



PRALOGNAN LA VANOISE

SAVOIE - FRANCE

Bienvenue

GUIDE DE L'HIVER 2019-2020

Sommaire

Glisse	2
Loisirs et détente	26
Pour les enfants	34
Culture et Patrimoine	38
Sortir à Pralognan	44
Informations utiles	50



**PRALOGNAN
LA VANOISE**

SAVOIE - FRANCE

Bienvenue chez vous !

C'est avec le plus grand plaisir que nous vous accueillons à Pralognan-la-Vanoise.

Vous trouverez dans ce guide toutes les informations nécessaires au bon déroulement de votre séjour. N'hésitez pas à vous procurer également Le Petit Journal, disponible à l'Office de Tourisme, qui présente chaque semaine le programme complet des animations, événements, sorties et activités.

Fidèles à leur esprit d'accueil, tous les Pralognanais se feront un plaisir de vous recevoir chaleureusement et de vous faire partager leur amour de la montagne.

Nous vous souhaitons un excellent séjour dans notre village.

OFFICE DE TOURISME

290 avenue de Chasseforêt
Tél : 04 79 08 79 08
www.pralognan.com
info@pralognan.com

Ouvert 7j/7 de 9h à 12h et de 14h à 18h30

Suivez Pralognan
sur les réseaux sociaux





Sommaire

Ski alpin & snowboard	4
Ski de randonnée	14
Activités nordiques	18
Glisser autrement	24

Glisse

Nichée dans une nature majestueuse, au pied des plus grands glaciers des Alpes, la station de Pralognan-la-Vanoise offre d'innombrables possibilités aux adeptes de sports d'hiver. Son enneigement exceptionnel et son fascinant décor de haute montagne régaleront depuis des décennies les sportifs comme les contemplatifs, en quête de moments d'exception au cœur d'une nature préservée.

SKI ALPIN ET SNOWBOARD

Un domaine skiable pour tous...

Le domaine skiable de Pralognan-la-Vanoise a depuis longtemps révélé ses atouts, tant aux adeptes de sensations fortes qu'aux familles conquises par ce domaine 100% nature habité par les bouquetins, les chamois et les lièvres variables. Les pisteurs et le personnel des remontées mécaniques sont à votre disposition pour vous orienter sur ce domaine spectaculaire et accessible, respectueux de son environnement.

OUVERTURE DU DOMAINE SKIABLE :
Du 21 décembre 2019 au 13 avril 2020

CONTACT : 04 79 08 70 07

À tout âge, apprendre à skier avec l'ESF

L'école du Ski Français de Pralognan-la-Vanoise propose un encadrement adapté à tous les âges et tous les niveaux, en cours collectifs ou individuels. Plus de 50 moniteurs et monitrices vous apportent leur pédagogie et leur savoir-faire en toute convivialité. Deux jardins d'enfants sont aménagés pour faire découvrir les plaisirs de la glisse aux tout-petits.

DOMAINE SKIABLE

Niché dans une nature majestueuse, le domaine skiable de Pralognan-la-Vanoise régale les skieurs de tous niveaux, des plus sportifs aux plus contemplatifs.

Près de 1000 m de dénivelé :

Du ski entre 1410 m et 2355 m

12 remontées mécaniques :

1 téléphérique, 4 télésièges, 7 téléskis

24 pistes :

9 vertes, 3 bleues, 8 rouges et 4 noires

Des enneigeurs viennent conforter l'enneigement naturel sur 64% du domaine.

ZONES LUDIQUES

■ BOARDERCROSS

Un parcours parsemé d'obstacles naturels, tremplins, virages relevés, whoops, rails, box... Pour tous, à proximité de la piste des Crêtes.

■ PRALI-PRALO

Une piste ludique pour les enfants au départ du télésiège du Genépi.

Les ouvertures de ces zones varient en fonction de l'enneigement.

SKI NOCTURNE

Tous les jeudis durant les vacances de Noël et tous les mardis durant les vacances de février, 2 remontées mécaniques sont ouvertes jusqu'à 19 h :

- **le télésiège de l'Edelweiss**, donnant accès à la piste rouge de la Combe des Bieux (skieurs de niveau intermédiaire)

- **le télésiège du Barioz**, donnant accès à la piste verte du Barioz (skieurs débutants).

