

La montagne en été, *naturellement nôtre*

Par Sophie Giagnoni

Plébiscitée pour les sports d'hiver, la montagne n'est pas en reste à la belle saison. Dêvêtue de son manteau blanc, elle dévoile des paysages flamboyants, le tout loin du tourisme de masse. Voici nos huit destinations pour se reconnecter à la nature.

Vars : LE TOUR DU MONDE EN UNE ÉTAPE

L'Islande, les Bahamas, l'Écosse, la Jamaïque, la Nouvelle-Zélande, la Suisse et le Canada réunis en un seul et même endroit ? C'est la promesse de Vars pour cet été 2023 : offrir des escapades au cœur de paysages évocateurs de ces différentes destinations. La station abrite notamment une réserve naturelle de 25 km², le Val d'Escreins, protégée depuis 1964, échelonnée entre 1 600 mètres et 3 385 mètres d'altitude et dotée de forêts luxuriantes, de torrents rafraîchissants et d'une biodiversité florissante. Elle inaugure en prime cette année quatre nouveaux circuits d'orientation à explorer, carte et boussole à la main. De quoi satisfaire les amoureux de la nature, les randonneurs et les aventuriers.

Vallée des Belleville : À BICYCLETTE

Avec plus de 30 itinéraires de VTT balisés, représentant près de 260 kilomètres de parcours, et plusieurs compétitions sur route empruntant des tracés du Tour de France, la vallée des Belleville apparaît comme un terrain de jeu d'exception pour tous les passionnés de vélo, qu'ils soient des riders aguerris ou des pratiquants débutants. Les premiers pourront s'envoler sur les bosses d'une toute nouvelle piste rouge, au départ de la remontée Saint Martin Express, ou encore challenger leur chrono sur deux pistes qui donneront lieu à un classement général en fin de saison. Les seconds, parmi les plus jeunes, pourront apprendre sur un Mini Bike Park fermé, accompagné d'un moniteur, avec la satisfaction pour tous de ne pas se croiser et de pouvoir étendre leurs explorations à l'ensemble des 3 Vallées.

Megève : LA NATURE EST DANS L'ASSIETTE

Ceux qui n'aiment pas marcher ou faire du vélo prendront le train... et iront à Megève se reconnecter à la nature en usant de leurs papilles. Ambassadrice du goût et des saveurs alpines, la belle Mégevanne compte sur son territoire pas moins de 51 fermes en activité, et dans son village pas moins de 135 restaurants, dont trois tenus par des chefs étoilés. Au sommet de ce firmament gastronomique rayonne Emmanuel Renaut avec son *Flocons de sel*. Dans un écrin de bois brut, le chef trois fois étoilé sert là une cuisine intemporelle qui donne à découvrir le goût des lacs alpins jusqu'aux plus hauts sommets. Avec pas moins de « cinq services représentant la saison, la montagne et la météo », la randonnée est sportive, mais elle laisse à qui la parcourt un souvenir indélébile, riche en émotions.

Val d'Isère : SENSATIONS VERTICALES SUR LA VIA FERRATA

Située aux portes du parc national de la Vanoise, traversée par la via ferrata et le GR5, la plus sportive des stations de ski françaises n'offre pas moins de défis physiques en été qu'en hiver, et à peu près autant d'opportunités d'améliorer son maniement du bâton pour les marcheurs et randonneurs, ou du piolet pour les grimpeurs et alpinistes. Affronter le mythique col de l'Iséran à vélo, franchir la redoutable dalle du Lézard sur la via ferrata ou courir les 94 kilomètres du High Trail Vanoise avec ses 6 110 mètres de dénivelé positif... Val d'Isère donne à explorer les voies du dépassement pour se reconnecter à soi et à la nature.

Club Med Tignes : PLAISIRS NAUTIQUES EN ALTITUDE

Fini les conflits au sein du couple ou de la famille pour départager les vacances sur les rives d'un lagon ou au sommet d'une montagne. Établi sur les berges du lac dont les eaux n'ont rien à envier au turquois des Caraïbes ou de la Polynésie, le Club Med de Tignes va mettre tout le monde d'accord. Ouvert depuis l'hiver 2022, ce resort offre l'occasion de pratiquer stand-up paddle, pédalo, canoë, kayak ou water pump dans un paysage de hautes montagnes à couper le souffle, au pied d'un glacier culminant à 3 656 mètres dont la fonte alimente directement cette petite mer intérieure.

Le Vercors : UNE ÎLE EN PLEINE TERRE

Cerné de falaises semblables à de hautes murailles, le Vercors forme une véritable citadelle géologique, modelée dans le calcaire, rugueuse à l'extérieur, tendre à l'intérieur. Très rare à la surface, l'eau y a creusé quelque 3 000 grottes et cavités, qui en font aujourd'hui une destination majeure pour les amateurs de spéléologie. Le territoire compte de nombreux professionnels pour encadrer les curieux et les explorateurs dans la découverte de ce réseau souterrain. L'initiation peut se faire dans la SpéléoTour José Mulot, une installation de 12 mètres de haut, dotée d'un toit et de plusieurs tunnels, utilisée par la Fédération française de spéléologie pour organiser des stages tout au long de l'année.

Les 3 vallées : INVITATION À L'ITINÉRANCE

L'immensité de ce territoire appelle au mouvement. Elle déclenche l'envie de voir ce qu'il y a derrière ce sommet, cette combe, ce flanc, ce lac... Et cela tombe bien, car, parsemé de refuges hauts perchés et bien gardés, le domaine des 3 Vallées permet la randonnée en itinérance. Refuges du Gittamelon, du lac du Lou, de La Traye, des lacs Merlets, du Grand Plan, du Danchet ou du Saut, ces abris d'altitude s'offrent comme autant d'étapes réparatrices où il fait bon redécouvrir le goût de la simplicité. Pour ceux que ce dernier concept rebute, l'un de ces refuges décline des prestations véritablement haut de gamme, avec spa, massage, table gastronomique, piscine... le tout servi par des technologies innovantes respectueuses de l'environnement. C'est le seul des Alpes françaises à proposer un tel niveau de luxe. En allant de l'un à l'autre, vous finirez bien par le trouver...

Alpe d'Huez : AUTHENTICITÉ DURABLE

Depuis son ouverture en 1912, l'hôtel Grandes Rousses s'emploie à développer un tourisme durable, respectueux du territoire dans lequel il s'inscrit. Cette démarche se traduit concrètement par la présence en ses murs de la plus grande chaudière privée à granulés de bois des Alpes, par l'utilisation d'eau ozonée plutôt que de produits chimiques pour son entretien ou encore par un approvisionnement de ses cuisines en circuit court. Autant de bonnes pratiques qui, en plus de ses cinq étoiles, lui valent d'être mis en avant par l'ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) en tant que « projet exemplaire ». Loin de la vision hors sol des hôtels esthètes, cet établissement familial porte en lui une décontraction et une simplicité joyeuse qui connectent d'emblée à l'authenticité d'un séjour en montagne.



1. Vars, le tour du monde en une étape
2. Vallée des Belleville, à bicyclette
3. Megève, la nature est dans l'assiette
4. Val d'Isère, sensations verticales sur la via ferrata
5. Club Med Tignes, plaisirs nautiques en altitude
6. Le Vercors, une île en pleine terre
7. Les 3 vallées, invitation à l'itinérance
8. Alpe d'Huez, authenticité durable



