as divergent. In 1981, the Grand Massif pass was finally launched. However, this victory meant that the first few years were likely to be somewhat turbulent. Such was the case one morning in February 1987, when, without warning, Flaine decided to block access to its ski area from the top of the Grands Vans.

Today, the gamble has paid off, with a linked ski area offering an unlimited winter sports experience on the resorts of Flaine, Les Carroz, Morillon, Samoëns and Sixt-Fer-à-Cheval.



SKI

TOUR COMPLET SANS DÉCHAUSSER

1 DOMAINE, 5 STATIONS RÉLIÉES SKIS AUX PIEDS 1 SKI AREA, 5 SKI-LINKED RESORTS

Le Grand Massif, un immense terrain de jeu à explorer pour des journées de ski qui ne se ressemblent jamais. Les fans de glisse ont tout pour être comblés avec ses 5 stations reliées, ses 139 pistes, ses superbes vues sur les Aravis et sur le Mont-Blanc. Tour de piste non exhaustif d'une journée sur le grand domaine.

9H00 Top départ depuis le haut de la Télécabine de la Kédeuze, avec toujours le même sentiment : un mélange d'excitation et d'émerveillement face à la beauté du paysage. Les skis chaussés, ce sont les premiers virages au milieu des épicéas, sur les pistes bleues de Blanchot, puis de Marmottes (conseil : la dernière portion de cette piste est fréquentée alors il est préférable de la prendre en début de journée pour profiter des meilleures conditions). En bas, c'est la jolie combe des Molliets, qui permet aussi de débiter la journée de ski (à 15 minutes en voiture depuis le village - parking gratuit) grâce à deux télésièges : Les Molliets et Tête des Saix, celui à emprunter pour la suite de cet itinéraire.

9H30 Quelques mètres avant l'arrivée, en-dessous du télésiège, certains skieurs s'élancent sur la piste noire mythique des Carroz : Corbalanche. Ils font leurs propres traces dans ce grand champ de poudreuse volontairement non damé. Au sommet de la Tête des Saix à 2118 m, le point culminant de la station des Carroz et carrefour du Grand Massif, les possibilités de ski sont multiples.

The Grand Massif, an immense playground to explore where no two skiing days are ever the same. Winter sports fans have everything they need with 5 linked resorts, 139 ski runs and superb views of the Aravis mountain range and Mont Blanc. A non-exhaustive one-day tour of the whole area.

9:00 am Starting from the top of the Kédeuze gondola, the feeling is always the same: a mixture of excitement and wonder at the beauty of the landscape. Skis on, and make the first turns among the spruce trees, along the blue pistes of Blanchot and then Marmottes (our advice: the last section of this piste can get busy, so it's best to take it early in the day to enjoy the best conditions). At the bottom is the pretty Molliets bowl, where it is also possible to start the day's skiing (15 minutes by car from the village - free parking) with its two chairlifts: Les Molliets and Tête des Saix, which is the one to take for the next part of this itinerary.

9.30 am A few metres before the arrival point, below the chairlift, some skiers are setting off on Les Carroz's legendary black run: Corbalanche. There, they'll make their own tracks in this large expanse of deliberately ungroomed powder. At the top of the Tête des Saix at 2118 m, the highest point in Les Carroz and the crossroads of the Grand Massif, there are plenty of skiing opportunities. Next destination: head to the right towards the Vernant bowl to reach Flaine via the chairlift of the same name. Once at the top, it's a long descent down Tourmaline that awaits skiers as they make their way to the Flaine side of the mountain.



Prochaine destination : à droite en direction de la combe de Vernant pour rejoindre Flaine via le télésiège du même nom. Une fois en haut, c'est une longue descente sur Tourmaline qui attend les skieurs pour rejoindre le côté flainois.

10H15 Après avoir embarqué dans les cabines du téléphérique des Grandes Platières, l'altitude d'arrivée frôle les 2500 mètres et la vue s'ouvre sur le majestueux Mont Blanc. Petite pause photo souvenir et selfie obligatoire. Pour redescendre, la superbe piste Serpentine commence telle une douce balade à plat, avant de devenir de plus en plus joueuse avec sa pente naturelle et son dévers. Une fois en bas, le télésiège des Grands Vans permet de revenir sur le secteur 4 villages.

10H45 En bas de la piste bleue de Dolomie, la piste de Portet enchaîne tout schuss et permet de revenir aux Carroz 1500. Cette fois-ci, c'est avec le télésiège des Molliets que la journée se poursuit. Au sommet, direction la piste bleue de l'Arête. Déjà presque deux heures depuis le départ et plus de 7 descentes au compteur.

11H00 Suivre les panneaux indiquant Samoëns pour rejoindre la piste des Chars. À l'ombre une grande partie de la journée, la neige reste bien froide et bonne à skier jusqu'au télésiège de Coulouvrier, le plus long d'Europe avec 2,9km de montée. De quoi s'offrir une pause de 10 min pour remonter.

11H30 De retour au sommet, la prochaine descente s'effectue sur l'une des pistes engagées des Carroz : la piste rouge de Chamois. Portant bien son nom, elle est faite pour les skieurs aguerris, en recherche

10:15 am *After boarding the cabins of the Grandes Platières cable car, the elevation at the arrival point is close to 2,500 metres where the view opens out onto the majestic Mont Blanc. Time for a quick souvenir photo and obligatory selfie. For the way back down, the superb Serpentine piste starts out as a gentle flat run, before becoming increasingly exciting with its natural slope and camber. Once at the bottom, take the Grands Vans chairlift to get back to the 4 villages sector.*

10:45 am *At the bottom of the blue Dolomie piste, it's a short schuss on the Portet piste and back down to Les Carroz 1500. This time, it's with the Molliets chairlift that the day continues. From the top, head for the blue Arête piste. It's now almost two hours since the start with over 7 runs in the bag.*

11:00 am *Follow the signs for Samoëns to reach the Chars piste. In the shade for much of the day, the snow remains cold and good for skiing all the way to the Coulouvrier chairlift, the longest in Europe with a 2.9km ascent. Time enough for a 10-minute break on the way up.*

11:30 am *Back up at the summit, the next run down is one of the most challenging in Les Carroz: the red Chamois piste. Aptly named, it is designed for experienced skiers looking for steep turns, speed and a technical challenge. Below, the palm trees of the Oasis Cool Zone stand out against the immaculate white. It's impossible to miss them and not stop! On the blue level boardercross, filmed from start to finish, the younger children are performing their first feats, while would-be riders are already getting airborne with the big airbag and in the snowpark.*

12:30 pm *Following this spell of great skiing, there's nothing better than sitting down to lunch on a sunny terrace.*

de virages en pente, de vitesse et de technicité. En contrebas, les palmiers de la Cool Zone de l'Oasis se distinguent dans le blanc immaculé. Impossible de les louper et de ne pas s'arrêter. Sur le boardercross niveau bleu entièrement filmé, les plus petits réalisent leurs premiers exploits alors que les apprentis riders, eux, volent déjà sur le big airbag et sur le snowpark.

12H30 Après ce moment de pure glisse, rien de mieux que de s'attabler pour le déjeuner sur une terrasse ensoleillée.

14H00 Rassasiés, la reprise se fait en douceur du côté de Morillon avec LA plus belle piste verte du Grand Massif : Marvel. Ici, pas de super-héros, mais une super promenade à ski entourée de sapins centenaires. Bien sûr, elle fait le bonheur des débutants qui profitent de sa longueur (7km) et de son doux profil pour progresser. Antoine Dénériaz, ancien champion olympique de descente, a d'ailleurs appris à skier sur cette piste. (P.S. : pour

les non-skieurs, Marvel est aussi accessible via une descente en luge à des dates bien précises).

14H45 En haut du télésiège du Sairon, via la piste de Biollaire, direction Les Carroz pour découvrir les pistes de la combe de Gron. Mention spéciale pour Zorta ou Combe (piste bleue permettant le retour skis aux pieds).

16H00 Il est temps de terminer la journée en beauté avec le duo parfait : Plein Soleil (bleu) et Timalets (rouge). Orientée plein sud, la première offre la possibilité de « carver » grâce à ses portions bien larges, tout en faisant face à la belle Pointe d'Areu. La seconde, visible depuis la vallée, plonge directement jusqu'en station. Théâtre des skis shows, des descentes aux flambeaux et des compétitions sportives, Timalets incarne l'esprit dynamique et festif des Carroz. La boucle est bouclée. Demain, reste à se laisser glisser sur un nouveau tracé.



14:00 pm *Feeling well-fed and refreshed, it's time to take it easy in Morillon on THE most beautiful green piste in the Grand Massif area: Marvel. There are no superheroes here, just a great ski run surrounded by centuries-old fir trees. Naturally, it's great for beginners, who can take advantage of its length (7km) and gentle profile to really make progress. In fact, Antoine Dénériaz, former Olympic downhill champion, learnt to ski on this slope. (P.S.: for non-skiers, Marvel is also accessible via a toboggan run on specific dates).*

14:45 pm *From the top of the Sairon chairlift, via the Biollaire piste, head for Les Carroz to discover the slopes of the Gron bowl. Zorta and Combe (a blue run that allows you to ski back to the resort) are worth a special mention.*

16:00 pm *It's time to end the day in style with the perfect duo: Plein Soleil (blue) and Timalets (red). Facing due south, the first offers the chance to carve along its wide sections, while facing the impressive Pointe d'Areu. The second, visible from the valley, plunges straight down to the resort. The setting for ski shows, torch-lit descents and sporting competitions, Timalets embodies the dynamic and festive spirit of Les Carroz. The circle is complete. Time to plan the next adventure.*

LA LUGE SUR RAIL, L'ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE DES ENFANTS

THE ALPINE COASTER, POPULAR WITH CHILDREN

« Moi c'est Auguste ! T'as déjà entendu parler de la luge sur rail aux Carroz ? Je viens de faire une descente et c'était troooooop bien ! Je te raconte ? Tout commence à la Télécabine où il y a le départ. Je m'installe en premier dans la luge, du côté conducteur parce que si je laisse ma sœur aux commandes, on va pas avancer. À ce moment-là, je me dis que ça va être trop bien. J'ai hâte d'arriver là-haut pour aller à fond dans les virages. Et aussi pour faire un peu peur à ma sœur [rires]. Après que le monsieur nous explique les consignes de sécurité, on commence la montée. Je suis trop excité ! Je vois des luges descendre super vite. J'entends des cris qui viennent de la forêt. C'est marrant et en même temps je me dis que ça va bientôt être mon tour... J'ai même pas le temps de voir les paysages autour de moi parce que je pense à ce qu'il va m'arriver. J'espère que les gens devant vont aller vite parce que nous on va pas freiner, je prévois direct ! Ça monte, ça monte... Au départ, c'est un peu comme pour une course. Il y a un feu rouge ou vert qui donne le « top ». C'est du sérieux là, faut que je me concentre. C'est vert. Je réfléchis pas, je prends les manettes et je les pousse. C'est parti!!!!!! Waouuuuhhhh ! Dès le premier virage, on prend beaucoup de vitesse. Le monsieur nous avait dit qu'il y avait une photo alors forcément, je fais ma plus belle grimace. On crie, on rigole, on enchaîne les virages mais pas question de freiner ! Enfin des fois je suis tenté... mais je veux pas montrer à ma sœur que ça me fait un peu flipper ! En vrai, c'est quand même impressionnant, surtout vers la fin. C'est la deuxième fois que je fais de la luge alors je sais ce qui m'attend : le virage de la mort. C'est comme ça que j'appelle le tout dernier virage. C'est le moment ! On arrive à toute vitesse, et on commence à tourner. C'est ultra penché... Oh la la, incroyable ! Ils sont fous d'avoir fait un virage comme ça ! Entre nous, j'ai fermé les yeux quelques secondes car c'était dingue. Par contre, va falloir que j'aille chez le médecin car ma sœur m'a cassé les oreilles en criant... Je crois que c'était le virage de trop pour elle. Maintenant, on sort de la forêt et c'est plus calme. On descend de la luge et on se regarde avec ma sœur, on rigole trop. Faire de la luge, c'est un peu comme faire un manège dans un parc d'attractions. Je retrouve les mêmes sensations. Il faut absolument essayer si tu viens aux Carroz. C'est une activité cool à faire avec sa famille. D'ailleurs, je fonce tout de suite raconter ma descente à mes parents. Allez, à plus ! ».

Accessible dès 4 ans (et minimum 1.05m) accompagné et à partir de 9 ans (et minimum 1.40m) non accompagné.

« Hi, I'm Auguste! Have you heard of the Alpine Coaster in Les Carroz? I've just done a run down and it was soooo cool! Let me tell you about it? It all starts at the gondola, the departure point. I get into the sled first, in the driver's seat, because if I leave the controls to my sister, we won't get anywhere... At that moment, I'm thinking, this is going to be so much fun! I can't wait to get to the top so I can go full speed into the bends. And also to scare my sister a bit [haha]. After the man explains the safety instructions, we start heading up. I'm so excited! I can see the sleds coming down super-fast. I hear screams coming from the forest. It's funny, and at the same time I'm thinking that it's going to be my turn soon... I don't even have time to look at the scenery around me because I'm thinking about what's going to happen to me. I hope the people in front go fast because we're not going to brake, that's for sure! Up and up and up... At the start, it's a bit like a race. There's a red light and a green light that tells you 'go'. This is serious stuff, I need to concentrate... It's green... I don't think about it, I just grab the levers and push them forward! Here we goooo! Wow!!! From the very first bend, we're picking up a lot of speed. The man had told us there'd be a photo, so obviously I'm grinning like crazy. We're screaming, we're laughing, one bend after another, but braking is out of the question! Well, sometimes I'm tempted... but I don't want to show my sister that it freaks me out a bit! To be honest, it's quite impressive... especially towards the end. It's the second time that I've been on a coaster, so I know what to expect: the death turn. That's what I call the very last bend. It's time! We arrive at full speed and start to turn. It's ultra-steep... Wow, unbelievable! They're mad to have made a bend like that! Just between us, I closed my eyes for a few seconds because it was crazy. I'm going to have to go to the doctor, though, because my sister burst my eardrums with her screams... I think that was one turn too many for her. Now we're out of the forest and it's more relaxed. We get off the sled and look at each other, my sister and I are laughing so hard. Riding the coaster is a bit like an amusement park ride: you get the same thrills. You absolutely must try it if you come to Les Carroz. It's a cool activity to do with the family. In fact, I'm going off right now to tell my parents all about my ride down. See you soon! ».

Accessible from the age of 4 (and minimum height of 1.05m) accompanied and from the age of 9 (and minimum height of 1.40m) unaccompanied.



ACTIVITÉS HIVER

WINTER ACTIVITIES



RAQUETTES - SNOWSHOEING



LUGE - SLEDGING



AQUACÎME - MOUNTAIN SPA



SKI DE FOND - CROSS-COUNTRY SKIING



CHIENS DE TRAINEAU - DOG SLEDDING



MONTGOLFIÈRE - HOT AIR BALLOON



MOTONEIGE - SNOWMOBILING



CARROUSEL - MERRY-GO-ROUND



SKI DE RANDONNÉE - SKI TOURING



FATBIKE - FATBIKE



PATINOIRE - ICE RINK



Rouler pour la bonne cause

« Cet événement est le plus important de l'année pour l'association », assure Jean-Pierre Papin. Le Ballon d'Or, nommé entraîneur de la réserve de l'Olympique de Marseille, reconnaît avec humilité : « Le football m'a tout donné et le vélo est en train de tout m'apprendre ». Une symbolique que partagent les participants. Cette course caritative est guidée par un engagement fort et sincère. Celui de se dépenser pour ceux qui ne peuvent pas le faire. Sur les belles routes de la Haute-Savoie, à l'assaut d'un col ou de l'arrivée, chaque kilomètre avalé est un geste de solidarité. À chaque édition, entre 800 et 1000 personnes répondent à cet appel, dont de nombreux cyclistes fidèles. Que l'événement continue de fédérer après quinze années est une fierté pour l'équipe d'organisation. Un succès rendu possible grâce à la présence de JPP, l'une des personnalités les plus appréciées des Français. Rouler à ses côtés permet de mobiliser. Et malgré le défi sportif, ce ne sont que des sourires à l'arrivée.

Riding for a good cause

"This is the most important event of the year for the foundation" says Jean-Pierre Papin. The Ballon d'Or winner, appointed coach of the Olympique de Marseille reserves, admits modestly: "Football has given me everything and cycling is in the process of teaching me everything." A symbolism which is shared by the participants. This charity race is guided by a strong and sincere commitment. It's about doing something for those who can't. On the scenic roads of Haute-Savoie, climbing a mountain pass or reaching the finish line, every kilometre covered is a gesture of solidarity. Each year, between 800 and 1000 people sign up, including many repeat cyclists. The fact that the event continues to bring people together after fifteen years is a source of pride for the organising team. A success made possible by the presence of JPP, one of France's most popular personalities. Riding alongside him helps to get people involved. And despite the sporting challenge, it's all smiles at the finish.

ÉVÉNEMENT

DONNER, ÇA FAIT DU BIEN

LA CYCLO JPP, L'ÉVÉNEMENT AU GRAND COEUR

DONATING: IT HELPS! THE JPP CYCLO, THE EVENT WITH A BIG HEART

Déjà quinze ans que la Cyclo JPP Neuf de Cœur existe, et à nouveau, elle atteint des sommets de solidarité. Créée par la star du football Jean-Pierre Papin, cette course qui relie Cluses aux Carroz rassemble amateurs et champions de la Petite Reine. Et chaque année, le premier dimanche de juillet, tous prennent le départ pour la bonne cause. La totalité des bénéfices (44 500 euros en 2024 et 59 459 € en 2023) est reversée à l'association Neuf de Cœur qui vient en aide aux familles avec des enfants lésés cérébraux.

The JPP Neuf de Cœur Cyclo has been running for fifteen years now, and once again it has reached new heights of solidarity. Created by football star Jean-Pierre Papin, this race between Cluses and Les Carroz brings together cycling amateurs and champions. And each year, on the first Sunday in July, all set off for a good cause. All profits (€44,500 in 2024 and €59,459 in 2023) are donated to the Neuf de Cœur charity, which helps families with children affected by cerebral palsy.



Depuis la création en 2009 : 779 187€ reversés à l'association Neuf de Cœur et 13 773 participants. Trois tracés chaque année : 130km, 100km et 70km (possibilité de participer avec un VAE). Classée parmi les 50 plus belles cyclosporives du monde par le magazine Le Cycle.