Accessible avec le forfait du jour ou forfait 6 jours en cours de validité.

ESPACES DÉBUTANTS

■ TÉLÉSKI DU PETIT POUCE

Une zone débutante sécurisée avec un télésiège, à l'entrée du village.

Ouverture pendant les vacances scolaires de Noël et de février.

■ TÉLÉSKI DU BARIOZ

Un espace débutant avec un télésiège, au centre du village, au pied des pistes et des remontées mécaniques.

SKI ADAPTÉ

L'ANAE de Pralognan-la-Vanoise propose différentes formules de ski adapté, afin de répondre aux besoins et envies de chacun.

■ SKI ASSIS HANDI ACCOMPAGNÉ

Un accompagnement est proposé sur plusieurs types de machines en fonction des envies et autonomies de chacun : Tandem, TandemFlex, Kartski, Dualski piloté et Uniski.

PACK FORFAIT, FAUTEUIL, PILOTE*	
3 heures	99,00 €
2 heures	80,00 €
1 heure	45,00 €

** Sur présentation de la carte d'invalidité*

■ LOCATION DE FAUTEUIL-SKI

LOCATION FAUTEUIL-SKI* (hors forfait)	
Demi-journée (3 heures)	30,00 €
Journée	45,00 €

** Sur présentation d'une accréditation de pilotage*

■ RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

ANAE : 04 79 08 71 51



**L'APPLICATION
PRALOGNAN,
POUR TOUTES LES
INFOS FRAÎCHES !**

Téléchargez sans tarder l'appli Pralognan et accédez à toutes les infos pratiques durant votre séjour : météo, horaires et ouvertures des pistes, carte interactive, webcams et bien d'autres surprises...

Vous pourrez également localiser vos amis, mesurer vos performances et challenger la communauté Skitude !



- | OUVERTURE DES PISTES : | |
|-------------------------------------|------------|
| Du 21 décembre au 08 février inclus | 9h – 16h40 |
| Du 09 février au 07 mars inclus | 9h – 17h05 |
| Du 08 mars au 13 avril | 9h – 17h |
-
- | SECOURS SUR PISTES : | |
|-----------------------|--|
| 04 79 08 70 07 ou 112 | |

Le téléski de Lance Gralette permet de rejoindre le centre du village et les départs du téléphérique et du télésiège de l'Edelweiss depuis les Hauts de Darbelays.

Ouverture à 8h30 pendant les vacances scolaires de février (soit du 09/02 au 07/03/2020) et à 9h pour le reste de la saison.

Tarifs des forfaits pour la saison 2019-2020

FORFAIT GRAND SKI	ADULTE	RÉDUIT
6 jours de ski à Pralognan avec la possibilité de skier 1 journée à Courchevel* + 1 entrée piscine + 1 entrée patinoire offertes	177,00 €	146,00 €
Jour supplémentaire**	+ 17,00 € /jour	+ 14,00 € /jour

*Navette offerte entre Pralognan-la-Vanoise et Le Praz (accès domaine de Courchevel), réservation obligatoire la veille avant midi aux caisses des remontées mécaniques de Pralognan.

**Jour(s) supplémentaire(s) consécutif(s) à acheter en même temps que le forfait 6 jours. Valable(s) sur le domaine de Pralognan.

FORFAIT PRALOGNAN	ADULTE	RÉDUIT
4 heures	28,00 €	22,50 €
1 jour	31,00 €	25,00 €
2 jours	59,00 €	47,50 €
3 jours	87,00 €	70,00 €
4 jours	115,00 €	92,00 €
5 jours	142,00 €	114,00 €
6 jours + 1 entrée piscine + 1 entrée patinoire offertes	159,00 €	128,00 €
Jour supplémentaire*	+ 17,00 € /jour	+ 14,00 € /jour

*Jour(s) supplémentaire(s) consécutif(s) à acheter en même temps que le forfait 6 jours.

Skiez à prix réduits avec vos enfants de moins de 18 ans.

PACK TRIBU	GRAND SKI	PRALOGNAN
6 jours 2 adultes + 2 enfants* (ou 1 +3)	592,00 €	534,00 €
Enfant* supplémentaire	131,00 €	115,00 €

*18 ans

FORFAIT SAISON	ADULTE	RÉDUIT
Saison Pralognan	425,00 €	361,00 €
Saison GRAND SKI (incluant 3 journées à Courchevel)	527,00 €	448,00 €

RÉDUCTIONS ET GRATUITÉS

sur présentation d'un justificatif

Les tarifs réduits s'appliquent aux :

- **Enfants**
de 5 ans à moins de 13 ans
- **Seniors**
de 65 ans à moins de 75 ans
- **Étudiants**
(forfaits 4h, journée et 6 jours uniquement)

À Pralognan-la-Vanoise, le ski est GRATUIT pour :

- **Les bambins**
de moins de 5 ans
- **Les aînés**
de 75 ans et plus

FORFAIT ÉTUDIANT

4 heures	24,00 €
1 jour	27,00 €
6 jours + 1 entrée piscine + 1 entrée patinoire offertes	138,00 €

FORFAIT DÉBUTANT*

2 heures	11,00 €
----------	---------

* Le forfait débutant donne accès aux téléskis du Petit Poucet et du Barioz (espaces débutants > voir page 5).

Coût du support mains-libres : 2,00 €. À ajouter aux tarifs indiqués.

ASSURANCES SKI ALPIN

■ L'ASSURANCE CARRÉ NEIGE

Le Carré Neige vous procure les garanties d'assurance et d'assistance nécessaires en cas d'accident. En supplément du prix du forfait, il couvre les frais de secours et de premier transport, le rapatriement, le remboursement des frais médicaux, pharmaceutiques et d'hospitalisation, le remboursement des forfaits et des cours de ski dès le premier jour, la défense recours...

Carré Neige journée	2, 90 €
Carré Neige 8 à 21 jours	23,20 €

En vente aux caisses des remontées mécaniques et à l'ESF.

■ LA CARTE NEIGE

Assurance « saison », qui couvre la pratique du ski alpin. Elle est délivrée par le Ski Club et est à retirer à l'École du Ski Français.

Carte Neige enfant (né en 2000 et après)	80,00 €
Carte Neige adulte	85,00 €
Carte Neige Famille (même foyer fiscal)	225,00 €

BONS PLANS

• Samedi gratuit

Pour l'achat d'un forfait 6 jours du dimanche au vendredi, skiez gratuitement dès le samedi matin de votre arrivée ! Forfait à retirer aux caisses des remontées mécaniques.

• Le forfait ski alpin donne accès gratuitement au domaine de ski nordique

À partir du forfait 1 jour (en cours de validité).

• Dès 6 jours achetés : 1 entrée piscine + 1 entrée patinoire offertes

Informations utiles :

LE FORFAIT MAINS LIBRES RECHARGEABLE EN LIGNE

Ne perdez plus de temps pour l'achat de votre forfait : grâce au support mains libres, vous pouvez acheter ou recharger votre forfait en ligne ! Il est également utilisable à la piscine, à la patinoire et au domaine nordique, d'une saison sur l'autre et dans 95% des stations de ski françaises.

Prix du support (obligatoire) : 2,00 €
À recharger sur :
www.skipass.pralognan.com

LES CONSIGNES À SKI

> Voir page 55

LES 3 CONSEILS DES PISTEURS SECOURISTES

- 1- Si vous êtes témoin d'un accident et que vous donnez l'alerte, précisez bien le nom de la piste, le numéro de la balise et la nature des blessures.
- 2- Respectez les horaires de fermeture : des engins de damage équipés de câbles peu visibles assurent l'entretien des pistes.
- 3- Pour des raisons de sécurité, nous vous rappelons que la pratique de la luge et du ski sont strictement interdites sur les routes et dans les rues du village.