Since its creation in 2009: €779,187 donated to the Neuf de Cœur charity and 13,773 participants. Three routes each year: 130km, 100km and 70km (with the option of taking part on an EV). Ranked as one of the 50 best cyclosporives in the world by Cycle magazine.



Donner pour faire grandir l'espoir

« Neuf de Cœur ("neuf" pour le numéro fétiche qu'il a porté au cours de sa carrière et "cœur" pour l'image de la vie), c'est d'abord et avant tout le partage. Chacun arrive avec son histoire, ses rêves, sa détresse aussi, et ses envies de combattre l'irréparable », raconte Jean-Pierre Papin, qui a fondé l'association avec son épouse en 1996, après que leur fille Emily soit née avec des lésions cérébrales irréversibles. « Notre mission est d'accompagner les familles d'enfants porteurs de handicaps, tels que des déficiences motrices ou/et intellectuelles », explique Florence Papin, présidente de l'association qui œuvre au quotidien à leurs côtés. « Tous les dons collectés par l'association leur sont redistribués », assure-t-elle. Chiffres à l'appui, depuis 2002, plus de 3 000 familles ont été aidées à hauteur de 2,36 millions d'euros. Et c'est sans compter le soutien psychologique et l'entraide. Ce financement concerne uniquement le suivi des méthodes de rééducation approuvées par le corps médical. Huit sont proposées actuellement, comme la stimulation multisensorielle. « Cela permet aux familles de faire progresser les enfants et d'améliorer leur quotidien », ajoute Florence Papin, soulignant que ces techniques ne sont pas prises en charge par le système de soins. Pour adhérer ou faire un don : <https://9decoeur.org>



Giving to raise hope

"Neuf de Cœur [Nine of Hearts in English] ("nine" for the lucky number he has worn throughout his career and "heart" for the image of life) is first and foremost about sharing. Each person comes with their own story, their own dreams, their own distress and their own desire to fight the irreparable," says Jean-Pierre Papin, who founded the charity with his wife in 1996, after their daughter Emily was born with irreversible brain damage. "Our purpose is to support the families of children with disabilities, such as motor and/or intellectual deficiencies," explains Florence Papin, chairman of the foundation, working alongside them on a daily basis. "All donations collected by the charity are redistributed to them," she assures us. The figures show that since 2002, more than 3,000 families have been helped to the tune of €2.36 million. And that's not counting psychological support and mutual assistance. This funding only covers the monitoring of rehabilitation methods approved by the medical profession. Eight are currently on offer, such as multisensory stimulation. "This enables families to help their children progress and improve their daily lives," adds Florence Papin, emphasising that these techniques are not covered by the health care system. To become a member or make a donation: <https://9decoeur.org>



VOS PLUS BELLES VACANCES COMMENCENT ICI...

... AVEC NOS OFFRES SÉJOUR TOUT COMPRIS

(hébergement, forfaits de ski, services, activités)

YOUR VERY BEST HOLIDAY
STARTS HERE WITH
ALL-INCLUSIVE OFFERS

(accommodation, ski passes, services, activities)



Crédit photo © M. Morawski

reservation.lescarroz.com

reservation@lescarroz.com – Tél. +33(0)4 50 90 33 21



CUISINE

DU GOÛT

PORTRAIT DU JEUNE CHEF, JULES PAILLOT

GOOD TASTE: PORTRAIT OF YOUNG CHEF JULES PAILLOT

Il faut s'imaginer Jules à ses 4 ans pour percevoir ses débuts en cuisine. Tout commence dans les jupes de sa mère, à observer et à sentir les effluves des plats mijotés. « Qu'est-ce que tu prépares ? » ou « Est-ce que je peux goûter ? ». Des questions anodines qui pourtant ont assurément aiguisé son devenir en tant que chef. Cette curiosité déjà bien marquée ne s'est jamais estompée, au contraire ! En grandissant, Jules a gardé cette envie d'enfiler le tablier. Dès lors, son choix d'études n'a surpris personne : un bac hôtelier et un BTS cuisine.

Après la théorie vient la pratique. Son expérience en tant qu'apprenti cuisinier commence aux côtés de Claude LEGRAS, meilleur ouvrier de France et chef du restaurant « Le Floris » dans la commune d'Anières (Suisse). Là-bas, Jules s'inspire de la délicate cuisine française. En 2017, après des entraînements quotidiens et acharnés, le voilà dans les rangs très serrés du prestigieux concours du Bocuse d'Or France. Il est alors commis pour un chef qu'il admire : Guillaume Richard. Cette participation à la compétition est la preuve de son appétit insatiable pour la cuisine. Quelques mois plus tard, sa route gastronomique se poursuit en Provence, au Château de la Gaude où opère le chef étoilé Matthieu Dupuis Baupal. Ses assiettes raffinées, aux influences japonaises, sont une révélation.

Ce mélange tout aussi élégant que gourmand est aujourd'hui la signature du jeune chef à la tête du « Carnotzet ». Tout comme pour la cuisine, cet emplacement était une évidence depuis le début. Voilà des années que Jules clamait secrètement son intérêt pour cet établissement qui était alors une crêperie. Seulement, malgré toute la bonne volonté, l'entrepreneuriat n'est pas un long fleuve tranquille. Que dire du défi de devenir papa d'un petit garçon pendant le lancement du nouveau restaurant ?

Aux côtés de Victoria avec qui il a partagé son parcours professionnel et avec qui il partage désormais sa vie, le cuisinier a tenu bon pour réaliser son rêve le 18 juin 2022. Cette inauguration, c'est donc l'histoire d'un passionné. Mais surtout une histoire d'amour tout court. Ils se sont rencontrés au lycée hôtelier de Thonon-les-Bains et ne se sont plus jamais quittés. Lui en cuisine. Elle au service. Ils forment une heureuse



You have to imagine a young Jules at the age of 4 to see how he got started in the kitchen. It all began watching and smelling the aromas of simmering dishes being cooked by his mother. "What are you cooking?". "Can I taste it?". Simple questions that certainly whetted his appetite to become a chef. This deep-seated curiosity never faded, on the contrary! As he grew up, Jules retained his desire to put an apron on. So no one was surprised when he chose to study for a Baccalauréat in hotel management and a BTS diploma in cookery.

After theory comes practice. His experience as an apprentice chef began with Claude LEGRAS, who holds the coveted title of "Meilleur Ouvrier de France" [best craftsman in France] and chef of the 'Le Floris' restaurant in Anières (Switzerland). There, Jules was inspired by delicate French cuisine. In 2017, after intensive daily training, he was accepted into the very closed ranks of the prestigious Bocuse d'Or France competition. He was then a commis for a chef he admired: Guillaume Richard. Taking part in the competition is proof of

complémentarité pour le bonheur de tous les curieux qui franchissent leur adresse sans complexe, où bien manger et bien boire sont les priorités. Attablés en plein centre de la station, les convives se délectent d'une cuisine créative et de saison. Un engagement pour Jules, qui lui aussi vit au rythme de ses sorties trail ou vélo en montagne. Dehors, il trouve l'inspiration grâce au territoire qui l'entoure. Ramasser de l'ail des ours, cueillir des champignons, chercher des baies de sureau... La nature s'invite toujours dans ses suggestions du jour. Son produit fétiche : la noisette. Jules et Victoria s'amuse à dire qu'il leur faudrait prendre des actions dans le Piémont. Le petit fruit à coque accompagne de nombreux plats imaginés par le chef.

D'un tempérament réservé, il préfère la solitude de ses fourneaux et se contente de quelques coups d'oeil en salle. Cette humilité se confirme à l'heure de penser au futur du restaurant. Le couple tient à maintenir sa promesse, celle d'une dégustation accessible et conviviale. C'est bien ça l'idée première du restaurant. D'origine Suisse, le nom « carnotzet » identifie un local aménagé (généralement une cave) pour stocker et déguster du vin, pour manger entre amis, pour jouer aux cartes et partager un moment heureux. Au Carnotzet, la promesse est tenue.

his insatiable appetite for cooking. A few months later, his gastronomic journey continued in Provence, at the Château de la Gaude, where Michelin-starred chef Matthieu Dupuis Baumal worked. His refined, Japanese-influenced dishes were a revelation.

This elegant, gourmet blend is now the signature of the young chef at the head of the "Le Carnotzet" restaurant. Just like cooking, this location was an obvious choice from the start. For years, Jules had been secretly declaring his interest in this establishment, which was a creperie at the time. However, despite all the goodwill in the world, starting a business is often a bumpy ride. And what about the challenge of becoming father to a baby boy during the launch of the new restaurant?

Alongside Victoria, with whom he has shared his career path and with whom he now shares his life, the chef has held firm to make his dream come true on 18th June 2022. This unveiling is the story of a passionate man. But above all, it's a love story, pure and simple. They met at the Lycée Hôtelier in Thonon-les-Bains and have been together ever since. He in the kitchen; she in the front of house. They complement each other perfectly, much to the delight of those who visit their unpretentious premises, where eating well and drinking well are the main priorities.



Guests seated here in the centre of the resort can savour creative and seasonal cuisine. A commitment for Jules, who also enjoys his trail running and mountain biking. Outdoors, he finds inspiration from the land around him. Collecting wild garlic, picking mushrooms, looking for elderberries... Nature is always a part of his daily specials.

His particular favourite: hazelnuts. Jules and Victoria joke that they should buy shares in Piedmont. The little nut is often incorporated as an accompaniment in many of the dishes dreamt up by the chef.

Naturally reserved, he prefers the solitude of his ovens and is content with a few glances around the dining room. This humility is reflected in his thoughts about the future of the restaurant. The couple are determined to keep their promise of accessible and convivial eating and drinking. That's what the restaurant is all about. The name "Carnotzet" is Swiss in origin and refers to a converted room (usually a cellar) for storing and tasting wine, eating with friends, playing cards and sharing a good time. At The Carnotzet, that promise is kept.





Charme d'antan au village : des volets rouges, des géraniums en fleurs et des rideaux délicatement brodés.
Old-world charm in the village: red shutters, flowering geraniums and intricately embroidered curtains.

À COUPER LE SOUFFLE !

EXPLICATION DU PHÉNOMÈNE DE LA MER DE NUAGES

BREATH-TAKING! EXPLANATION OF THE SEA OF CLOUDS PHENOMENON

« Wahou », c'est sans conteste le premier mot qui vient à l'esprit. Qu'importe la manière : admirer une photo qui capture l'instant ou être là au bon moment. La mer de nuages compte parmi les plus beaux cadeaux offerts par Dame Nature. Épais, les nuages recouvrent toute la vallée. En accéléré, ils se mettent à danser. Quelles explications scientifiques à ce phénomène à la fois naturel et exceptionnel ? Comment se forme cette beauté au-dessus de la grisaille ? Réponses.

Qu'est-ce qu'une mer de nuages ?

Très simplement, une mer de nuages est une vaste étendue de nuages bas, appelés stratus et observés à une certaine altitude. Au-dessus, il fait « beau ». En-dessous, le ciel est gris et à l'intérieur, la visibilité est souvent réduite en raison du brouillard.

Comment se forme une mer de nuages ?

Une inversion de température est à l'origine de ce phénomène météorologique, plus fréquemment observé dans les vallées. De novembre à février, le soleil n'est pas assez puissant pour réchauffer efficacement les basses couches. L'air froid et humide qui est plus lourd se retrouve alors piégé dans les plaines. L'air chaud, lui, reste en haut. En montagne, le temps est alors plus sec et plus doux. C'est l'inversion thermique. Le contraste entre ces deux masses d'air va engendrer la formation d'une ligne de nuages.

Pourquoi la mer de nuages peut sembler en mouvement ?

Même s'il est imperceptible, un vent faible (5-15km/h) est toujours présent. Les stratus qui composent la mer de nuages ne restent donc jamais totalement figés et peuvent onduler, rappelant le mouvement des vagues (plus visible en accéléré). Si le vent reste faible et que les conditions restent stables, la mer de nuages peut potentiellement persister durant quelques jours. Par contre, si le vent devient trop fort, la couverture nuageuse se disloque.

"Wow, is without doubt the first word that springs to mind. It doesn't matter when: admiring a photo that captures the moment, or being there at the right time. The sea of clouds is one of Mother Nature's most wonderful gifts. Thick clouds cover the entire valley. Rapidly, they appear to dance. What are the scientific explanations for this exceptional natural phenomenon? How is such beauty formed above the gloom? Answers."

What is a sea of clouds?

Very simply, a sea of clouds is a vast expanse of low clouds, called stratus, observed at a certain altitude. Above it, the weather is «fine». Below it, the sky is grey and within it, visibility is often reduced due to the fog.

How does a sea of clouds form?

A temperature inversion is at the origin of this meteorological phenomenon, most frequently observed in valleys. Between November and February, the sun isn't strong enough to efficiently heat the lower layers. The cold and moist air, which is heavier, is then trapped in the plains. The warmer air stays above. In the mountains, the weather is therefore drier and milder. This is the thermal inversion. The contrast between these two air masses causes a line of clouds to form.

Why does the sea of clouds appear to move?

Although imperceptible, a light wind (5-15km/h) is always present. Therefore the stratus clouds that make up the sea of clouds never remain completely still and can undulate, similar to the movement of waves (more visible when faster). If the wind remains light and conditions remain stable, the sea of clouds can potentially last for several days. On the other hand, if the wind picks up speed, the cloud cover breaks up.

The ceiling of the sea of clouds is often at the same altitude. Why is this? Is it possible to predict this limit?

If conditions are favourable, the upper limit of the sea of clouds regularly lies around 1000-1300m depending on the Alpine sector. That's why this limit is so recurrent. In Les Carroz, it is frequently seen at the height of the village



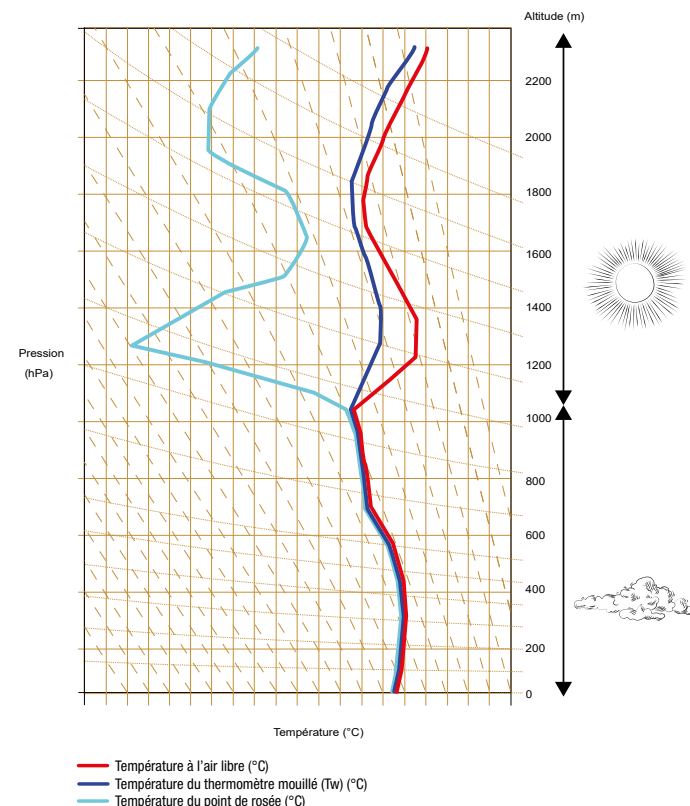
Souvent, le plafond de la mer de nuages se situe à la même altitude. Comment cela s'explique-t-il ? Est-il possible d'estimer cette limite ?

Si les conditions sont propices, la limite supérieure de la mer de nuages se situe régulièrement vers 1000-1300m en fonction des secteurs alpins. C'est pour cela que cette limite est récurrente. Aux Carroz, elle est fréquemment observée au niveau du village à 1140m, et il faut se rendre au sommet de la Télécabine pour la surplomber. Pour l'estimation du plafond, l'expérience du météorologiste est évidemment primordiale. En complément, il utilise un émagramme. Cet outil inclut un système de courbes combinant l'altitude, le taux d'humidité, la température à l'air libre et au point de rosée. À l'intérieur du nuage, les lignes se rejoignent. Le point d'écartement des courbes symbolise le dessus de la mer de nuages, avec une température à l'air libre qui augmente et permet un temps ensoleillé.

La mer de nuages est-elle un phénomène rare ? Les massifs sont-ils un terrain propice ? À l'inverse, est-ce que des endroits en France n'en observent jamais ?

Non, ce phénomène n'est pas considéré comme rare. Les nuages bas constituant une mer de nuages peuvent se former n'importe où en France, même s'il est vrai qu'ils sont moins fréquents à certains endroits (vallée de Chamonix, Haute-Tarentaise, Côte d'Azur, Alpes du Sud). C'est surtout une question d'altitude et de topographie.

Propos recueillis auprès de Mr Allan CROUVIZIER, météorologue indépendant.
www.météo-montblanc.com



at 1140m, and you have to go to the top of the Gondola to see it. To determine the ceiling, the experience of a meteorologist is clearly of prime importance. In addition to which, he uses an emagram. This tool includes a system of curves combining altitude, humidity, free air temperature and dew point temperature. Inside the cloud, the lines merge. The point at which the curves diverge symbolises the top of the sea of clouds, with an increasing free-air temperature leading to sunny weather.

Is the sea of clouds a rare phenomenon? Are mountain ranges a favourable environment? Conversely, are there places in France where they never occur?

No, this phenomenon is not considered rare. Low clouds forming a sea of clouds can occur anywhere in France, although it is true that they are less frequent in certain places (Chamonix valley, Upper Tarentaise, Côte d'Azur, Southern Alps). It's mainly a question of altitude and topography.

Information provided by Mr Allan Crouvizier, independent meteorologist - www.météo-montblanc.com



SKISET

VOTRE SPÉCIALISTE MONTAGNE

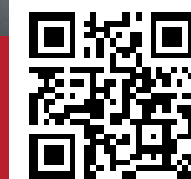


**RÉSERVEZ VOTRE
MATÉRIEL EN 1 CLIC**
BOOK YOU RENTAL ONLINE



SKISET ROSSIGNOL BY LES CARROZ
40 Pl. des Aravis,
74300 Les Carroz
04 50 90 24 24

SKISET LE STRATO
14 Rte des Servages,
74300 Les Carroz
04 50 90 05 05





COULISSES

COMME NEUF

RÉNOVATION DES CABINES DE LA KÉDEUZE

AS GOOD AS NEW: RENOVATION OF THE KÉDEUZE CABINS

En 2024, les cabines de la Kédeuze ont quitté la station pour un trajet de 151 kilomètres en direction de l'usine Sigma - filiale du transporteur par câble POMA. L'objectif de cette migration ? Une rénovation totale des 66 cabines à l'occasion des 20 ans de l'appareil. Outre l'esthétisme, cette opération d'envergure répond à de nombreux enjeux. Explications.

Une année anniversaire

Vingt ans déjà. À l'aube de l'hiver 2024/2025, la Télécabine de la Kédeuze entame une nouvelle saison au service des vacanciers. Et il est peu dire qu'elle n'a pas ménagé ses efforts. Chaque année, environ 850 000 personnes rejoignent le sommet des pistes à son bord. Elle comptabilise 32 000 heures de fonctionnement depuis sa mise en service à Noël 2004. À l'époque, ce modèle appelé DIAMOND est une nouveauté de POMA qui lance sa cabine en aluminium (précédemment en fibre de verre). La construction aux Carroz n'était pas moins qu'une première en France. Aujourd'hui, à l'occasion de cet anniversaire, il est question de lui redonner une seconde jeunesse.

Une nouvelle naissance

Il faut déjà s'imaginer le convoi pour se rendre compte de l'ampleur de la tâche. Sur une semi-remorque, les cabines rejoignent l'usine en Isère et les mains expertes d'une vingtaine de techniciens. Là-bas, le processus commence avec le démantèlement intégral de la cabine pour ne conserver que son ossature. Plus de soixante étapes se suivent ensuite parmi lesquelles : le sablage, la remise en état et la peinture des montants ; le changement des vitres (incluant désormais une protection anti-rayures) ; l'ajout d'ouvrants essentiels à l'exploitation d'été ; la rénovation des banquettes avec l'intégration de coussins bicolores pour matérialiser plus facilement les places ; le flochage du nouveau logo ; les derniers réglages ; etc. Au bout de cinquante-cinq heures de travail, chaque cabine renaît plus jolie pour cette deuxième vie...



Les enjeux de la rénovation

Faire du neuf avec du vieux, même le domaine skiable s'y met ! Rénover, upcycler, réutiliser... C'est déjà dans l'air du temps dans de nombreux domaines comme le textile ou la décoration. Mais qui aurait cru possible de relever ce défi pour une remontée mécanique ? Ce choix éco-responsable permet de maîtriser les inconvénients d'un remplacement à neuf et d'optimiser les dépenses. Dans le cas présent, l'investissement représente 20% du coût du neuf. Et ce n'est pas le plus épatant... Cette économie significative n'altère aucunement le rendu final. La transformation promet de bluffer les vacanciers lorsqu'ils vont réembarquer !

Pour la SOREMAC (exploitant des Carroz), la mise à niveau technique constitue une autre finalité du projet. À la construction, certaines options n'existaient pas encore au catalogue constructeur. Cette rénovation permet donc à la télécabine de disposer des standards d'aujourd'hui.

D'ici la découverte mi-décembre de ces nouveaux « œufs », la planification reste un défi de taille pour les équipes du domaine skiable qui doivent également procéder aux opérations de maintenance habituelles avant l'ouverture au public.

In 2024, the Kédeuze gondolas left the resort on a 151 kilometre journey to the Sigma factory - a division of the cable transport operator POMA. The reason for this move? A total renovation of the 66 cabins to mark the lift's 20th anniversary. Aside from the aesthetic aspect, this large-scale operation meets a number of challenges. Let us explain:

An anniversary year

Twenty years on... On the eve of the 2024/2025 winter season, the Kédeuze gondola starts a new season at the service of holidaymakers. And it goes without saying that it has worked hard. Every year, around 850,000 people take it to get to the top of the ski slopes. It has clocked up 32,000 hours of operation since Christmas 2004, when it was first brought into service. ... Back then, this model, called DIAMOND, was a new development by POMA, launching its aluminium cabin (previously made of fibreglass). Its construction in Les Carroz represented a first in France! Today, to mark this anniversary, we're going to give it a new lease of life.

A new birth

Just imagine the size of the convoy to fully appreciate the scale of the task. On an articulated lorry, the cabins made their way to the factory in Isère and were delivered into the expert hands of around twenty technicians. Once there, the process begins with the complete dismantling of the cabin, leaving only its basic framework. More than sixty stages ensue, including: sandblasting, refurbishing and painting the uprights; changing the windows (which now include anti-



scratch protection); adding vents essential for use in summer; renovating the bench seats, with the addition of two-tone cushions to make it easier to identify seating positions; branding with the new logo; fine-tuning; etc. After fifty-five hours' work, each cabin is reborn looking even better for this second life...

The challenges of renovation

Creating something new from something old, even the ski area is doing it! Renovate, upcycle, reuse...

It's already the trend in many areas, such as textiles or decoration. But who would have thought it possible to take up this challenge for a ski lift? This eco-responsible choice helps control the disadvantages of replacing new for old (such as waste) and to optimise expenditure. In this case, the investment represents 20% of the cost of buying new. And that's not the most astonishing part of it... This significant saving in no way alters the end result. The transformation promises to wow holidaymakers when they next board the gondola!

For SOREMAC (Les Carroz's ski area operator), the technical upgrade constitutes another of the project's objectives. At the time of construction, certain options did not yet exist in the manufacturer's catalogue. This renovation means that the gondola lift will be equipped to today's standards.

Between now and the discovery of these new "bubbles" in mid-December, planning remains a major challenge for the ski area teams, who also have to carry out the usual maintenance operations before opening to the public.



Pause fleurie devant la combe de l'Airon avant de rejoindre le sommet de la Tête des Saix.
A floral break in front of the Airon bowl before reaching the Tête des Saix summit.



MARCHER ET S'AMUSER

UN SENTIER À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE

WALKING AND HAVING FUN: A HERITAGE DISCOVERY TRAIL

La randonnée reste l'activité préférée de l'été. Avec cette version ludique et interactive, les curieux découvrent l'histoire du territoire tout en s'amusant. Marcher devient alors un jeu d'enfant. Sur un parcours thématique de 4km, ponctué de fresques et de devinettes, les randonneurs partent à la recherche de la pierre volée. L'enquête de la « Disparition à la Mine » commence depuis le lieu-dit du Pas à l'Âne, à 15 minutes à pied du centre du village, et continue jusqu'au joli hameau de la Colonnaz et de sa petite chapelle. Les apprentis détectives sont munis d'un livret, d'un crayon et d'accessoires. L'univers de la mine de charbon et les personnages d'époque, comme une lampiste, une opératrice de câble ou encore un prisonnier de guerre, plantent le décor du début des années 40. Le long du sentier, chaque personnage rencontré prend vie et permet d'imaginer la vie du village des Carroz il y a plus de 80 ans.

L'été 2024, 133 kits de jeu* ont été vendus pour les deux sentiers « Disparition à la Mine » et « Le Carnet de Marcel » (sentier thématique de Flaine). Fort de ce succès, de nouveaux parcours sont prévus pour l'été 2025, dont l'un à la découverte de l'alpage des Tronchets et l'autre à l'Arbaron sur le thème de l'astronomie.

*Kit de jeu payant à retirer à l'Office de Tourisme des Carroz ou de Flaine.

Hiking is still one of the most popular summer activities. With this fun and interactive version, the inquisitive can discover the history of the region while having fun at the same time. So walking becomes child's play! On a 4km themed trail, interspersed with frescoes and riddles, ramblers set off in search of the stolen gem. The "Disappearance at the Mine" investigation begins at the place known as Pas à l'Âne, a 15-minute walk from the village centre, and continues as far as the pretty hamlet of La Colonnaz and its little chapel. Apprentice detectives are armed with a booklet, pencil and accessories. The world of coal mining with its period characters, such as a lamplighter, a cable operator and a prisoner of war, sets the scene of the early 1940s. Along the trail, each character you meet seems to come to life so that you can imagine what life was like in the village of Les Carroz over 80 years ago.

In the summer of 2024, 133 kits* were sold for the two trails "Disappearance at the Mine" and "Marcel's Notebook" (Flaine's themed trail). On the strength of this success, new itineraries are planned for summer 2025, one of which will explore the Tronchets Alpine pasture and the other on the Arbaron on the theme of astronomy.

*Kits purchased from the Tourist Offices in Les Carroz and Flaine.

**LES CARROZ
TRANSFERT**

**Tous vos trajets autour et depuis
la station de ski des Carroz.**

Transferts depuis l'aéroport



Airport transfers

Trajets Inter-stations



Inter-resort travel

Transferts depuis la gare



Train station transfers

Trajets sur-mesure



Customised Itineraries

**All your trips to, from and around
the Carroz ski resort.**

Contactez-nous

+33 6 83 86 51 20

lescarroztransfert@gmail.com

www.lescarroz-transfert.com



CULTURE

DU RÉEL À L'ILLUSTRATION

LE PASSÉ ILLUSTRÉ EN BANDE DESSINÉE AVEC FÉLIX MEYNET

THE PAST ILLUSTRATED IN COMIC STRIPS BY FÉLIX MEYNET

Dans son atelier à Bellevaux, dans les belles montagnes du Chablais, l'auteur de bande dessinée Félix Meynet dévoile les secrets des opus « Mystère(s) aux Carroz » et « Menace(s) aux Carroz », depuis l'écriture du synopsis jusqu'à l'impression. Incursion dans un univers captivant.

Félix Meynet est à l'image de ses bandes dessinées, à la fois enjoué et attachant. Son secret ? Des polars volontairement romancés et une fin qui amène un heureux dénouement. Ce qui le définit plus encore : des dessins réalistes empreints d'humour et des dialogues forts qui font avancer l'intrigue.

Celle de la BD des Carroz commence en 1953. Il faut se rappeler les balbutiements du tourisme ; la mine de charbon du torrent de l'Épine ; les enfants des aérums ; les hommes sur le chantier de la télécabine qui va remplacer l'emblématique tire-fesses... Vient ensuite une rencontre à l'été 2019 entre le dessinateur et Philippe Poëttoz, directeur de l'Office de Tourisme. Félix Meynet travaille rarement sur commande mais il a accepté le défi : plonger dans la mémoire des Carroz grâce au dessin. « Si ça ne m'avait pas inspiré, j'aurais passé mon tour. Et puis, c'était très stimulant d'avoir en face quelqu'un qui avait envie ! » dit-il.



La création s'est initiée par un important travail de recherche, six mois durant, afin de s'imprégner des archives du village et des anecdotes des anciens habitants. « Je me suis également beaucoup inspiré des lieux pour bâtir mon récit. L'environnement ou le décor sont autant de ressorts à actionner pour que les lecteurs s'immergent au maximum dans l'histoire », explique Félix Meynet. Ainsi, 80 % des faits évoqués dans la BD sont réels. Le reste n'est que pure invention « à condition qu'elle soit crédible ». L'auteur donne ensuite vie aux différents personnages, principalement Livia et Victor. Ils gravitent autour du narrateur Fanfoué, un papy savoyard un peu fripouille qui s'illustre dans d'autres aventures. « Tous doivent être attachants car ils incarnent l'histoire. Il est important d'instaurer une certaine complicité avec le lecteur ». Ce n'est que lorsque les personnages sont créés qu'intervient le choix du récit et de la trame, enchaînant les rebondissements et les surprises jusqu'à la fin. Une fin dont l'auteur reconnaît d'ailleurs ne jamais savoir à l'avance quelle issue elle aura. « Il m'arrive régulièrement, au cours de l'histoire, d'en changer ».

Créer est l'aboutissement d'un long processus. Après avoir validé le synopsis, l'auteur se lance dans la mise en image de l'histoire (storyboard, dans le jargon) : « Je réalise un brouillon plus ou moins abouti de la BD sur des planches A4 (format de parution), en procédant au découpage page par page, case par case. Pour choisir les cadrages, je tiens compte des perspectives et de l'esthétisme des dessins». Alors, la magie opère : personnages et décors se matérialisent et s'animent. Les visuels posés, l'auteur intègre des ébauches de dialogues. Puis, il débute la réalisation des planches au grand format (30x40 cm) qui constitueront la BD originale, succession de scènes et de bulles encore vierges. Chaque trait est alors encre (à l'encre de Chine). L'étape suivante réside dans la colorisation numérique, en utilisant le logiciel Photoshop. « L'avantage du numérique est que rien n'est figé ». Selon lui, la palette doit être restreinte – cinq à six couleurs pas plus –, qu'il travaille en transparence pour obtenir un résultat plus lisible et élégant. C'est alors que sont intégrés les dialogues définitifs (les bulles et les textes off) pour clarifier et aussi donner plus de force à la narration. « Quand je les écris, je suis dans la tête des personnages. Je les retravaille souvent pour qu'ils sonnent juste et s'enchaînent bien ». Voici l'ultime étape du créateur avant l'impression de la bande dessinée.

Pour le plus grand bonheur des lecteurs, la sortie d'un troisième opus est prévue courant 2026 afin de conclure le triptyque sur l'histoire des Carroz.



In his studio in Bellevaux, in the magnificent Chablais mountains, comic book writer Félix Meynet reveals the secrets behind the titles "Mystère(s) aux Carroz" and "Menace(s) aux Carroz", from writing the synopsis through to printing. An insight into a captivating universe.

Félix Meynet is just like his comic strips, being both playful and endearing. His secret? Detective stories intentionally romanticized, with a happy ending. What defines him even more: realistic drawings steeped in humour and strong dialogues that drive the plot forward.

Les Carroz's comic strip story starts in 1953. Think back to the early days of tourism; the coal mine at the Torrent de l'Épine; the children in the sanatoriums; the men on the building site of the gondola lift that was to replace the emblematic drag lift... Next comes a meeting in the summer of 2019 between the illustrator and Philippe Poëttoz, director of the Tourism Office. Félix Meynet rarely takes on commissions, but he accepted the challenge of delving into les Carroz' past through drawing. "If it hadn't inspired me, I would have said no. Besides, it was very motivating to be faced with someone who was so very keen", he says.

The creative process began with six months of extensive research, immersing himself in the village archives and the anecdotes of the village elders. "I was also very much inspired by the places in which I wrote my story. The environment and the setting are all elements that help

readers to immerse themselves to the full in the story," explains Félix Meynet. As a result, 80% of the facts in the comic book are true, while the rest are pure invention "as long as they remain credible".

The author then brings the various characters to life, primarily Livia and Victor. They revolve around the narrator, Fanfoué, a Savoyard grandad who is a bit of a scoundrel and has had his share of adventures. "They all have to be likeable, because they embody the story. It's important to establish a certain complicity with the reader". It's only when the characters have been created that the choice of story and plot comes into being, keeping twists and surprises coming right up to the end. The author admits that he never knows in advance what the outcome will be. "I often change the ending during the course of the story".

The creation of a comic book is the culmination of a long process. After having validated the synopsis, the author sets about putting the story into images (storyboard, in the jargon): "I produce a more or less finished draft of the comic strip on A4 sheets (publication format), cutting it out page by page, frame by frame. When choosing the framing,

I take into account the perspective and the aesthetics of the drawings". Then the magic happens: characters and settings materialise and come to life. Once the visuals have been laid down, the author adds rough drafts of the dialogue. Then he begins to produce the large-format plates (30x40 cm) that will make up the original comic strip, a succession of scenes and speech bubbles that are still blank. Each line is then inked (using Indian ink). The next stage is digital colouring, using Photoshop. "The advantage of digital is that nothing is set in stone". In his opinion, the palette should be limited - no more than five or six colours - which he works with transparencies to obtain a more legible and elegant result. This is when the final dialogues (speech bubbles and off-text) are added to clarify and give greater strength to the narrative. "When I write them, I'm inside the characters' heads. I often rework them so that they sound right and flow well". And this is the creator's final stage before the comic goes to print.

To the great delight of readers, a third opus is due out in 2026 to conclude the triptych on the history of Les Carroz.



AQUATHÉRAPIE

SE FAIRE DU BIEN PAR L'EAU

AQUATHERAPY: WATER FOR YOUR WELL-BEING

C'est bien connu, l'eau procure une sensation de bien-être. Rien de tels que des exercices dans une eau chauffée pour détendre le corps et l'esprit. L'aquathérapie, réputée pour ses vertus, est un vrai bain de jouvence pour qui aime l'eau. Fatigué, déprimé, anxieux, courbaturé, etc. Peu importe son état, l'eau a un réel effet relaxant et favorise la stimulation sensorielle. De récentes études scientifiques ont montré que l'eau a un pouvoir tonique et anti-stress sur l'être humain : elle enveloppe le corps et chouchoute l'esprit. Certains spécialistes évoquent même « un art de la relation en pleine conscience » (appelée aussi "mindfulness") qui agit sur le corps et l'esprit pour être bien, ici et maintenant, grâce à une meilleure circulation des énergies et des émotions.

It's a well-known fact that water gives you a feeling of well-being. There's nothing like exercising in heated water to relax the body and mind. Aquatherapy, renowned for its virtues, is a real source of rejuvenation for anyone who loves water. Tired, depressed, worried, aching, etc. Whatever your state, water has a truly relaxing effect and promotes sensory stimulation. Recent scientific studies have shown that water has a tonic and anti-stress effect on the human body: it swathes the body and pampers the mind. Some specialists even refer to "an art of full consciousness awareness" (also called "mindfulness"), which acts on the body and mind to help us feel good, here and now, thanks to a better circulation of energy and emotions.

Faire des exercices dans l'eau

Le corps tout entier s'autorégule au cœur de la nature. L'aquathérapie est aussi un vrai remède contre l'effort car l'eau élimine les effets de la pesanteur et les exercices physiques réalisés en piscine paraissent alors plus faciles. Plus dense que l'air, l'eau offre une résistance naturelle au mouvement qui favorise le renforcement. De quoi se muscler, se détendre et se faire du bien ! Alors pourquoi attendre pour s'immerger ou pour s'inscrire au cours d'aquagym de l'Aquacîme ? Ou tout simplement marcher pieds nus dans l'eau pour que la tension émotionnelle, nerveuse et physique accumulée s'envole. Le sentiment de bien-être est immédiat.