REVIVEZ VOTRE JOURNÉE DE SKI

Envie de connaître vos exploits du jour ?

Connectez-vous sur :

www.pralognan.com/calcul-distance-ski.html
entrez le numéro de votre keycard et découvrez vos statistiques de la journée : dénivelé parcouru, temps de ski...



Les cours avec les moniteurs et monitrices ESF

COURS COLLECTIFS SKI ALPIN ADULTES

L'ESF de Pralognan propose tout au long de l'hiver, un enseignement adapté à tous les niveaux (de la découverte au niveau expert / classe 4). Alliez le plaisir de progresser en ski à la convivialité des cours collectifs, le tout encadré par un moniteur professionnel.

Du 21/12 au 08/02	9h30 - 11h45	14h15 - 16h30
Du 09/02 au 07/03	9h - 11h	15h - 17h
Du 08/03 au 10/04	9h30 - 11h45	14h30 - 16h45

À compter du 14/03 les cours après-midi ne sont plus assurés.

TARIFS DES COURS COLLECTIFS

Les cours collectifs démarrent le dimanche ou le lundi pour 5 ou 6 jours (tarif unique)*.

PRESTATION	VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER**	AUTRES PÉRIODES
5 ou 6 cours	129,00 €	123,00 €
1 cours (dimanche ou lundi uniquement)		29,00 €

* Le samedi, les cours collectifs se déroulent le matin exclusivement.
** Du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.

COURS COLLECTIFS SKI ALPIN ENFANTS

En associant ski et plaisir, les moniteurs de l'ESF de Pralognan savent tirer le meilleur de leurs élèves et les faire progresser tout en s'amusant, à partir de 3 ans. Du Club Piou-Piou à l'Étoile d'Or, tout est mis en œuvre pour permettre une progression efficace.

Du 21/12 au 08/02	9h30 - 11h45		14h15 - 16h30*
Du 09/02 au 07/03	9h - 11h	11h15 - 13h15	15h - 17h
Du 08/03 au 10/04	9h30 - 11h45		14h30 - 16h45**

* Du 05/01 au 08/02 : jusqu'à la 3^{ème} étoile uniquement.

** Du 14/03 au 22/03 : jusqu'à la 3^{ème} étoile uniquement.

Les cours sont assurés à partir de 5 inscrits minimum de même niveau.

Les cours après-midi ne sont plus assurés à partir du 21/03.

AVANTAGES :

Les enfants inscrits en cours collectifs « ourson » et « flocon » bénéficient d'un tarif réduit sur le forfait de ski alpin :

• **Ourson, 6 jours : 46,50 €**

• **Flocon, 6 jours : 78,50 €**

Coût du support mains-libres : 2,00 €

À ajouter aux tarifs indiqués.

COURS COLLECTIFS SNOWBOARD

Glissez autrement !

De l'initiation au perfectionnement, les cours de snowboard ont lieu pendant les vacances scolaires et sont accessibles à partir de 10 ans.

Stages de 3 jours : Du dimanche au mardi et/ou du mercredi au vendredi.

PRESTATION	VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER*	AUTRES PÉRIODES (sur demande)
3 cours (uniquement niveau débutant)	90,00 €	88,00 €
6 cours (niveaux 1 à 4)	161,00 €	158,00 €

* Du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.
Cours assurés à partir de 5 élèves inscrits par niveau.

COURS COLLECTIFS TÉLÉMARK

Fluidité, beau geste, technique : osez le télémark ! Un niveau de ski de classe 2 est conseillé pour appréhender cette pratique.

Stage de 3 jours : Du dimanche au mardi et/ou du mercredi au vendredi.

PRESTATION	VACANCES DE FÉVRIER*
Formule 3 cours	90,00 €

* Du 09/02/2020 au 07/03/2020.

Cours assurés à partir de 5 élèves inscrits.

STAGES TEAM RIDER

Encore plus de glisse pour les amateurs de sensations fortes !

De 8 à 18 ans, le cours Team Rider est une alternative au cours compétition après l'étoile d'or ou la classe 3. Ce stage combine : le freeride, le freestyle, le boarder-cross... pour un concentré de sensations fortes !