Exercising in water

The whole body regulates itself in the heart of nature. Aquatherapy is also a real remedy for exertion, because water neutralises the effects of gravity, making physical exercise in a pool seem easier. Denser than air, water offers a natural resistance to movement that encourages strengthening. It's a great way to build muscle, relax and feel good! Don't wait to take the plunge or sign up for an aquagym class at the Aquacîme. Or simply walk barefoot in water so that all the accumulated emotional, nervous and physical tension evaporates. The feeling of well-being is immediate.



Plonger dans un bain de détente

L'Aquacîme, intégré au centre sportif du Mont-Favy, est un complexe dédié à la détente et au bien-être. À l'extérieur, il suffit de faire le choix entre deux bassins : l'un, nordique où l'eau tutoie les 30 degrés l'hiver ; l'autre, ludique avec toboggans pour les enfants l'été. À l'intérieur, un espace balnéo alterne jets massants, fontaines d'eau, saunas et hammam. Avec vue imprenable sur les pistes de ski verdoyantes ou enneigées, selon les saisons. Parfait pour se régénérer seul(e) ou en famille. Mais pas que. « Pour les plus sportifs, une salle de fitness propose tous types de machines et aussi des cours de musculation », rappelle Sébastien Caré Buisson, directeur du Service des Sports.

Dive into a pool of relaxation

The Aquacîme, part of the Mont-Favy sports centre, is a complex dedicated to relaxation and well-being. Outside, simply choose between two pools: one, a Nordic pool with water temperatures close to 30°C in winter; the other, a fun pool with slides for children in summer. Inside, a balneotherapy area alternates between massage jets, water fountains, saunas and steam rooms. With a breathtaking view of the lush green or snow-covered ski slopes, depending on the season. Perfect for rejuvenating alone or with the family. But that's not all. "For the more sporty, there's a fitness room with all types of machines as well as weight training classes," explains Sébastien Caré Buisson, Director of the Sports Department.





COULISSES

LEUR BUREAU ? LES PISTES

LES COULISSES DU DAMAGE AVEC DAMIEN SIEGA

BEHIND THE SCENES OF SNOW GROOMING WITH DAMIEN SIEGA

Le soleil se couche. Les skieurs aussi dans quelques heures. Les dameurs, eux, vont débiter leur chorégraphie de la nuit. 17h30, le moment est venu : ils prennent place dans leur machine, laissent échapper le ronron des moteurs et partent pour 7h de travail. Comme le Père Noël, le dameur œuvre la nuit à l'aide de sa lame et de sa fraise, offrant aux skieurs le plus beau des cadeaux au réveil : des pistes comme du velours.

À l'évidence, son traineau est bien plus imposant. Pour les mordus de mécanique, il y a de quoi être comblés ! 10 tonnes portées sur des chenilles de 5m de long, une motorisation de 530CV, un treuil avec 1000m de câble permettant une force de traction de 4,5 tonnes

et une lame avant qui peut pousser 1 tonne de neige. Pour Damien Siega, responsable du damage depuis 16 ans, « il faut bien tout ça pour remodeler les pistes et remonter au sommet de la pente les tonnes de neige descendues chaque jour par les virages des skieurs ».

Pour autant, cette surpuissance devient de la délicatesse quand la conduite commence. À l'intérieur de la cabine, ce n'est plus une démonstration de force. Les commandes sont sensibles et nécessitent de véritables doigts de fée. La lame est utilisée comme le prolongement de son bras et de ses doigts. À travers l'acier, il perçoit un toucher de neige dont lui seul a le secret.

The sun is setting. The skiers too, will be retiring in a few hours' time. On the other hand, the snow groomers are just about to start their nightly choreography. At 5.30pm, it's time: they take their places in their machines, start the engines and head off for a 7-hour shift. Just like Father Christmas, the snow groomer works through the night with his blade and cutter, providing skiers with the best gift of all when they wake up: pistes like velvet.

Obviously, this sleigh is much more imposing. For mechanical enthusiasts, it's a real treat! 10 tonnes carried on 5m-long tracks, a 530hp engine, a winch with 1,000m of cable providing a pulling force of 4.5 tonnes, and a front blade that can push 1 tonne of snow. For Damien Siega, who has been in charge of snow grooming for 16 years,

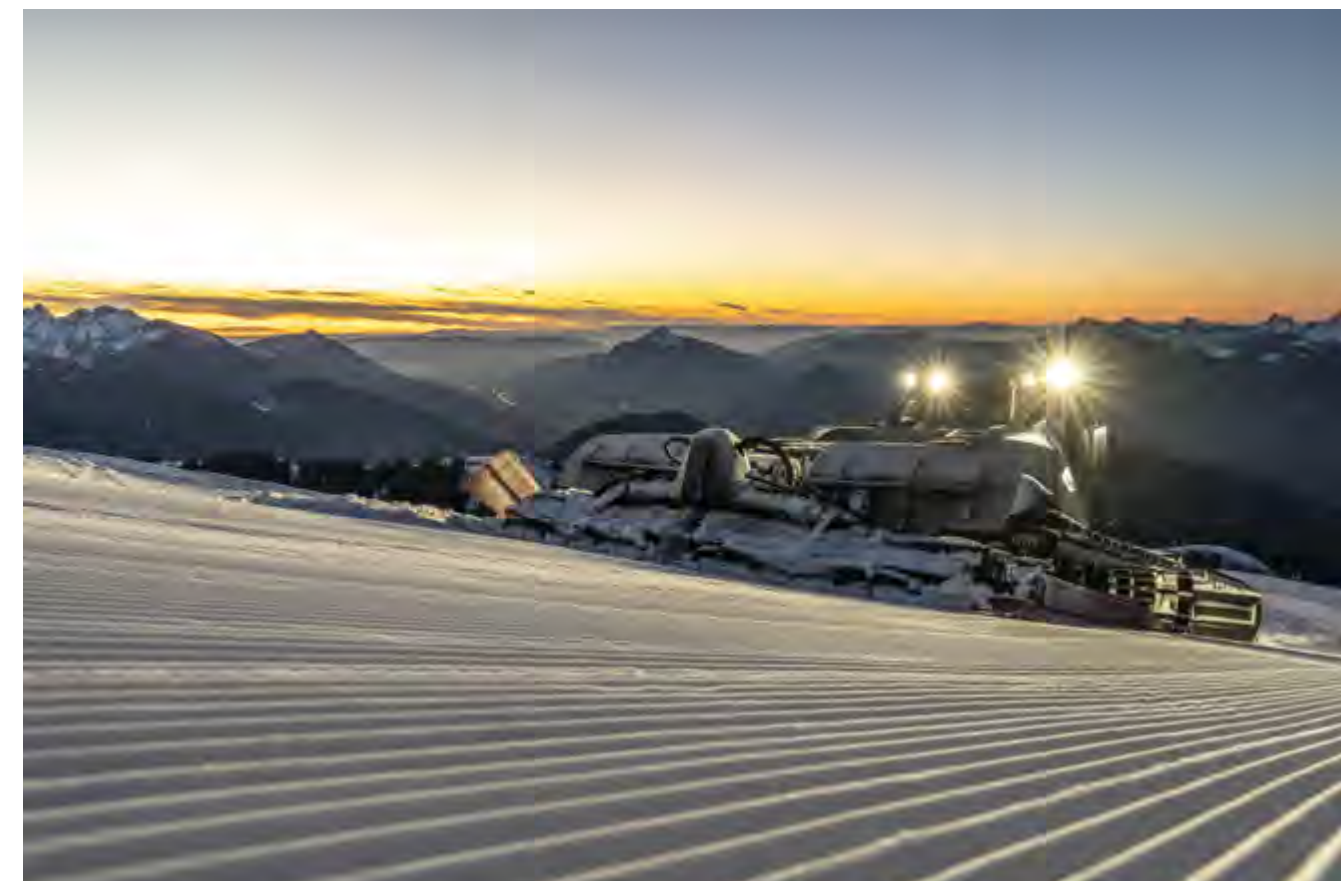
Chaque nuit, l'escouade de huit chauffeurs des Carroz répète les mêmes tâches de précision : casser et niveler les bosses, brasser la neige, jouer avec les épaisseurs et économiser le manteau neigeux, égaliser la pente, consolider des portions ou dégager des surfaces obstruées, lisser la neige et bien sûr tracer des lignes parfaites avec le peigne de la fraise. Tout ceci dans le seul but de garantir une superbe glisse. C'est en ce point qu'un bon dameur est aussi forcément un skieur. Pratiquer les pistes permet de connaître les sensations d'une super descente ; celle que tout le monde connaît !

Pourtant, le planning de travail n'aide pas à chausser les skis. Le poste habituel débute à 17h30 et prend fin à 1h. « Cette configuration correspond à une météo normale. On dame tôt pour que les pistes puissent redurcir avec le froid de la nuit. Par contre, si les flocons sont de la partie pendant la nuit, les horaires basculent de 2h à 9h pour que le domaine skiable soit prêt à l'ouverture ».

«it takes all this to reshape the slopes and move the tons of snow, brought down as skiers turn, back up to the top of the slope».

That said, this superpower becomes a matter of delicacy once driving begins. Inside the cab, it's no longer a show of force. The controls are sensitive and require a really delicate touch. The blade is used as an extension of the operator's arm and fingers. Through the steel, he gets a feel for the snow of which he alone has the secret.

Every night, Les Carroz's squad of twelve drivers repeat the same precision tasks: breaking and levelling bumps, grinding snow, juggling with thickness and sparing the snowpack, levelling the slope, consolidating sections or clearing obstructed surfaces, smoothing the snow and, of course, tracing perfect lines with the cutter's «comb». All this with the sole aim of guaranteeing superb skiability. It's in this respect that a good groomer must also be a good skier. Practicing on the slopes allows you to appreciate the sensations of a great descent - something that everybody knows!



Ce rythme en décalé est la preuve que le damage est une vocation. Il suffit d'interroger un dameur pour comprendre que la passion est la principale motivation. Beaucoup ont attrapé le virus lorsqu'ils étaient petits, jouant déjà avec des engins miniatures. Mais cette pénibilité du métier est aussi effacée par des moments privilégiés, comme « voir le coucher ou le lever de soleil, avoir la nature pour soi ou se faire des tête-à-tête avec les animaux ».

Dans le concret, chacun conduit sa machine et dame son secteur tout l'hiver. Cette répartition est précieusement définie par le plan de damage, sorte de briefing quotidien. Selon la météo, l'enneigement ou l'état du domaine, des tâches spécifiques y sont ajoutées.

Même si chacun est seul à façonner son petit coin, les dameurs forment une équipe. Un tout ne formant qu'un sur les 29 pistes des Carroz.

And yet, the work schedule doesn't make it easy to put on skis. The usual shift starts at 5.30pm and finishes at 1am. «This timeframe corresponds to normal weather conditions. We start early so that the cold nighttime temperatures can enable the slopes to harden. On the other hand, if it's snowy during the night, the shift changes from 2am to 9am, so that the ski area is ready to open". This out-of-sync rhythm shows that snow grooming is a vocation. You only have to ask a groomer to understand that passion is the main motivation. Many caught the bug when they were young, playing with miniature machines from an early age. But the arduous nature of the job is also offset by some special moments, such as «watching the sunset or sunrise, having nature all to yourself or coming face to face with the animals».

In practical terms, everyone drives their own machine and grooms their own sector throughout the winter. This allocation is carefully defined in the grooming plan, a sort of daily briefing.



Aujourd'hui, la technologie s'est mise au service d'un damage de plus en plus précis. Le tableau de bord est suritaminé avec de nombreuses fonctionnalités, des caméras de recul, un système de localisation GPS et surtout un dispositif de mesure précise de l'épaisseur du manteau neigeux. « En comparant des données issues du sol en été, la machine calcule la hauteur de neige sous les chenilles » explique Damien. Une prouesse et un atout à bien des égards. « Grâce à cette innovation, il est possible de déterminer avec exactitude les zones où la quantité de neige est suffisante ou non. On ajuste le damage pour avoir une couche homogène sur l'ensemble des pistes. Et on contribue à éviter le gaspillage des ressources en eau et en énergie pour ne produire ou ramener de la neige qu'aux endroits nécessaires ».

Avec engouement et discrétion, voilà comment, dans la solitude de la nuit, les dameurs façonnent nos journées de ski.

Depending on the weather, the snow conditions or the state of the ski area, specific tasks are added. But make no mistake, even if each one is on his own to prepare his own little spot... The groomers are all part of a team. All working as one on Les Carroz's 29 pistes.

Today, technology has a role to play in providing increasingly precise grooming. The dashboard is supercharged with a host of functions, including reversing sensors, a GPS location system and, above all, a device for accurately measuring the thickness of the snow cover. «By comparing data collected from the ground in summer, the machine calculates the height of snow under the tracks,» explains Damien. An amazing piece of equipment that is a huge asset in so many ways. «Thanks to this innovation, it's possible to determine exactly where there's enough snow and where there isn't. We adjust the grooming to ensure an even layer on all the slopes. And we do our bit to avoid wasting water and energy resources by only producing or bringing snow to the places where it's needed».

Discreetly and with enthusiasm... This is how, in the solitude of the night, the snow groomers shape our days' skiing.





Timalets, la piste emblématique qui conduit les skieurs au village et accueille les descentes aux flambeaux.
Timalets, the emblematic piste that brings skiers down to the village and provides the setting for torch-lit descents.

MODE D'EMPLOI

PRONONCIATION DES LIEUX EN HAUTE-SAVOIE

USER GUIDE: PRONUNCIATION OF PLACE NAMES IN HAUTE-SAVOIE

Les Carroz, Chamonix ou Avoriaz... En Haute-Savoie, le panel des noms typiques ne manque pas, plus particulièrement ceux finissant par -z ou -x. La prononciation, elle, est un casse-tête. Surtout que les locaux détestent entendre le nom mal prononcé de leur village adoré. Alors, fini de les contrarier ! Voici les quelques règles à connaître pour ne plus passer pour un monchu*.

Noms avec un 'z' final

Le 'z' est toujours muet. Cette lettre indique qu'il faut estomper la prononciation de la dernière syllabe et accentuer l'avant-dernière. Avec l'exemple des Carroz, il faut donc : ne pas prononcer le 'z' final et insister sur le 'r', en marquant à peine le 'o' final.

Noms avec un 'x' final

Pour les mots en -x, le principe est presque le même : la lettre finale ne se prononce pas non plus ; sauf que la prononciation doit être tonique sur la syllabe finale (et non l'avant-dernière). De ce fait, le sommet des Carroz se prononce la Tête des "Sai(x)" et non "SaiX". Exemple plus connu : tout le monde (ou presque) énonce Chamoni, sans dire le -x.

La lettre -s suit la même logique. Elle est un artifice qui ne se prononce pas dans Samoëns (autre station du Grand Massif).

Pourquoi ces terminaisons sont-elles muettes ?

Pour bien comprendre, il faut revenir aux alentours du 13ème siècle. À cette époque, le patois est le dialecte parlé dans l'État de Savoie. Ailleurs, le latin est la langue d'usage. Les scribes locaux ont alors cherché un moyen pour retranscrire à l'écrit le langage savoyard. Pour ce faire, ils décident d'ajouter des consonnes inutilisées de l'alphabet latin, comme le 'z' ou le 'x', à la fin de certains noms de localités. S'ajoute à cela les règles de prononciation énoncées ci-dessus. Ce principe n'est pas spécifique aux départements de Savoie. Par la force des choses, sans se demander pourquoi, les Français ne prononcent pas la lettre finale des villes comme Paris ou Bordeaux. Et ils ne la prononcent pas non plus pour certains noms communs comme nez, yeux ou cheveux.

*surnom patois pour désigner un touriste, plus particulièrement celui qui se fait remarquer par son attitude arrogante ou ses maladresses.

Les Carroz, Chamonix or Avoriaz... In Haute-Savoie, there is no shortage of typical names, especially those ending in -z or -x. Pronunciation, on the other hand, is a bit of a puzzle. Especially as the locals hate hearing the name of their beloved village mispronounced. So let's not upset them anymore! Here are a few rules you need to know if you want to stop sounding like a monchu.*

Names ending in 'z'

The 'z' is always silent. This letter indicates that you should soften the pronunciation of the last syllable and accentuate the one before. With the example of Les Carroz, you should therefore: not pronounce the final 'z' and emphasise the 'r', barely sounding the final 'o'.

Names ending in 'x'

For words ending in -x, the principle is almost the same: the final letter is not pronounced; except that the pronunciation must be stressed on the final syllable (and not the penultimate). As a result, the summit of Les Carroz is pronounced la Tête des 'Sai(x)' and not 'SaiX'. A better-known example: everyone (or almost everyone) pronounces Chamoni, without saying the -x.

The same logic applies to the letter -s. It is a character that is not pronounced in Samoëns (another Grand Massif resort).

Why are these endings silent?

To understand this, we need to go back to around the 13th century. At that time, Patois was the dialect spoken in the State of Savoy. Elsewhere, Latin was the language in use. Local scribes therefore sought a way of transcribing the Savoyard language into written form. To do this, they decided to add unused consonants from the Latin alphabet, such as 'z' or 'x', to the end of certain place names. On top of this come the pronunciation rules outlined above. This principle is not specific to the departments of Savoie. As a matter of course, without asking why, the French don't pronounce the final letter of cities like Paris or Bordeaux. Nor do they pronounce it for certain common nouns like "nez" (nose), "yeux" (eyes) or "cheveux" (hair).

**Patois nickname for a tourist, especially one who is conspicuous by his arrogant attitude or his blunders.*



DEVENEZ PROPRIÉTAIRE AUX CARROZ

BECOME A HOMEOWNER IN LES CARROZ



EMPLACEMENT IDÉAL VUE EXCEPTIONNELLE SUR LES MONTAGNES

Ideal location
Exceptional view of the mountains

APPARTEMENTS DU T2 AUX T4 CABINE TRIPLEX

Flats from 2-room to 4-room triplex cabins

ACCUEIL, PLAYROOM, ESPACE BIEN-ÊTRE : PISCINE, SAUNA, HAMAMM, JACUZZI, ETC.

Reception, playroom, wellness area :
swimming pool, sauna, hammam, jacuzzi, etc.

SERVICE DE GESTION ET DE CONCIERGERIE

Management and concierge services

Ce programme vous intéresse ?
Scannez le QR code !