Les cours collectifs démarrent le dimanche ou le lundi pour 5 ou 6 jours (tarif unique)*.

PRESTATION	VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER**
5 ou 6 cours	129,00 €

* Le samedi, les cours collectifs se déroulent le matin exclusivement.

** Du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.
Cours assurés à partir de 5 élèves inscrits par niveau.

LEÇONS PARTICULIÈRES

Ski alpin, snowboard, télémark, freestyle...

Pour progresser ou vous initier à tous les types de glisse, votre moniteur particulier adapte son enseignement pour une progression rapide et un suivi personnalisé.

Du 21/12 au 08/02		12h - 13h	13h - 14h
Du 09/02 au 07/03	11h15 - 12h15	12h15 - 13h15	13h45 - 14h45
Du 08/03 au 10/04		12h - 13h	13h - 14h

Sous réserve de disponibilité d'un moniteur.

PRESTATION	1 pers.	2 pers.	3 pers.*	4 pers.*
------------	---------	---------	----------	----------

VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER**

1 h de cours	47,00 €	52,00 €	64,00 €	74,00 €
2 h de cours	94,00 €			

AUTRES PÉRIODES

1 h de cours	41,00 €	48,00 €	58,00 €	68,00 €
2 h de cours	82,00 €	96,00 €	116,00 €	136,00 €

* À partir de 3 personnes, il est vivement conseillé de prendre 2h de cours.

** Soit du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.

AVIS AUX CHAMPIONS

L'ESF organise des compétitions pendant les vacances scolaires pour les flèches et chamois : consultez Le Petit Journal pour en savoir plus !

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS AUPRÈS DE L'ESF

contact@esfpralognan.com

04 79 08 72 25

www.esfpralognan.com



LE PACHU 2000

BAR - RESTAURANT - SELF SERVICE

À l'arrivée du téléphérique, accès facile pour les piétons. Terrasse très ensoleillée et vue panoramique.

INFORMATIONS ET RÉSERVATION
Tél. 06 61 08 40 52 - www.pachu2000.fr



GO SPORT MONTAGNE

FAVRE SPORTS | PRALOGNAN LA VANOISE
73710 PRALOGNAN LA VANOISE | 04 79 08 71 20 | favre.jfb@wanadoo.fr
Magasin au pied des pistes

SPÉCIALISTE LOCATION & VENTE DE MATÉRIEL DE GLISSE
SKI ALPIN | SKI DE FOND | SNOWBOARD | RAQUETTES | SKI DE RANDO
MATÉRIEL DE TÉLÉMARK
VÊTEMENTS | ACCESSOIRES

**ATELIER DE HAUTE PERFORMANCE
CONSIGNE À SKIS**

Vos skis en ligne & au meilleur prix sur www.gosportmontagne-pralognan.com

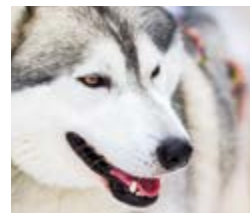
À ne pas manquer cet hiver

MAGIE DE NOËL

Du 21 décembre 2019

au 3 janvier 2020

C'est dans un décor de Petit Canada que Pralognan-la-Vanoise vous propose de vivre les fêtes de fin d'année avec un programme riche en couleurs et en émotions : descente aux flambeaux, arrivée du Père Noël, distribution de papillotes, spectacle enfants, feu d'artifice et plein d'autres surprises !



LA GRANDE ODYSSEE

16 janvier 2020

Rendez-vous aux portes du Parc national de la Vanoise pour (re)découvrir la course internationale de chiens de traîneaux ! Un impressionnant spectacle et un rendez-vous sportif intense ! L'histoire d'aventuriers extraordinaires, qui en quête d'absolu, traversent nos massifs alpins dans une course hors du commun. Une aventure 100% nature, à vivre toute la semaine à Pralognan-la-Vanoise pour la 4^{ème} année consécutive.

TRAIL DE L'INUIT

18 janvier 2020

La course nocturne la plus attendue de l'hiver ! Un tracé 100% neige, aux alentours du village dans une ambiance fraîche et feutrée...

COUPE DU MONDE FIS DE TÉLÉMARK

24 et 25 janvier 2020

Pralognan-la-Vanoise accueille pour la troisième année consécutive une étape de la Coupe du Monde de Télémark, une discipline à l'origine du ski qui fait son "come-back" sur le devant de la scène. 60 compétiteurs d'une quinzaine de nations sont attendus pour en découdre sur le stade Isertan avec une épreuve de Classic Sprint et une épreuve de Parallel Sprint. Deux jours de festivités à ne manquer sous aucun prétexte avec cérémonie d'ouverture, gala de patinage, concert...



FESTIVAL D'HUMOUR

Du 10 au 12 mars 2020

Ce festival organisé par Fabrice Abraham fête cet hiver son 10^{ème} anniversaire avec un spécial DUOS ! Une édition qui promet de belles rencontres et des montagnes de fous rires... 3 jours de soirées spectacles mais aussi de concerts sur les pistes et dans les bars de la station ! La sélection des humoristes se fait toujours selon ces 3 critères fondamentaux : qualité du spectacle, style de ski et niveau de résistance à la raclette/fondue/genépi ! L'affiche quant à elle est toujours créée par le dessinateur de presse satirique Gab.

BRADERIE DES COMMERCANTS

4 et 5 avril 2020

Les meilleures affaires dans les commerces du village.



La montagne au naturel

Les initiés sont unanimes, Pralognan-la-Vanoise s'impose comme l'un des plus beaux sites de l'hexagone pour la pratique du ski de randonnée. Le domaine est immense et le panorama à couper le souffle, au cœur des massifs protégés et sauvages du Parc national de la Vanoise. Tous les deux ans, il est d'ailleurs le terrain de jeu de l'une des plus célèbres courses de ski alpinisme en France : la Transvanoise.

Des parcours pour tous les niveaux

Free-rando, rando-running, initiations ou courses mythiques : les moniteurs et guides de Pralognan sont à votre disposition pour vous proposer des ascensions fascinantes vers les sommets, suivies d'inoubliables descentes. Quel que soit votre niveau, ils sauront vous faire partager leurs connaissances et leur amour de la montagne, entre deux rencontres avec les maîtres des lieux : chamois, bouquetins et gypaètes.

ITINÉRAIRES BALISÉS

Pour découvrir le ski de randonnée en douceur, vous perfectionner ou simplement pour vous entraîner en toute sécurité, 2 itinéraires balisés sont tracés à proximité des pistes de ski alpin. Ils permettent un retour facile vers la station.

• Initiation : le Rosset

Itinéraire idéal pour débuter ou s'échauffer.

> Départ de la gare du télésiège de l'Ancolie (dénivelé : 335m).

• Accès « altitude » : le Moriond

Itinéraire permettant d'accéder au refuge des Barmettes, et au-delà, au domaine haute montagne.

> Départ du Pont de Cavin (dénivelé 600m) ou des Fontanettes (dénivelé 400m).

Vous retrouverez les tracés de ces 2 itinéraires sur le plan des pistes.

REFUGES

Les refuges permettent d'accéder à la très haute montagne.

Deux refuges sont gardés toute la saison d'hiver, les Barmettes et le Roc de la Pêche.

Les refuges du Col de la Vanoise et de Péclet-Polset sont gardés au printemps.

ACCÉDER PLUS VITE AU SOMMET

Le Pass'Randonneur vous permet d'accéder plus rapidement aux hautes altitudes. Il vous donne accès aux télésièges de l'Edelweiss et du Genépi ou au téléphérique, d'où vous pourrez ensuite débuter votre ascension selon l'itinéraire choisi.

PASS'RANDONNEUR	ADULTE	REDUIT*
1 passage (1 aller-retour)	10,00 €	7,50 €
10 passages (10 allers-retours)	80,00 €	60,00 €

*Réduit : de 5 à moins de 13 ans et de 65 à moins de 75 ans (sur présentation d'un justificatif).

Gratuité : moins de 5 ans et 75 ans et plus.