0800 880 880

Numéro Vert : Appel gratuit depuis un poste fixe
Toll-free number: Free call from a landline

WWW.TERRESENS.COM
CONTACT@TERRESENS.COM

LYON Siège - 19 bis, Place Tolozan - 69001 / SAS AU CAPITAL DE 4 000 000 € - RCS Lyon 501 580 211
Illustrations à caractère d'ambiance non contractuelles. Se référer à la notice descriptive.
Illustrations are for illustrative purposes only and are not contractual. Please refer to description.



PORTRAIT

HANDISKI, RIEN D'IMPOSSIBLE !

SURVIVANT D'UN CRASH D'AVION : LE SKI POUR SE RECONSTRUIRE

HANDISKIING, NOTHING'S IMPOSSIBLE! PLANE CRASH SURVIVOR: SKIING TO REBUILD HIS LIFE

C'est l'histoire hors du commun de Yoan Jeandemange, un jeune homme guidé par ses rêves. Le premier depuis tout jeune, celui d'être pilote de ligne. Et le second après son terrible accident, celui d'être champion de ski. Une interview poignante et inspirante qui retrace son histoire, son parcours après le drame et ses ambitions.

Peux-tu te présenter en quelques mots ?

« Je m'appelle Yoan, j'ai 32 ans et je suis originaire de Cluses. J'étais pilote de ligne et j'ai eu un crash d'avion en juillet 2017. Après cet événement tragique, j'ai voulu me remettre au ski, en visant même la pratique en compétition. Aujourd'hui, mon pari est réussi puisque je suis athlète en paraski alpin. J'ai commencé le premier échelon des courses internationales cet hiver avec pour objectif d'atteindre les Jeux Paralympiques. »

Pour faire ton portrait et que les gens comprennent l'engagement fort qui est le tien, il faut forcément que nous évoquions cette étape difficile de ta vie qui te mène ici aujourd'hui... Quels seraient tes mots pour exprimer le drame que tu as vécu ?

« J'étais passionné d'aviation en étant petit. J'ai toujours suivi ce rêve-là en parvenant à mes fins puisque j'ai terminé mes études et je suis devenu pilote de ligne début 2017. Mais quelques mois plus tard, j'ai eu cet accident d'avion au Mont Cenis. Brûlé au troisième degré sur 50 % du corps, j'ai été



amputé d'un bras, d'une jambe et j'ai perdu la vision d'un œil. J'ai fait 7 mois de réanimation et 18 mois de rééducation. J'étais encore sur mon lit en réanimation à Lyon lorsque j'ai suivi les JO de 2018. Ça a été un vrai déclic pour moi. J'ai vécu les exploits d'Alexis Pinturault et Perrine Laffont avec beaucoup d'émotions. Ce moment précis a fait germer en moi l'envie de reprendre le ski et de montrer aux autres et à moi-même que j'étais capable d'aller loin dans ce sport. »

Pour toi, le sport en général, est-ce un exutoire ?

« Je pense que le sport apporte des valeurs importantes dans la vie : l'envie de se dépasser, la détermination ou encore la discipline. Le ski m'a aidé à surmonter cette épreuve en me redonnant un but. Ça m'a donné un objectif à court, moyen et long terme. J'ai aussi pu retrouver un lien social avec de nombreuses personnes qui m'ont rapidement soutenu. Dans le cas d'un accident comme le mien, avoir la chance de pouvoir continuer à pratiquer le ski m'a permis de montrer que je peux encore faire de belles choses malgré le handicap. C'est une leçon de vie qui peut s'appliquer à tous dans l'intention de se reconstruire. Au-delà du sport, j'aimerais que les gens s'inspirent de mon histoire pour ne jamais baisser les bras. »

Peux-tu nous parler de ton parcours pour redevenir skieur ?

« Durant ma rééducation, je m'imposais davantage de séances de kiné avec la volonté de reprendre rapidement le ski. Il y a eu tout un processus de prise de masse musculaire et de remise en forme. Enamont, il a aussi fallu réapprendre toutes les choses du quotidien. C'était dur de recommencer à skier sur les pistes vertes, sachant que je skiais bien avant. Travailler l'équilibre avec le poids de la prothèse était à prendre en compte lors de mes entraînements. J'ai aussi dû m'entraîner à utiliser des stabilisateurs. Cette période a duré un an et demi. Puis enfin, en 2021, je commence à skier sur une jambe dans l'optique de faire de la compétition. C'est alors que débute un entraînement encore plus intensif : préparation physique, stages sur glaciers, ski indoor, préparation mentale, nutrition, etc. Tout ça m'a permis d'entrer en compétition sur le circuit de la coupe de France la saison suivante. »

This is the extraordinary story of Yoan Jeandemange, a young man driven by his dreams. The first, from a very young age, was to be an airline pilot. And the second, after his terrible accident, was to become a champion skier. A poignant and inspiring interview that retraces his story, his journey after the tragedy and his ambitions.

Can you tell us a bit about yourself?

"My name is Yoan; I am 32 years old and I'm from Cluses. I was an airline pilot and I had a plane crash in July 2017. After this tragic event, I wanted to get back into skiing, even aiming for competition. Today, my efforts have paid off, as I'm a para alpine skiing athlete. I took part in top level international races this winter and my ultimate goal is reaching the Paralympic Games."

To build a portrait of you and help people understand how deeply committed you are, we inevitably have to talk about the difficult stage in your life that has brought you here today... Without going into all the details, what words would you use to express the horror you went through?

"I was fascinated by aviation as a child. I always followed this dream and I succeeded, because I finished my studies and became an airline pilot at the beginning of 2017. But a few months later, I had that plane crash on Mont Cenis. I suffered third-degree burns to 50% of my body, had to have an arm and a leg amputated and lost the sight in one eye. I spent 7 months in intensive care and 18 months in rehabilitation. I was still lying in bed in intensive care in Lyon when I watched the 2018 Olympic Games. That was a real turning point for me. I watched the performances of Alexis Pinturault and Perrine Laffont with huge emotion. That precise moment sparked the desire in me to take up skiing again and show others and myself that I was capable of going far in this sport."

Is sport in general an outlet for you?

"I think that sport fosters important values in life: the desire to excel, determination or even discipline. Skiing helped me to overcome this ordeal by giving me a sense of purpose. It gave me a short-, medium- and long-term goal. I was also able to reconnect socially with a lot of people who were quick to support me. In the case of an accident like mine, being lucky enough to be able to continue skiing has enabled me to show that I can still do great things despite my disability. It's a life lesson that can be applied to anyone who wants to rebuild their lives. Aside from sport, I'd like people to find inspiration in my story and never give up."

Can you tell us about what it took for you to become a skier again?

"During my rehabilitation, I made myself do more physio sessions with the aim of getting back to skiing as soon as possible. There was a whole process of building muscle mass and getting back into shape. Before that, I also had to relearn all the everyday things. It was hard to start skiing on green slopes again, knowing that I was a good skier before. Working on my balance with the weight of the artificial limb was something I had to take into account during my training sessions. I also had to practise using stabilisers. This period lasted a year and a half. Then finally, in 2021, I started skiing on one leg with the aim of competing. This was when I began training even more intensively: physical preparation, glacier courses, indoor skiing, mental preparation, nutrition, etc. All this enabled me to take part in the French Cup circuit the following season."

Quel est ton parcours en compétition et quelles sont les dates à venir ?

« J'ai disputé ma première compétition handiski aux Saisies en 2022 avant de signer mon premier podium en mars aux 7 Laux. J'ai terminé la saison dernière à la seconde place du classement général de la Coupe de France avec une première victoire en slalom. Cela m'a donné l'opportunité d'accéder aux FIS (compétition de premier échelon international) avec à la clé une première victoire en slalom à Sörenberg en Suisse. À l'heure où on se parle, il me reste encore plusieurs étapes (en France et en Autriche). L'objectif est de faire des bons résultats afin de me qualifier à une manche de Coupe du Monde et, à l'issue, pouvoir toucher du doigt les Jeux Paralympiques. C'est un de mes rêves, même si pour 2026 ça risque d'être un peu compliqué, car il me reste peu de temps pour être prêt en m'étant blessé en ce début de saison. »

Comment fonctionnent les Jeux Paralympiques ? Existence-ils différentes catégories en fonction du handicap ?

« Il y a trois catégories en handiski : fauteuil, malvoyant et debout dans laquelle je suis. Il y a 3 médailles, 3 podiums, hommes et femmes séparés. Tous les handicaps sont mélangés au sein de ces 3 grosses catégories. Puis au sein des catégories, au cas par cas, il y a des coefficients attribués pour rééquilibrer les temps selon l'importance du handicap. Dans la catégorie debout, ça peut aller du plus petit au plus grand handicap (des gens qui ont des amputations ou des hémiplegies). Par exemple, celui qui a une main en moins va être à 100%. Moi, je suis aux alentours des 86%. Donc sur une seconde réelle, il ne reste plus que 86 centièmes. »



What is your competition track record and what dates do you have coming up?

"I took part in my first handiskiing competition in Les Saisies in 2022 before achieving my first podium finish in March in Les 7 Laux. Last season, I finished second overall in the French Cup and won my first slalom race. This gave me the opportunity to take part in FIS races (international competitions), including my first victory in slalom at Sörenberg in Switzerland. At this moment in time, I still have several rounds to go (in France and Austria). The aim is to get good results so that I can qualify for a World Cup round and, at the end of that, a chance to take part in the Paralympics. It's one of my dreams, even if it's going to be a bit complicated for 2026, because I don't have much time left to get ready having been injured at the start of the season."

Je pense avoir apporté un autre regard aux jeunes de mon club. Avant moi, ils n'avaient jamais vu skier quelqu'un sur une jambe et encore moins dans les piquets de slalom. Moi, ça me donne envie de faire un chrono aussi bon qu'eux, de me dépasser...

I think I've given the youngsters in my club a different perspective. Before me, they'd never seen anyone ski on one leg, let alone through slalom gates. For my part, it makes me want to do as good a time as them, to surpass myself...

How do the Paralympic Games work? Are there different categories depending on disability?

"There are three classifications in handiskiing: sit-skiing, visually impaired and standing which I am in. There are 3 medals, 3 podiums, men and women separated. All disabilities are mixed within these 3 main categories. Then within the categories, on a case-by-case basis, there are coefficients allocated to even out the times according to the extent of the handicap. In the upright category, it can range from the smallest to the biggest disability (people with amputations or hemiplegia). For example, someone who is missing one hand will have a coefficient factor of 100%. My coefficient is about 86%. So in a real second, there are only 86 hundredths left."

LE SKI POUR TOUS AVEC L'ASSO' SAFE MOUNTAIN

SKIING FOR ALL WITH THE SAFE MOUNTAIN ASSOCIATION



Rendre accessible la pratique du ski malgré le handicap, c'est ce qui motive Hervé au quotidien avec son association Safe Mountain. Grâce à un fauteuil tandem, il offre des moments de pure glisse à des adultes

ou des enfants sur les pistes du Grand Massif. Un instant de liberté en pleine montagne, offert par cet altruiste au grand cœur. Rencontre.

Quelques mots sur l'association Safe Mountain

« L'association est née il y a 30 ans. À la base, nous faisons de la prévention des accidents de montagne. Et en 2004, ma fille et sa copine Ilona ayant un handicap moteur m'ont tanné pour passer la qualification ski fauteuil, pour que l'on puisse partir faire du ski tous ensemble. Je l'ai passée, et j'ai commencé à les emmener deux trois fois dans l'hiver. J'ai tout de suite accroché avec la pratique du ski en fauteuil et j'ai souhaité très rapidement intégrer des sorties gratuites au sein de l'association. De fil en aiguille, de nombreuses familles m'ont demandé si je pouvais emmener leurs enfants. En vingt ans, nous sommes passés de 15 sessions fauteuils dans l'hiver à une centaine aujourd'hui (avec un record à 123) ! Les sorties ont lieu principalement sur le Grand Massif (Les Carroz, Flaine) puis Chamonix, et en fin de saison Val Thorens et Val d'Isère. Dans l'association, tout le monde vient du secours ou du paramédical. J'étais moi-même pisteur-secouriste pendant 15 ans, puis infirmier et pompier volontaire. C'est un véritable atout. En effet, cela rassure les familles de savoir qu'en cas de problème, nous sommes capables d'apporter un encadrement médical. »

Des sorties gratuites pour rendre le ski accessible à tous

« Il y a une réelle volonté de rendre accessibles les sorties fauteuils, peu importe le handicap. À nous d'adapter les sessions au cas par cas. Bien sûr, l'accessibilité passe aussi par la gratuité de l'activité. Les familles souhaitent simplement que leur enfant revienne avec le sourire. Parfois, on ne fait qu'une seule descente et les personnes dans le fauteuil nous disent que c'était génial et que ça leur a suffi. Puis d'autres demandent plusieurs descentes avec plus de vitesse et d'engagement.

Making skiing accessible for those with a disability is what motivates Hervé on a daily basis with his Safe Mountain association. Using a tandem sit-ski, he offers adults and children pure riding pleasure on the slopes of the Grand Massif. A moment of freedom in the midst of the mountains, offered by this kind-hearted altruist. Let's meet him.

A few words about the Safe Mountain Association

"The association was founded 30 years ago. Initially, we were involved in mountain accident prevention. Then in 2004, my daughter and her friend Ilona, with motor disabilities, persuaded me to take the handicap skiing qualification, so that we could all go skiing together. I passed the exam and started taking them out two or three times during the winter. I was instantly hooked on the concept of tandem sit-skiing and I very quickly decided to integrate free outings within the association. One thing led to another and many families asked me if I could take their children. In twenty years, we've gone from 15 tandem sit-skiing sessions in the winter to around a hundred today (with a record of 123)! The outings take place mainly in the Grand Massif (Les Carroz, Flaine, then Chamonix, and at the end of the season Val Thorens and Val d'Isère). Everyone in the association comes from a rescue or paramedical background. I myself was a ski patroller for 15 years, then a nurse and volunteer fireman. It's a real asset. Indeed, it reassures families to know that in the event of a problem, we are capable of providing medical support."



L'évolution de l'accueil des personnes en situation de handicap sur les pistes

« J'ai vu une véritable évolution avec l'accueil des personnes en situation de handicap aux remontées mécaniques sur le Grand Massif. Toutes les stations jouent le jeu, ça se passe super bien. Par exemple, il y a enfin des toilettes pour les personnes à mobilité réduite. Toutes ces petites choses changent la donne pour rendre accessible le domaine skiable à tous. Je dois dire que le contact avec le personnel des remontées mécaniques via les sorties en fauteuil a aidé à faire évoluer les choses et les mentalités. »

La connexion avec les familles

« Grâce au bouche-à-oreille, de nombreuses familles se connectent avec l'association. Une dizaine viennent même chaque année en vacances aux Carroz pour profiter de sessions fauteuils. L'association Neuf de Cœur (l'association de Jean-Pierre Papin) a aussi fait venir beaucoup d'enfants et nous a aidés à trouver les financements pour l'achat d'un deuxième fauteuil. Au fil du temps, une confiance s'installe avec les familles et des liens se créent avec les parents. Beaucoup sont mes amis aujourd'hui. »

« Les seules limites sont celles que l'on s'impose »

« À force de pratiquer le ski en tandem, on prend énormément de plaisir, les sensations sont uniques ! Les gens ont une grande confiance dans le pilotage. On les amène progressivement vers de plus en plus de vitesse et ils apprécient particulièrement. On peut tout faire en tandem, la limite, c'est l'inclinaison de la piste car la prise de carre n'est pas la même. Il faut juste accepter que comme dans toute pratique d'une activité de glisse, il est possible de tomber. Toutes ces facettes de l'activité créent une vraie connexion entre le pilote et la personne pilotée. J'ai un gamin qui vient depuis trois ans et il adore la vitesse. Il se rappelle de la phrase que je lui ai dite la première fois que je l'ai vu : « Les seules limites sont celles que l'on s'impose ». Il m'a dit qu'il essayait d'appliquer cette maxime à sa vie de tous les jours. »

Un fauteuil VTT pour l'été 2024

« Cette année, la fondation ATMB (fondation pour la mobilité solidaire) prévoit l'achat d'un fauteuil VTT. C'est l'évolution que l'on voulait pour l'association afin de proposer des sorties hiver et été. Ça donnera la possibilité de faire des sorties vélo sur le Grand Massif. On a hâte de le tester. »

Free outings to make skiing accessible to everyone

"There is a real desire to make sit-ski outings accessible, regardless of the disability. It's up to us to adapt the sessions on a case-by-case basis. Of course, accessibility also means that the activity is free. Families just want their child to come back smiling. Sometimes we only do one run and the people in the sit-ski tell us that it was great and that it was enough for them. Others ask for several runs with more speed and commitment."

Changes in the way people with disabilities are received on the slopes

"I've seen a real change in the way people with disabilities are welcomed at ski lifts in the Grand Massif. All the resorts are embracing the idea, with a positive progression. For example, toilets are at last being provided for people with reduced mobility. All these little things make a big difference in ensuring that the ski area is accessible to everyone. I have to say that the contact I've had with the lift staff through the tandem sit-ski outings has helped to change things and attitudes."

The relationship with families

"Through word of mouth, many families get in touch with the association. A dozen or so even come on holiday to Les Carroz every year to take advantage of the sit-ski sessions. The "Neuf de Cœur" association (Jean-Pierre Papin's charity) has brought in a lot of children and helped us raise the funds to buy a second tandem sit-ski. Over time, confidence grew with the families and bonds are forged with the parents. Many of them are now my friends."

"The only limits are those that we impose on ourselves"

"As you get used to tandem skiing, you get a lot of pleasure out of it, and the sensations are unique! People have great faith in the handling. We gradually take them faster and faster, and they really appreciate it. You can do everything in tandem, the only limit is the pitch of the slope because the edges don't grip in the same way. You just have to accept that, as with any downhill snow sport, you could fall. All of these aspects mean that a real connection is created between driver and passenger. I have one kid who's been coming for three years and he just loves speed. He remembers what I said to him the first time I saw him: «The only limits are the ones that we impose on ourselves». He told me that he tries to apply this principle to his everyday life."

An adaptive mountain bike for summer 2024

"This year, the ATMB foundation (foundation for inclusive mobility) is planning to purchase an adaptive mountain bike. This is the kind of evolution we wanted for the association, so that we can offer outings in both winter and summer. It will give us the opportunity to organise bike rides in the Grand Massif. We can't wait to try it out."