Coût du support mains-libres : 2,00 €. À ajouter aux tarifs indiqués.

CONSEILS DE SÉCURITÉ

Le développement du ski de randonnée et sa démocratisation ne doivent pas faire oublier que ce sport est une activité de haute montagne. Il nécessite une connaissance de la montagne, de la nivologie et de la météorologie au niveau local.

Nous vous conseillons, avant de partir, de prendre conseil auprès des professionnels du village (guides et pisteurs) et de prévenir vos amis ou votre hébergeur de votre lieu de randonnée.

LOCATION DE MATÉRIEL

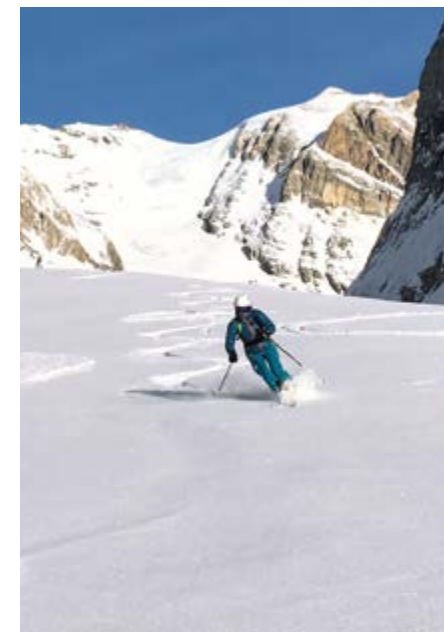
> Voir page 55

INFORMATIONS - DOMAINE SKIABLE

SKIABLE : 04 79 08 70 07

MÉTÉO FRANCE : 0 899 71 02 73

(2,99 € + prix d'un appel)





Ski de randonnée avec les guides de Pralognan

SORTIES COLLECTIVES INITIATION

Dès les premières neiges, les guides proposent chaque semaine un programme de ski de randonnée à la journée vers le Col de la Vanoise ou la vallée de Chavière.

Sortie collective initiation : 95,00€/pers.

Sortie assurée à partir de 3 personnes inscrites.

SORTIES COLLECTIVES PERFECTIONNEMENT

Pour les initiés, les guides proposent des sorties à la journée, sur les glaciers et autres sommets : col de la Grande Casse, Pointe de la Réchasse...

Sortie collective perfectionnement : 95,00€/pers.

Sortie assurée à partir de 3 personnes inscrites.



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DES GUIDES :

guidepralo@wanadoo.fr

06 73 35 57 94

www.guides-pralognan.com

SORTIES COLLECTIVES FREE RANDO OU SKI HORS PISTE

Au départ de Pralognan ou des stations voisines, laissez-vous guider sur les plus beaux itinéraires de la Vanoise ou des 3 Vallées ! Nos guides sauront choisir la meilleure pente en fonction des conditions de neige.

Sortie collective : 95,00€/pers.

Sortie assurée à partir de 4 personnes inscrites.

Ces sorties sont soumises aux conditions météorologiques et nivologiques de la montagne.

Les tarifs comprennent l'encadrement par un guide de haute montagne et le prêt du matériel de sécurité (baudrier, DVA, pelle, sonde). Ils ne comprennent pas : la location du matériel de ski, les remontées mécaniques, les repas, les déplacements et l'assurance secours-rapatriement.

Niveau technique nécessaire : descendre des pistes noires avec aisance.

SORTIES AVEC UN GUIDE PARTICULIER

Seul, entre amis ou en famille, réservez un guide pour réaliser la sortie de votre choix !

La journée : à partir de 360,00€

De 1 à 6 personnes.