FULL FEET SKI2000

LOCATION & VENTE MATERIEL



PRO SHOP BOOTFITTING
TECHNICIEN EXPERT CONFORT DU PIED

Expert technician in foot comfort

CHAUSSURE
Boot



CHAUSSEON
INJECTÉ
Injection
moulding



CHAUSSEON
THERMOFORMABLE
Heat moulding



SEMELLE
SUR MESURE
Made to measure
insole



SYSTÈME
CHAUFFANT
Boot heating
system



SIDAS
Your foot company™



1 route du Serveray - 74300 LES CARROZ
www.ski2000.fr / contact@ski2000.fr
+33(0)4 50 90 00 82 / +33(0)6 07 04 95 32

ACTIVITÉS ÉTÉ

SUMMER ACTIVITIES



VTT DE DESCENTE - DOWNHILL MOUNTAIN BIKING



MINI-GOLF - MINI-GOLF



TÉLÉCABINE DE LA KÉDEUZE - GONDOLA KEDEUZE



GOLF - GOLF COURSE



RANDONNÉE - HIKING



VTT - MOUNTAIN BIKING



AQUACÎME - SWIMMING POOL



PÊCHE - FISHING



MOUNTAINCART - MOUNTAINCART



TÉLÉSIÈGE TÊTE DES SAIX - CHAIR LIFT TÊTE DES SAIX



PARAPENTE - PARAGLIDING



ÊTRE À L'AFFÛT

UNE ANIMATION SUR LES TRACES DE LA FAUNE SAUVAGE

ON THE LOOKOUT: AN ACTIVITY FOLLOWING IN THE TRACKS OF WILD ANIMALS

Comme chaque semaine durant l'été, à 17h, Loïc Moret (accompagnateur en moyenne montagne et président de l'association communale de chasse des Carroz) et quelques chasseurs bénévoles donnent rendez-vous aux vacanciers. Au programme : une sortie de trois heures à la découverte de la faune sauvage locale. Après 45 min de marche sur un sentier à travers les alpages, le petit groupe accède au col de Vernant. À 1967 m d'altitude, le promontoire à flanc de falaise offre une vue à couper le souffle sur les pentes escarpées de la combe de Vaconnant, espace naturel protégé.

Un spectacle grandeur nature

Là-haut, la magie du lieu opère. La nature sauvage invite à se taire, à attendre et à se sentir insignifiant. Sauf un gros coup de chance, l'observation ne peut pas se faire dans la précipitation. Cette humilité et cette patience s'accompagnent de l'excitation silencieuse de réussir à voir quelque chose ce

Every week during the summer, at 5pm, Loïc Moret, mountain guide and president of the Carroz communal hunting association, invites holidaymakers to join him. On the programme: a three-hour outing to discover local wildlife. After a 45-minute walk along a path through alpine pastures, the small group reaches the Vernant pass. At an altitude of 1967 m, the promontory on the edge of a cliff affords breathtaking views of the steep slopes of the Combe de Vaconnant, a protected natural area.

A magnificent full-scale display

Up there, the setting works its magic. The wilderness encourages you to fall silent, to wait all the while feeling insignificant. Unless you're really lucky, you can't rush observation. This sense of humility and patience is accompanied by the silent anticipation of seeing something tonight. As the light slowly fades, animals offer their greatest gift - their presence. Those equipped with binoculars or spotting scopes can watch chamois and ibex leaping from rock to rock. Even with the help of an optical instrument, you

soir. Alors que la lumière décline doucement, les animaux offrent leur plus beau cadeau, celui de leur présence. Les participants munis de jumelles ou de longues-vues observent chamois et cerfs bondir d'un rocher à l'autre. Même avec l'aide d'un instrument d'optique, il faut réussir à les suivre en mouvement. L'exercice demande de l'attention. Tous les sens sont en éveil. Devant ce spectacle, les enfants ont les yeux écarquillés et croient rêver. Face à la beauté fascinante des animaux dans leur milieu, les questions fusent. Loïc, en grand amoureux de la nature, y répond avec enthousiasme. Il explique leur mode de vie, leur morphologie, leurs habitudes et rappelle aussi la nécessité de respecter leur quiétude. Une attitude essentielle pour préserver ce lieu où cervidés et bovidés ont trouvé leur sanctuaire. « En moyenne, nous pouvons observer environ 50 individus », assure l'accompagnateur, rappelant que 250 cerfs vivent dans la combe. Il n'est pas rare, à la descente, de croiser chevreuils et marmottes à seulement une centaine de mètres. Un casse-croûte savoyard conclut cette expérience exclusive. Les places limitées sont à réserver à l'Office de Tourisme (enfant accepté dès 8 ans).

still have to be able to follow their movements. It requires great concentration. All the senses are alert. Faced with such sights, children's eyes are wide with awe as if it's all a dream. Seeing the fascinating beauty of animals in their natural environment, the questions come thick and fast. Loïc, a great lover of nature, enthusiastically answers them. He explains their way of life, their morphology, their habits, and reminds us of the need to respect their tranquillity. This attitude is essential to preserving this area, where cervids and bovids have found their sanctuary. "On average, we can observe 50 individuals," says the guide, pointing out that 250 deer live in the vale. On the way down, it's not unusual to come across red deer, roebucks and hinds, wild boar and marmots just a few hundred metres away. A Savoyard snack concludes this exclusive experience. Places are limited and must be booked at the Tourist Office (children welcome from the age of 8).





ARTISANAT

ASCENSION ARTISTIQUE

PORTRAIT D'ÉRIC ALAMICHEL, ARTISAN-CRÉATEUR

ARTISTIC ASCENT: PORTRAIT OF ÉRIC ALAMICHEL, ARTISAN DESIGNER

La vie est un voyage ponctué de multiples chapitres où chaque décision façonne la destinée. Ce récit est celui d'un amoureux de la montagne qui, après avoir emprunté des sentiers variés et enchaîné plusieurs métiers, a finalement trouvé sa voie dans l'artisanat. Il est d'abord pisteur-secouriste et guide de haute montagne pendant une vingtaine d'années quand une opportunité se présente, celle d'être consultant en Russie pour développer les domaines skiables. Les Jeux Olympiques de Sotchi viennent de se clôturer mais l'engouement pour le ski est lancé. En 2016, toujours à l'Est, il rejoint un autre pays désireux d'acquérir les connaissances européennes en matière de sécurité sur les pistes, la Chine, qui regarde déjà vers les JO 2022. Alors qu'il effectue une troisième mission à l'étranger en Géorgie, le Covid-19 interrompt brutalement ses plans. Dans l'avion direction la France, Éric pense revenir prochainement. Il ignore encore que ce retour au pays est définitif. Avec le statu quo mondial sur les frontières et sur l'industrie touristique, cette pause forcée va durer jusqu'à le faire douter. Et si cette épidémie était le bon moment pour réaliser une envie qui germe depuis longtemps au fond de lui ? Celle de créer quelque chose de ses mains.

Réunissant ses deux passions pour l'art et la montagne, Éric lance CRAG (« falaise » en anglais), sa marque de tableaux déco. Le processus de fabrication est artisanal. Chaque design est dessiné

Life is a journey punctuated by multiple chapters where each decision shapes destiny. This is the story of a mountain lover who, having followed a variety of avenues and tried his hand at several trades, finally found his calling in the craft industry.

He started out as a ski patrolman and mountain guide for around twenty years, and then an opportunity arose to become a consultant in Russia to develop ski areas. The Sochi Olympic Games had just ended, but the enthusiasm for skiing had begun. In 2016, still in the East, he joined another country keen to acquire European expertise in piste safety, China, which was already looking ahead to the 2022 Winter Olympics. During his third mission abroad in Georgia, Covid-19 abruptly interrupted his plans. On the plane back to France, Éric assumed he'd be going back. What he couldn't know then was that his return home was to be definitive. With the global status quo on borders and the tourist industry, this enforced break would last until he began to doubt his return. What if this epidemic was the right time to fulfil a long-standing desire of his? To create something with his own hands. Bringing together his two passions for art and the mountains, Éric launched CRAG (as in the English word), his brand of decorative artwork. The manufacturing process is artisanal. He draws each design himself using digital software. Fibracolor sheets - wood fibre panels - are sanded with a fine grain to obtain a homogeneous and slightly porous surface. Using a highly precise laser (down to 1/10th of a millimetre), the frame is cut to match every detail of the design. Cleaning with



par ses soins à l'aide d'un logiciel numérique. Les plaques de Fibracolor - panneaux de fibres de bois - sont poncées au grain fin pour obtenir une homogénéité de surface et une légère porosité. Grâce à un laser très précis (jusqu'à 1/10ème de mm), le cadre est découpé selon toutes les subtilités du dessin. Un nettoyage à l'alcool permet d'obtenir une surface propre et uniforme, prête à accueillir la finition réalisée avec de l'huile de lin teintée.

Au commencement, il teste avec humilité son concept dans le cadre intimiste des marchés avec trois modèles. Quatre années plus tard, plus de trente tableaux sont disponibles sur ses points de vente ou sur son site en ligne. Sur chacun d'entre eux, Éric

prête attention à ce que le mouvement soit juste et que l'atmosphère soit réaliste. Pour lui, c'est chose facile puisque la montagne berce son quotidien, lui offrant une source inépuisable d'inspiration pour ses créations. Le temps d'un instant, à admirer un coucher de soleil ou à pratiquer un sport outdoor et voilà qu'il perçoit une silhouette ou une ligne à travailler dans son atelier ; les prémices d'un nouvel objet 100% local et artisanal.

Les créations d'Éric sont à découvrir sur les étals du Marché des Producteurs et Artisans du vendredi (en saison). Un rendez-vous incontournable pour rencontrer les talents locaux.



alcohol leaves a clean, even surface, ready for finishing with tinted linseed oil.

At first, he modestly tested his concept in the informal setting of markets with just three models. Four years later, more than thirty works are available for purchase at his retail outlets or on his website. On each of them, Éric pays particular attention to getting the movement just right with a realistic atmosphere. For him, it's an easy thing to do, as the mountains are part of his daily life, providing an inexhaustible source of inspiration for his creations. Time spent admiring a sunset or practising an outdoor sport, and that's when he notices a silhouette or a line to work on in his workshop - the start of a new 100% locally-crafted object.

Éric's creations can be seen on the stalls of the Friday Producers' and Artisans' Market (during the season) - the perfect opportunity to meet talented local artists.



Chapelle du Pernand datant de 1733, située dans le vieux hameau du même nom et dédiée à Sainte Marie-Madeleine.
The Pernand chapel dating back to 1733, is located in the old hamlet of the same name and is dedicated to Sainte Marie-Madeleine.



ÉVÉNEMENT DU BON SON

UN FESTIVAL ÉLECTRO POUR CÉLÉBRER LA FIN DE SAISON
GOOD SOUNDS: AN ELECTRO FESTIVAL TO CELEBRATE THE END OF THE SEASON

Après une première édition en 2024, le festival Electro Snow va s'inscrire comme un événement récurrent du planning de l'hiver. L'intention ? Qu'à chaque fin de saison, fin mars ou début avril, les pistes de ski vibrent au rythme de DJs de renom. Après avoir accueilli le célèbre DJ masqué Sound Of Legend, Eymeric Paire et DJ Deal, ce sont de nouveaux artistes à l'honneur sur 2025 : Feder, Boris Way et Aohna. À 1800m d'altitude, au cœur du domaine skiable Grand Massif, l'Electro Snow réunit les passionnés de glisse et de musique. Le festival est accessible aux titulaires d'un forfait remontées mécaniques (skieur ou piéton) – les concerts sont gratuits.

After its first edition in 2024, the Electro Snow festival is set to become a regular fixture on the winter calendar. The intention? At the end of every season, at the end of March or the beginning of April, the ski slopes should rock to the beat of famous DJs. After welcoming the famous masked DJ Sound Of Legend, Eymeric Paire and DJ Deal, 2025 will feature new artists: Feder, Boris Way and Aohna. At an altitude of 1800m, at the heart of the Grand Massif ski area, Electro Snow brings together winter sports enthusiasts and music lovers. The festival is open to holders of a lift pass (skier or pedestrian) - the concerts are free.



RÉSEAUX SOCIAUX SOCIAL MEDIA

S'extasier devant un coucher de soleil ou être aux premières loges pour les premières chutes de neige de la saison... Les réseaux sociaux sont incontournables pour maintenir un lien de proximité entre vacanciers, locaux et curieux partageant une passion commune : le charme des Carroz. Nombreux sont ceux qui aiment et commentent les publications, témoignant ainsi d'un lien fort avec la station. Voici un aperçu des posts publiés sur les comptes **@Les Carroz Officiel**.

Marvel at the beauty of a sunset or get an early view of the first snowfall of the season... Social media is an essential tool for maintaining close links between holidaymakers, locals and other curious visitors who

*share a common passion: the charm of Les Carroz. Many people like and comment on the posts, reflecting their strong attachment to the resort. Here is a snapshot of posts published on the **@Les Carroz Officiel** accounts.*



TERROIR

DE LA CUEILLETTE, À L'ASSIETTE

LA MYRTILLE, UNE PETITE BAIE PAS SI SAUVAGE
THE BILBERRY, A LITTLE BERRY THAT'S NOT SO HARD TO FIND

C'est un sport régional qui ne fait pas exception aux Carroz. La cueillette des myrtilles compte parmi les pratiques ancestrales en montagne. Il est facile de comprendre pourquoi dès qu'elle est dégustée. Petite par la taille, mais grande par le goût ! Cette baie bleue-violacée, issue de la famille des fruits rouges, réussit le parfait accord entre sucrosité et acidité.

La cueillette

Même si les habitués peinent à partager leurs coins (un peu comme pour les champignons), il est facile de trouver des myrtilles sauvages le long des sentiers de randonnée. Elles adorent les versants sud et se cachent à proximité des sous-bois parsemés, offrant une protection idéale au soleil de l'été. La saison de la récolte est lancée de juin à septembre. Un conseil : les baies sont généralement meilleures à la mi-août car gorgées en sucre. Pour les trouver aux Carroz, il faut par exemple aller fureter du côté de la combe de l'Airon. Les pentes en dessous de la Tête des Saix, derrière le lac, sont un spot tout indiqué pour remplir un panier.

Dans l'assiette

À déguster nature tel un bonbon, à parsemer généreusement en coulis ou à sublimer en pâtisserie, la myrtille s'apprécie de bien des façons. Beaucoup s'accorderont à dire que le must reste une délicieuse tarte bien garnie. Alors pourquoi se priver de la recette ?



It's a regional sport which certainly applies to Les Carroz. Bilberry picking is an age-old tradition in the mountains. Easy to understand once you've tasted one. Small in size, but big in flavour! This purplish-blue berry, a member of the red fruit family, strikes the perfect balance between sweetness and acidity.

Harvesting

Even if regulars are reluctant to share their spots (much as they are with mushrooms), it is easy to find wild bilberries alongside hiking trails. They love south-facing slopes and can be found close to partially shaded undergrowth, offering ideal protection

from the summer sun. The harvest season is from June to September. Our advice: the berries are best in mid-August, when they are full of sugar. To find them in Les Carroz, you could take a look around the Airon bowl, for example. The slopes below the Tête des Saix, behind the lake, are also a great place to fill a basket.

Eating

Enjoyed on its own like a sweet, liberally scattered in a coulis or jam, or delicious in pastries, the bilberry can be enjoyed in many different ways. Many people would agree that in a delicious, well-filled tart is best. So why deprive yourself of the recipe?



Un trésor nutritionnel

Aussi bonne que bénéfique... Au Moyen-Âge, son utilisation médicinale était déjà connue pour prévenir certaines maladies infectieuses. Riche en vitamine C, la myrtille est énergisante, antioxydante et une alliée beauté de choix. Parmi ses utilisations : soulager les troubles digestifs en régulant le transit intestinal ; lutter contre le vieillissement ou les problèmes de peau (eczéma) ; ou encore favoriser la santé des yeux.

A nutritional treasure

As good as it is beneficial... Its medicinal use was already known in the Middle Ages to prevent certain infectious diseases. Rich in vitamin C, bilberries are energising, antioxidant and a great beauty ingredient. Among its uses: relieving digestive problems by regulating intestinal transit; combating ageing or skin problems (eczema); or even helping to keep eyes healthy.

LA RECETTE

DE SANDRINE, PÂTISSIÈRE À L'ALPAGE DE L'AIRON

THE RECIPE BY SANDRINE, PASTRY CHEF AT THE ALPAGE DE L'AIRON

Pour un moule de 28-30cm et pour environ 900g de myrtilles fraîches.

Ingrédients de la pâte à tarte

300g de farine
110g de sucre en poudre
125g de beurre moelleux
2c à soupe d'eau
Prévoir environ 15min pour une préparation à la main ou 5min pour une préparation au robot.

Ingrédients de la crème d'amandes

50g de poudre d'amandes
50g de sucre en poudre
50g de beurre mou
1 oeuf
25g de farine
Couper le beurre mou dans un saladier. Ajouter le sucre en poudre. Mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation blanchie. Ajouter l'œuf et la poudre d'amandes. Bien mélanger et ajouter la farine.

Étaler la pâte au rouleau. Beurrer et chemiser le moule avant d'y mettre la pâte. Ajouter un peu de sucre au fond. Précuire la pâte au four 15 minutes à 150 degrés. À la fin de la pré cuisson, sortir la pâte. Ajouter la crème d'amandes, puis les myrtilles préalablement bien rincées à l'eau et égouttées. Finaliser la cuisson de la tarte au four à 180 degrés pendant 15 à 20 minutes. En option : faire briller la tarte avec de la gelée de coing ou du nappage blond. Bonne dégustation !

For a 28-30 cm tart tin and approximately 900g of fresh bilberries.

Pastry ingredients

300g plain flour
110g caster sugar
125g softened butter
2 tbsp water
Allow a preparation time of 15 minutes by hand or 5 minutes in a food processor.

Ingredients for the almond cream

50g powdered almonds
50g caster sugar
50g softened butter
1 egg
25g flour
Cut up the butter in a bowl. Add the caster sugar. Blend until the mixture has turned white. Add the egg and the powdered almonds. Mix well and add the flour.

Flatten the pastry dough with a rolling pin. Butter and line the tin before placing the dough in. Add a little sugar in the bottom. Precook the dough for 15 minutes in the oven at 150°C. Once the pastry is pre-cooked, remove it from the oven. Add the almond cream, then the bilberries, which have been thoroughly rinsed in water and drained. Finish cooking the tart in the oven at 180°C for 15 to 20 minutes. As an option, you can glaze the tart with quince jelly or a similar topping. Enjoy!

MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

BIEN SE PRÉPARER AVANT DE DÉVALER LES PISTES

PREVENTION IS BETTER THAN CURE: BE WELL PREPARED BEFORE HITTING THE SLOPES

Skier... Autrement dit vivre des sensations uniques, se sentir libre, admirer la vue souvent imprenable. Comme si, le temps d'une journée, chaque souci pouvait disparaître à grand renfort de virages à skis. Cet enthousiasme éclipse le fait que c'est un sport exigeant qui demande au corps un effort bien différent. Une mauvaise condition physique compte parmi les premiers facteurs de blessures. Un petit entraînement est donc nécessaire pour dévaler les pistes de ski sans incident. Conseils avec Léa, kinésithérapeute aux Carroz et coach en cross training à ses heures perdues.

La préparation avant le ski

Se préparer est essentiel pour protéger davantage les ligaments et minimiser les blessures, comme les entorses. Notre kinésithérapeute recommande d'ailleurs de commencer à s'entraîner 6 semaines avant la première descente. Le rythme idéal est de deux fois par semaine afin de réellement créer du muscle.

Les muscles utilisés au ski

Pour faire de plus beaux virages, les jambes et les fessiers sont les plus sollicités. Il faudra donc être solide sur ses appuis pour briller dans la pente. Autre zone utilisée : la ceinture abdominale pour bien garder l'équilibre. Des muscles invisibles mais vitaux sont aussi mis à l'épreuve par le ski. Comme les poumons et le cœur. En effet,

avec l'altitude et le froid, le système cardio-vasculaire doit travailler plus que dans des conditions climatiques normales (où la pression atmosphérique et l'oxygène dans l'air sont habituels). Enfin, dans les disciplines qui nécessitent des bâtons, les bras sont forcément stimulés. Ainsi, avoir un peu de force dans les triceps peut aider à passer certains plats du domaine skiable.

Les activités bénéfiques pour le ski

Certaines activités communes aident à se préparer avant de skier. Par exemple, la marche est excellente pour activer les quadriceps. Le vélo renforce aussi les mêmes groupes musculaires que le ski (les fessiers, les jambes et les abdos).

Skiing... in other words, experiencing unique sensations, feeling free, admiring the often unbeatable views. It's as if, for just one day, your worries could disappear with a few turns on skis. This enthusiasm overshadows the fact that it is a demanding sport requiring a very different kind of effort from your body. Poor physical condition is one of the main causes of injury. A little training is all that's needed to ensure you can enjoy the slopes without incident. Léa's advice, physiotherapist in Les Carroz and cross-training coach in her spare time.

Pre-ski preparation

Preparation is essential to better protect ligaments and minimise injuries such as sprains. Indeed, our physiotherapist recommends that you start training 6 weeks before your first descent. The ideal pace is twice a week in order to truly build muscle.

The muscles used in skiing

To perform the best turns, the legs and glutes are the muscles most used. So you need to be solid on your feet if you want to shine on the slope. Another area used: the abdominal girdle to keep your balance. Invisible but vital muscles

are also put to the test when skiing. Such as the lungs and the heart. This is because altitude and cold mean that the cardiovascular system has to work harder than in normal climatic conditions (where atmospheric pressure and oxygen in the air are at normal levels). And finally, in sports that require poles, your arms are inevitably involved. So having a bit of strength in your triceps can help you get over some of the flat parts of the ski area.

Activities that benefit skiing

Some common activities help you prepare prior to skiing. For example,



Un entraînement nécessaire

Comme pour toute activité physique, il faut s'échauffer. Réaliser des mouvements actifs entre 10 et 20 minutes avant de réaliser ses premières descentes est un bon échauffement pour commencer l'activité plus sereinement. Parce qu'il serait dommage de se faire un claquage, Léa partage quelques exercices faciles.

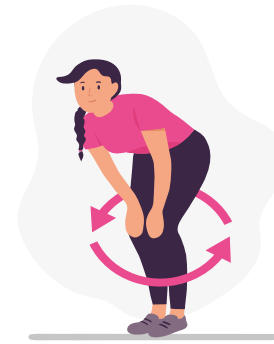
walking is excellent for getting the quadriceps moving. Or cycling strengthens the same muscle groups as skiing (glutes, legs and abs).

A necessary practice routine

As with any physical activity, you need to warm up. Performing active movements for 10 to 20 minutes before your first runs is a good warm-up for starting the activity with greater peace of mind. Since it would be a shame to pull a muscle, Léa has shared some simple exercises.

LES EXERCICES DE LÉA LÉA'S EXERCISES

ÉCHAUFFEMENT WARM-UP



EXERCICE 1 : ROTATION DES GENOUX

Mettre les mains sur les genoux et effectuer 8 rotations dans un sens puis, 8 dans l'autre.

KNEE ROTATIONS

Put your hands on your knees and perform 8 rotations in one direction, then 8 in the other.

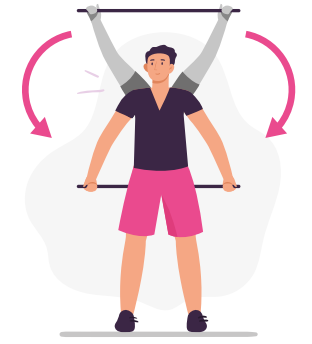


EXERCICE 2 : ROTATION DES HANCHES

Mettre les mains sur les hanches, et effectuer 8 rotations dans un sens puis, 8 dans l'autre.

HIP ROTATIONS

Put your hands on your hips and perform 8 rotations in one direction, then 8 in the other.



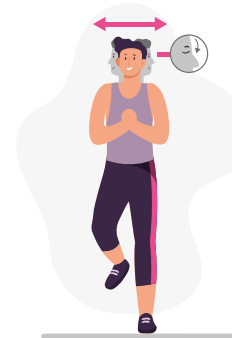
EXERCICE 3 : ROTATION DES ÉPAULES

À l'aide d'un bâton, les bras écartés et le dos droit : effectuer 8 rotations en avant et en arrière.

SHOULDER ROTATION

Using a pole, with arms wide apart and back straight, perform 8 rotations forwards and backwards.

RENFORCEMENT MUSCULAIRE MUSCULAR EXERCISE



EXERCICE 4 : PROPRIOCEPTION SUR UNE JAMBE

Se mettre sur une jambe.

Niveau 1 : Tenir la position.

Niveau 2 : Ajouter une rotation de la tête, en allant de gauche à droite.

Niveau 3 : Fermer les yeux tout en effectuant la même rotation de la tête. Penser à refaire l'exercice en changeant de jambe.

PROPRIOCEPTION ON ONE LEG

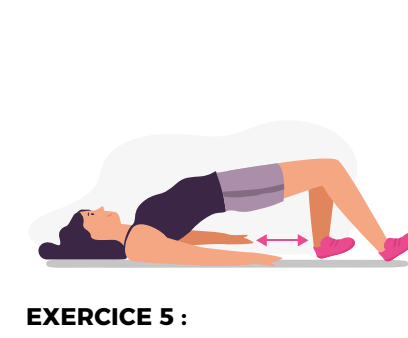
Stand on one leg.

Level 1: Hold that position

Level 2: Add a rotation of the head, moving from left to right.

Level 3: Close your eyes while still rotating your head.

Remember to repeat the exercise by changing legs.



EXERCICE 5 : ISCHIO-JAMBIERS

S'allonger sur le sol, les bras le long du corps, et lever les fesses.

Niveau 1 : Tenir la position les fesses levées et les jambes statiques (plus les pieds sont loin des fesses, plus l'exercice est difficile).

Niveau 2 : Tenir la position et effectuer des petits pas en avant et en arrière.

HAMSTRINGS

Lie on the floor, arms by your sides, and raise your buttocks.

Level 1: Hold the position with your buttocks raised and your legs static (the further your feet are from your buttocks, the more difficult the exercise).

Level 2: Hold the position and take small steps forwards and backwards.



EXERCICE 6 : CHAISE CONTRE UN MUR

S'adosser à un mur.

Niveau 1 : Genoux partiellement pliés.

Niveau 2 : Genoux à 90°.

Niveau 3 : Genoux à 90°, et monter/descendre les talons.

THE CHAIR

Back against a wall.

Level 1: Knees partially bent.

Level 2: Knees at 90°.

Level 3: Knees at 90°, and raise/lower your heels.

ANIMATIONS

DES SOUVENIRS POUR TOUS

UNE GAZETTE HEBDOMADAIRE POUR ENCHANTER L'HIVER

SOUVENIRS FOR EVERYONE: A WEEKLY GAZETTE OFFERING WINTER DELIGHTS

Pot d'accueil - Concert - Déambulation musicale et lumineuse - Sculpture sur glace - Descente aux flambeaux - Construction d'igloo - Spectacles - Marché de Noël - Bal du Nouvel An - Feu d'artifice - Marché des Producteurs et Artisans - Ski Show - Atelier créatif - Chasses au Trésor - Initiation et balade à thème...

Welcome drink - Concert - Wandering musical and light show - Ice sculpture - Torchlight descent - Igloo building - Shows - Christmas market - New Year's Eve party - Fireworks - Producers' market - Ski show - Creative workshop - Treasure hunt - Introduction and themed walk...



DE BON CONSEIL

LES AMBASSADRICES DU TERRITOIRE

GOOD ADVICE: AMBASSADORS FOR THE AREA

Les conseillères en séjour de l'Office de Tourisme connaissent le territoire comme personne. Elles cultivent le savoir des anciens du village, l'attachement à la station et le goût de la découverte. Chaque saison, ces expertes délivrent des conseils « haute couture » pour le plus grand bonheur des vacanciers. Et si elles vous en disaient déjà un peu plus avant votre arrivée ?

Caroline : LA pro des activités hivernales

Elle adore susciter l'émerveillement et la surprise chez les vacanciers qui découvrent la station pour la première fois. Parlant plusieurs langues grâce à ses nombreux voyages, elle veille à ce que chaque vacancier se sente accueilli et conseillé ! Son rituel depuis trois ans : l'été en Bretagne et l'hiver aux Carroz, sa station de cœur. Pour elle, la destination a une double personnalité : le côté familial avec des activités ludiques et des petites balades autour du village. Et la possibilité de monter en altitude pour vivre des sensations fortes, idéales pour les férus de sport. Toujours en vadrouille, Caroline aime enfiler ses raquettes pour une balade à la Pestaz, avec un arrêt à « La Lanche d'en bas ». C'est un havre de paix loin des foules et la vue est imprenable sur le Môle. Sinon, elle se replonge dans les vestiges du patrimoine carrozien, à la Chapelle du Pernand ou au hameau de la Colonnaz.

Laura : experte en conseils pour les familles

Originaire du village, elle l'aime tellement qu'elle ne l'a jamais quitté ! Selon elle, dans son métier, la question n'est pas « Qu'est-ce que l'on peut faire ? » mais « Qu'est-ce que vous avez envie de faire ? ». Sa plus grande satisfaction : lorsqu'une famille repart avec le sourire et plein d'idées d'activités. Pour elle, il est essentiel de parler de lieux qu'elle connaît afin de transmettre son ressenti et de conseiller avec le cœur. Laura prend donc plaisir à partager quelques endroits « confidentiels ». Les vacanciers se sentent alors privilégiés. D'ailleurs, en parlant de spots « cachés », elle adore se balader vers une petite cascade au-dessus des Grangettes pour un instant fraîcheur. Autre idée à glaner l'été : prendre le télésiège de Tête des Saix pour une vue à 360° et redescendre à pied jusqu'au village.

The Tourist Office advisors know the area better than anyone. They draw on the knowledge of village elders, their attachment to the resort and their taste for discovery. Each season, these experts deliver "top of the range" advice to the delight of holidaymakers. And what if they told you a little more before your arrival?

Caroline: the pro for winter activities

She loves to inspire wonder and surprise in holidaymakers discovering the resort for the first time. Speaking several languages thanks to her numerous travels, she makes sure that every holidaymaker feels welcome and well looked after! Her ritual for the past three years: summer in Brittany and winter in Les Carroz, her favourite resort. For her, the destination has a dual personality: the family side with fun activities or short walks around the village. Plus the possibility of heading to higher altitudes for thrilling experiences, ideal for sports enthusiasts. Always on the go, Caroline likes to strap on her snowshoes for a walk to La Pestaz, with a pause at "La Lanche d'en bas". It's a haven of peace away from the crowds, and the view of the Môle is breathtaking. Otherwise, she likes to delve into the remnants of Carrozan heritage at the Pernand Chapel or the hamlet of La Colonnaz.



Laura: expert advisor for families

Born and bred in the village, she loves it so much that she never left! In her view, the question in her role is not "What can we do?" but rather "What do you want to do?". Her greatest satisfaction is when a family leaves with a smile on their faces and lots of ideas for activities. For her, it's essential to talk about places she knows in order to convey her feelings and give advice from the heart. So Laura takes pleasure in sharing a few "special" places. Holidaymakers are made to feel privileged. Speaking of "hidden" spots, she loves strolling to a small waterfall above Les Grangettes for a refreshing moment. Another idea to consider in the summer season: take the Tête de Saix chairlift for a 360° view and walk back down to the village.

SOUVENIRS DE VACANCES

LA GAMME OFFICIELLE LES CARROZ

HOLIDAY SOUVENIRS: THE OFFICIAL LES CARROZ RANGE



C'est parfois dans les petits objets qu'il est possible de revivre de grandes émotions. Textile pour tous, gamme éco-conçue et de fabrication française, accessoires ou objets pour les enfants et bien d'autres souvenirs à l'effigie des Carroz sont à découvrir dans la boutique officielle. Produits en vente à l'Office de Tourisme ou sur le site en ligne.

Sometimes it's the little things that make it possible to relive the greatest emotions. Clothing for everyone, eco-designed and French-made products, accessories or objects for children and many other souvenirs made in Les Carroz are to be found in the official shop. Items on sale at the Tourist Office or online.



Toute la boutique
en un clic
All products in one click



Tableau du village encadré par les feuilles d'automne, avec le Môle en toile de fond.
Picture of the village framed by autumn leaves, with the Môle as a backdrop.

NEW AT CARROZ

NOUVEAU AUX CARROZ

LA SOLDANELLE

PROPRIÉTAIRE AU SEIN D'UN ÉCRIN
INTIMISTE ET CONFIDENTIEL

OWNER IN AN INTIMATE AND CONFIDENTIAL SETTING



DU 2 AU 5 PIÈCES DUPLEX - 15 APPARTEMENTS D'EXCEPTION

FROM 1-BEDROOM TO 4-BEDROOM DUPLEX - 15 PREMIUM NEW APARTMENTS

- À quelques minutes à pied du centre commerçant et des remontées mécaniques
Just a few minutes walk from the shopping center and the ski lifts
- Résidence intimiste à l'architecture soignée
Intimate residence with carefully designed architecture
- Jardins, balcons et terrasses
Gardens, balconies, and terraces
- Somptueux panoramas sur la chaîne des Aravis
Magnificent panoramic views of the Aravis mountain range



CONTACTEZ-NOUS AU :

0 800 800 874

Appel gratuit



care-promotion.fr/la-soldanelle

care
promotion
ARC ALPIN

Care Promotion Arc Alpin - 12 rue du Pré Paillard - 74 940 Annecy-le-Vieux. Société par actions simplifiée au capital de 100 000,00 €. 849 694 112 R.C.S. Annecy. Les prestations des appartements peuvent varier selon la typologie des appartements. Seul le descriptif technique joint au contrat de réservation est contractuel. The features of the apartments may vary depending on the apartment type. Only the technical description attached to the reservation contract is contractual. Illustrations non contractuelles à caractère d'ambiance, laissées à la libre interprétation de l'artiste / Non-contractual illustrations with an atmospheric character, left to the artist's free interpretation : HABITEO. Architecte / Architect : SOHO ATLAS IN FINE. Adjectif - 11/24.

MTW+
GENEVE
SWISS MADE WATCHES

X

LESCARROZ
GRAND MASSIF



MONTRE MT2
EN ÉDITION LIMITÉE

MT2 EDITION LIMITED

SWISS MADE 

EN VENTE EXCLUSIVEMENT
À L'OFFICE DE TOURISME
FOR SALE ONLY AT THE TOURIST OFFICE

QUIZ

QUEL TYPE DE SKIEUR ES-TU ?

Quelle est ta pratique du ski ? Quelles sont tes habitudes ? Quel skieur se cache vraiment au fond de toi ? C'est le moment d'être honnête et de répondre à notre quiz !

What kind of skier are you? What's your skiing like? What are your habits? Which skier is really hidden deep inside you? Now's the time to be honest and take our quiz!

Q1 : Pour ton début de journée sur les pistes, tu dirais que :

🔥 : La vérité c'est que la veille, tu t'es endormi(e) avec ta combi de ski exprès pour gagner du temps. Impossible pour toi de ne pas être dans la première cabine qui part direction le paradis à skis.

🌨 : Y'a pas le feu ! Après tout, c'est les vacances. Le ski ne doit pas être synonyme de souffrance matinale. Tu te réveilles tranquillement et tu files sur les pistes pour le milieu de matinée.

🌅 : Tu as regardé par la fenêtre, et un petit bout de ciel bleu semble se couvrir au loin. C'est le bon prétexte pour repousser le départ et dormir quelques heures de plus. De toute façon, la météo en montagne change vite, pas vrai ?

Q2 : Évidemment pour skier, il te faut l'accessoire indispensable. Quelle est ton habitude pour le matériel ?

🔥 : Ta fidèle paire de skis est déjà fartée et prête pour la saison, telle un bijou dont tu prends soin. D'ailleurs, tu y tiens assez pour mettre un coup de coude à un vacancier s'il te passe sur les skis à la file d'attente du télésiège.

🌨 : Tu n'es pas Rothschild ! Alors tu trouves toujours quelqu'un pour te prêter une paire. Quitte à faire les fonds de garage de tes voisins pour dénicher des skis de 1970.

🌅 : Déjà assez de bazar dans le coffre, pourquoi s'encombrer ? Les magasins de sport sont là pour ça et tu aimes te faire chouchouter par un pro. Et puis, toutes les paires de skis glissent pareil non ?

Q3 : Et au moment de t'habiller, tu choisis :

🔥 : Des vêtements techniques. Tu ne te poses pas dix mille questions puisque tu connais les bonnes pratiques : dessous technique + couche chaude + veste coupe-vent.

🌨 : D'empiler les couches, même si cela veut dire mettre trois paires de chaussettes et deux pulls. De toute façon, tu es tellement frileux(se) que tu as déjà froid à l'idée d'avoir froid.

🌅 : D'avoir du style, même au ski ! Christina Cordula dirait que tu es « magniifaik ». Tu as assorti tes couleurs et tes accessoires font toute la différence.

Q1: To start your day on the slopes, would you say that:

🔥 : *The truth is, the night before, you fell asleep in your ski suit on purpose to save time. It's impossible for you not to be in the first cabin heading for skiing paradise.*

🌨 : *There's no rush! After all, it's the holidays. Skiing doesn't have to be synonymous with morning suffering. You wake up gradually and hit the slopes by mid-morning.*

🌅 : *You looked out of the window, and a small patch of blue sky seems to be clouding over in the distance. It's a good excuse to postpone your departure and get a few more hours' sleep. In any case, the weather in the mountains changes quickly, doesn't it?*

Q2: Obviously, to ski, you need the essential accessory. So what do you do for equipment?

🔥 : *Your trusty pair of skis is already waxed and ready for the season, like a piece of jewellery you take good care of. In fact, you care enough about them to elbow a holidaymaker if they run over your skis in the chairlift queue.*

🌨 : *There's already enough junk in the boot, so why bother? That's what sports shops are for, and you love being pampered by a pro. Besides, all skis work just the same, don't they?*

🌅 : *You're no Rothschild! So you always find someone to lend you a pair, even if it means scouring your neighbours' garages for skis from 1970.*

Q3: And when it comes to getting dressed, you choose:

🔥 : *Technical clothing. You don't have to ask yourself thousands of questions because you know what's best: technical underwear + warm layer + windproof jacket.*

🌨 : *To layer up, even if it means putting on three pairs of socks and two jumpers. In any case, you feel the cold so much that you're already cold at the thought of being cold.*

🌅 : *To have style, even when skiing! Fashion consultant Christina Cordula would say you're 'magniifaik'. You've matched your colours and your accessories really finish the look.*



Q4 : Pour ta journée au ski, qui emmènes-tu avec toi sur les pistes ?

🔥 : Ta team habituelle. Après des saisons à chercher les perles rares, tu as trouvé tes parfaits acolytes pour tes sessions ski alors pourquoi changer ?

🌨 : Ta famille. Pas le choix, c'est la tradition ! Tu viens aux sports d'hiver avec toute ta tribu, même si parfois tu rêverais de pouvoir les semer sur les pistes.

🌅 : Rien que toi. C'est bien de se retrouver avec soi-même. Tu vas à ton rythme, tu choisis tes pistes, tu es tranquille... Bref, tu fais ta vie.

Q5 : Important : ne pas oublier de manger ! Quelle option « déjeuner » choisis-tu ?

🔥 : Tu as un sandwich dans le sac à dos. Direction un spot au bord des pistes pour profiter de la vue et retourner sur les pistes juste après.

🌨 : Le restaurant, c'est non négociable ! Tu es accro au fromage alors il te faut ta dose de raclette ou de fondue bien installé(e) en terrasse.

🌅 : Il est passé 13h... Toute la matinée sur les pistes, ça creuse ! Tu as fini ta session ski et tu rentres à l'appartement te préparer un bon petit plat.

Q4: For your day on the slopes, who do you take with you?

🔥 : *Your usual gang. After seasons of looking for those rare gems, you've found your perfect sidekicks for your ski sessions so why change?*

🌨 : *Your family. You've got no choice, it's tradition! You come skiing with the whole crew, even if sometimes you wish you could lose them on the slopes.*

🌅 : *Just you. It's nice to have your own time. You go at your own pace, you choose your slopes, complete bliss... In short, you live your life.*

Q5: Important: don't forget to eat! Which "lunch" option do you opt for?

🔥 : *You've got a sandwich in your backpack. Head for a spot on the edge of the slopes to enjoy the view and get back on the slopes straight afterwards.*

🌨 : *A restaurant is non-negotiable! You're addicted to cheese so you need your fix of raclette or fondue comfortably seated on the terrace.*

🌅 : *It's past 1pm... All morning on the slopes, it's tiring! You've finished your ski day and you're on your way back to the apartment to make yourself a nice little meal.*

Q6 : Quelle attitude te correspond le mieux lorsque tu es sur les pistes ?

👉 : Tu connais le domaine skiable comme ta poche. Du coup, tu as ton itinéraire habituel et ton groupe te fait confiance pour dénicher les meilleurs spots.

👁️ : Tout est tellement beau à tes yeux... Au grand désarroi de tes partenaires de ski, tu t'arrêtes toutes les cinq minutes pour prendre en photo le moindre petit détail.

🏠 : Tous les chemins mènent à Rome. Tu n'as rien anticipé car tu veux te laisser porter par le flow des vacances. Et puis, tu as jusqu'à la fin de journée pour rentrer au bercail.

Q7 : Allez honnêtement pour ton niveau de ski, tu dirais que :

👉 : « Tu as un plus gros niveau qu'Alexis Pinturault ». Tu es aussi tranchant qu'un opinel quand tu tailles ta courbe. C'est toi qui fixe les limites, pas la piste.

👁️ : Tu as la flamme en toi, mais les Jeux Olympiques ce n'est pas pour tout de suite. Il te faut encore un peu de temps et d'entraînement pour skier comme un demi-dieu.

🏠 : La neige sur ta combi te trahit... Tu remercies le service des pistes d'avoir installé autant de filets et de matelas. Une matinée, et déjà rincé...

Q8 : L'heure de l'après-ski a sonné, tu fais quoi ?

👉 : Tout schuss dans les bars ! Tu étais tellement pressé(e) que tu as encore tes chaussures de ski aux pieds. Reste à savoir dans quel état tu vas rentrer...

👁️ : Rincé(e) de la journée, mais jamais assez fatigué(e) pour un restaur. Ton objectif : rouler jusqu'à l'appartement pour rentrer.

🏠 : Tu as découvert des muscles dont tu ne connaissais même pas l'existence. Cette nuit, aucune folie, tu vas directement au lit.

Q6: Which attitude best describes you when you're out on the slopes?

👉 : *You know the ski area like the back of your hand. So you have your regular itinerary and your group trusts you to seek out the best spots.*

👁️ : *Everything is so beautiful in your eyes... Much to the dismay of your ski partners, you stop every five minutes to take photos of the smallest thing.*

🏠 : *All roads lead to Rome. You haven't anticipated anything because you want to let yourself be carried by the flow of the holiday. Plus, you've got until the end of the day to head back home.*

Q7: Honestly, in terms of your skiing ability, would you say that:

👉 : *"You're better than Alexis Pinturault". You're as sharp as an Opinel when you carve your turns. It's you who sets the limits, not the piste.*

👁️ : *You've got it in you, but it's a long way from the Olympic Games. You still need a bit of time and training to ski like a demigod.*

🏠 : *The snow on your suit gives you away... You thank the piste service for installing so many nets and mats. One morning, and you're wiped out...*

Q8: It's après-ski time, what do you do?

👉 : *Full schuss to the bars! You were in such a hurry that you're still wearing your ski boots. It remains to be seen in what state you'll go home...*

👁️ : *Worn out from the day, but never tired enough for a restaurant. Your aim: Your aim: to get home to your flat.*

🏠 : *You've discovered muscles you didn't even know existed. Tonight, no fooling around, you're going straight to bed.*



**Tu as un maximum de 👉
Le ski addict**

Ton programme : ski le matin, ski le midi, ski l'après-midi ! Il faut dire que tu as coché l'ouverture dans le calendrier et prévu tes congés en pensant à ces journées. Bien équipé et bien habillé, tu es un skieur expérimenté. Véritable passe-partout (pas celui de Fort Boyard), tu alternes entre pistes engagées et pentes immaculées dans le but de faire ta propre trace, celle qui te donne ce sentiment de bonheur ultime. Puisque tu seras forcément là, on te dit déjà à la saison prochaine !

You have a majority of 👉

The ski addict

Your programme: skiing in the morning, skiing at lunchtime, skiing in the afternoon! It has to be said that you had the opening date marked on the calendar and planned your holidays with these days in mind. Well equipped, well dressed, you're an experienced skier. A true all-rounder, you alternate between challenging runs and immaculate slopes with the aim of leaving your own tracks, the ones that give you that ultimate feeling of happiness. Since you're bound to be there, we'll just say: see you on the slopes next season!

**Tu as un maximum de 👁️
L'amoureux des grands panoramas**

Les vacances au ski sont un incontournable pour toi chaque hiver. Avec ta famille ou tes amis, les pistes sont le lieu idéal pour de belles retrouvailles. Et respirer le grand air de la montagne te fait grand bien. Ta vision d'une journée de ski ? « Pas trop vite le matin, doucement l'après-midi ! ». Un rythme idéal pour te laisser admirer les paysages qui t'entourent. Là où tu prends encore plus ton temps : au restaurant ! Impensable de ne pas se faire plaisir avec ta dose annuelle de fromage fondu.

You have a majority of 👁️

The one who appreciates great views

Skiing holidays are a must for you every winter. With your family or your friends, the slopes are the ideal place for a great time out together. And breathing in the fresh mountain air does you the world of good. Your idea of a day's skiing? "Not too fast in the morning, slow in the afternoon". It's the ideal pace for you can admire the scenery around you. Where you take even more time: the restaurant! It's inconceivable not to indulge in your annual dose of melted cheese.

Tu as un maximum de 🏠

Le novice ou en cours d'apprentissage

Le plus important pour toi ? Progresser ! Pour l'instant, ton niveau s'apparente plus à celui des Bronzés font du ski et tu te répètes cette phrase en chaussant les skis « Si tu veux un conseil, oublie que t'as aucune chance... ». Quand la soirée arrive, tu es claqué mais toujours enchanté de ta journée. De quoi garder espoir ! Bientôt, tu feras tes premiers virages sur des pistes rouges et noires.

You have a majority of 🏠

The novice or still learning

The most important thing for you? Making progress! For the moment, your level is more akin to that of Mr Bean on skis and you keep repeating to yourself as you put on your skis "If you want some advice, forget that you haven't got a chance...". Come the evening, you're exhausted but still pleased with your day. Enough to keep your hopes up! Before long, you'll be making your first turns on red and black runs.





SHOPPING

COMMERCE & SERVICES

SHOPS & SERVICES

La vie aux Carroz est faite d'instantanés privilégiés et de flânerie dans le village. L'occasion parfaite de goûter aux saveurs locales, de s'habiller chaudement, de s'équiper pour partir à l'assaut des activités ou des plus belles vues, de trouver l'accessoire idéal pour apprécier un chocolat chaud, d'offrir un cadeau souvenir ou de simplement se faire plaisir. Alimentation, magasins de sports, artisanat, professionnels de la santé, etc. Environ 40 commerçants et 20 prestataires de services sont déjà prêts à vous accueillir. Reste à franchir leur portes...

Life in Les Carroz is made up of many special moments and leisurely strolls through the village. It's the perfect opportunity to sample local flavours, buy warm clothing or get kitted out in readiness for activities or the best views, find the perfect accessory to enjoy a hot chocolate, buy a souvenir gift or quite simply treat yourself.

Food, sports shops, crafts, health professionals, etc. Around 40 retailers and 20 service providers are waiting to welcome you. Go ahead and walk through their doors...





Vue aérienne depuis le sommet de la Télécabine de Kédeuze, à la lueur d'un coucher de soleil de janvier.
Aerial view from the top of the Kédeuze gondola, in the glow of a January sunset.



ACCESSIBILITÉ

VENIR AUX CARROZ ? FACILE !

UN SITE, TOUTES LES SOLUTIONS DE TRANSPORT

COMING TO LES CARROZ? EASY! ONE SITE, SEVERAL TRANSPORT OPTIONS

L'itinéraire le plus responsable, le plus rapide, le moins cher ou sur mesure... Il ne reste qu'à choisir grâce à GO LES CARROZ, le nouveau compagnon de la mobilité.

Mise en ligne en décembre 2024, cette solution innovante conjugue toutes les méthodes de transport (avion, bus, train, taxi, etc.) sur un seul site internet golescarroz.com. La recherche devient facile, en proposant un trajet (même combiné) jusqu'au dernier kilomètre. Avec la mise à disposition de cet outil pratique et utile, la station des Carroz affirme sa volonté d'améliorer la mobilité des citoyens et des vacanciers au sein de son territoire. C'est aussi une initiative en faveur de l'écoresponsabilité. Pour chaque itinéraire, le calcul d'émissions de CO2 est indiqué et l'option de trajet la moins carbonée est proposée en priorité dans l'espoir d'encourager de nouvelles habitudes.

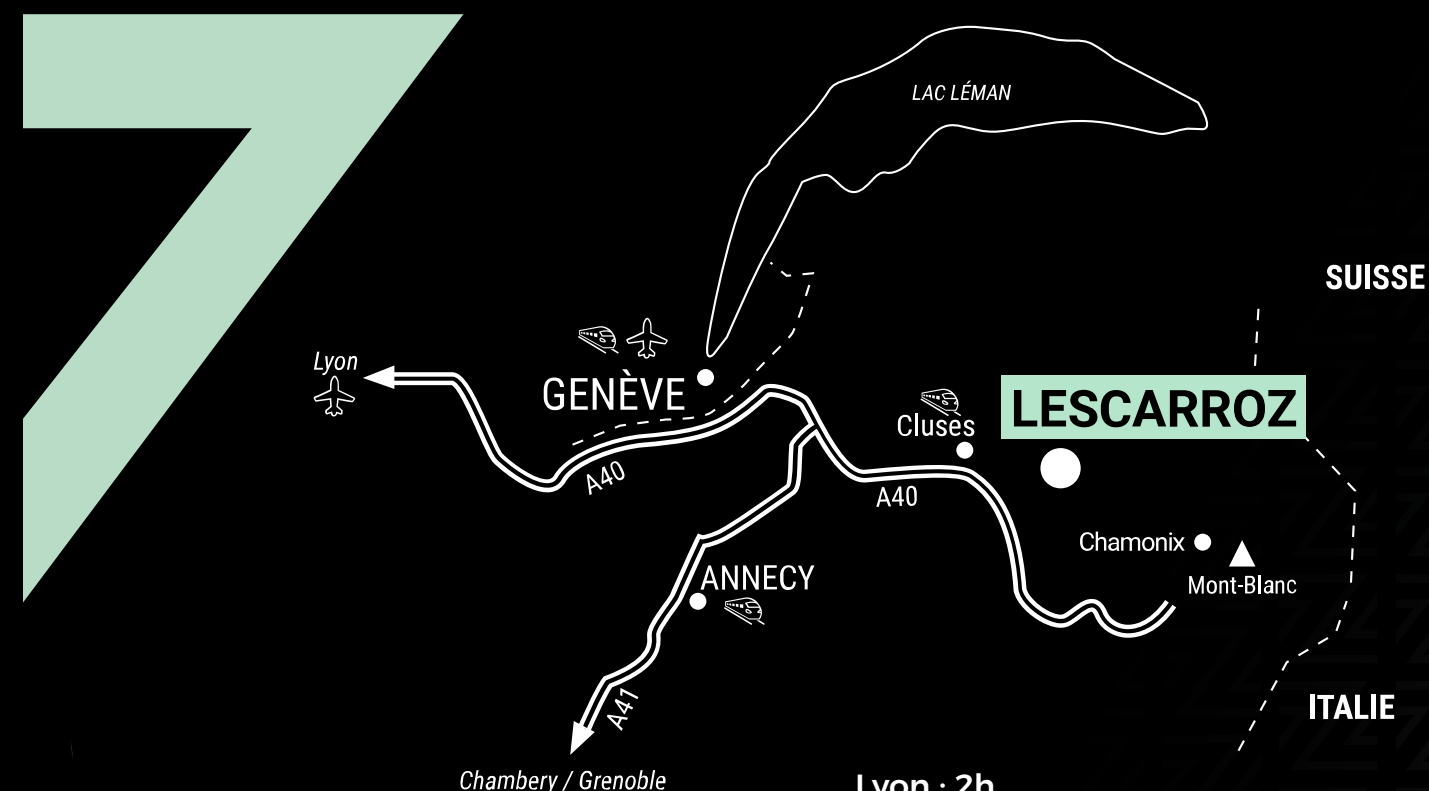
The most ethical, quickest, cheapest or tailor-made route... The choice is yours, thanks to GO LES CARROZ, the new mobility companion.

Launched online in December 2024, this innovative solution combines all transport methods such as air, bus, train and taxi on a single website, golescarroz.com. Searching for the best journey is made easy, by offering an itinerary (even a combined one) right down to the last kilometre. By making this practical and useful tool available, Les Carroz is demonstrating its commitment to improving the mobility of citizens and holidaymakers in and around the area. It is also an initiative in support of eco-responsibility. For each itinerary, the calculation of CO2 emissions is given and the least carbon-intensive travel option is proposed as a priority in the hope of encouraging new habits.

PROCHE DE VOUS

LE PLUS COURT CHEMIN VERS DES VACANCES À LA MONTAGNE

THE SHORTEST ROUTE TO A HOLIDAY IN THE MOUNTAINS



Rejoindre Les Carroz depuis...
Getting to Les Carroz from...

Lyon : 2h
Paris : 5h
Marseille : 5h
Montpellier : 5h
Annecy : 45min
Chambéry : 1h30

La promesse d'un accès direct à de jolis chalets coquets, à un cadre typique et calfeutré, à une multitude d'aventures qui deviendront de futurs souvenirs de vacances. Située à seulement 15 min de la sortie d'autoroute, la station-village propulse tout à chacun hors du quotidien, là où il est facile de déconnecter et de s'évader. L'aéroport de Genève, à moins d'une heure de route, ouvre les portes des Carroz aux visiteurs internationaux. Pour une journée, un week-end ou une semaine, venir ici pour profiter du grand air et du grand ski au cœur du Grand Massif, c'est facile !

The promise of direct access to pretty, charming chalets, a typical, cosy setting and a host of adventures that will become future holiday memories. Located just 15 minutes from the motorway exit, the resort-village takes you out of the daily routine, to a place where it's easy to switch off and get away from it all. Geneva airport, less than an hour's drive away, opens Les Carroz's doors to international visitors. For a day, a weekend or a week, coming here to enjoy the fresh air and great skiing at the heart of the Grand Massif is so easy!



LESCARROZ
GRAND MASSIF

PURE NATURE

Photo © Sébastien Carle