ÉTÉ



PRALO-SPORT

HIVER



Chaussures
Crampons - Piolet
Matériel d'escalade
Via ferrata

Skis - Snowboards
Snowcoots - Yooner
Raquettes

LOCATION - VENTE

Avenue du Chasseforêt - 73710 Pralognan-la-Vanoise
Tél. 04 79 08 70 89 - intersport-pralognan@neuf.fr - <http://www.intersport-pralognan.com>



ACTIVITÉS NORDIQUES

Pralognan possède le sixième site nordique le plus important de Savoie. Plus de 27 km de pistes balisées, entre plateaux et forêts, combinent les amateurs de ski alternatif et de skating de tous niveaux. Le domaine compte une piste verte, une bleue, deux rouges et une noire, ainsi qu'un espace ludique « Nordic Park ». Des chemins parallèles sont aménagés pour les balades à pied ou en raquettes, avec un joli panorama sur les hameaux traditionnels et les sommets. Émerveillement garanti !

INITIATION AU BIATHLON LASER

Effort et précision : découvrez le biathlon ! Combinaison de tir couché et debout à 10 mètres avec une carabine laser, le biathlon laser est une discipline à la fois sportive et ludique. Le stade comprend un pas de tir, 4 carabines, une boucle de pénalité et un parcours de ski de fond. À partir de 8 ans.

PRESTATION	Prix par pers.
Séance découverte en groupe 1 h	20,00 €
Leçon particulière 1 h	60,00 €

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :
ESF : 04 79 08 72 25

OUVERTURE DU DOMAINE NORDIQUE :

Du 21 décembre 2019 au 8 février 2020 : de 9h à 16h45
Du 9 février au 13 avril 2020 : de 9h à 17h

CONTACT : 04 79 08 70 07

Ski nordique

TARIFS DES FORAITS NORDIQUES

Pour accéder au domaine nordique, un badge d'accès est obligatoire. En vente aux caisses des remontées mécaniques.

	ADULTE	REDUIT*
1/2 journée matin ou après-midi	6,50 €	5,50 €
1 jour	8,50 €	7,00 €
6 jours	38,50 €	32,00 €
Saison	75,00 €	49,00 €

*Tarif réduit : enfants de 5 à moins de 13 ans et seniors de 65 ans à moins de 75 ans.

■ NORDIC PASS 73

Valable sur les 14 domaines nordiques adhérents à Nordic Savoie.

	ADULTE	REDUIT*
Nordic Pass 73	130,00 €	43,00 €

*Tarif enfant de 6 à 16 ans inclus.

BON PLAN

Avec votre forfait de ski alpin en cours de validité, vous bénéficiez d'un accès gratuit et illimité au domaine de ski nordique.

ASSURANCES SKI NORDIQUE

■ L'ASSURANCE CARRÉ NEIGE

Le Carré Neige vous procure les garanties d'assurance et d'assistance nécessaires en cas d'accident. En supplément du prix du forfait, il couvre les frais de secours et de premier transport, le rapatriement, le remboursement des frais médicaux, pharmaceutiques et d'hospitalisation, le remboursement des forfaits et des cours de ski dès le premier jour, la défense recours...

Journée : 1,30 €

En vente à l'accueil du domaine nordique, aux caisses des remontées mécaniques et à l'ESF.

■ LA CARTE NEIGE

Assurance « saison », qui couvre la pratique du ski nordique. Elle est délivrée par le Ski Club et est à retirer à l'École du Ski Français.

Carte Neige ski de fond (enfant ou adulte) : 65,00 €

COURS COLLECTIFS AVEC L'ESF

Skating ou alternatif : chacun sa technique ! L'ESF propose des cours collectifs de ski nordique pour s'initier ou se perfectionner au pas alternatif ou au skating. Le tout, en explorant les environs de la station sur des pistes de ski de fond adaptées.

Du 21/12 au 08/02			14h15 - 16h30
Du 09/02 au 07/03	9h - 11h	11h15 - 13h15*	15h - 17h
Du 08/03 au 10/04			14h15 - 16h30

*Cours de skating uniquement.

PRESTATION	VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER*	AUTRES PÉRIODES
3 cours (à partir du dimanche ou du mercredi)	90,00 €	88,00 €
5 ou 6 cours (à partir du dimanche ou du lundi)	161,00 €	158,00 €

* Du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020. Cours assurés à partir de 5 inscrits minimum de même niveau.

LEÇONS PARTICULIÈRES

Pour vous initier ou progresser en classique ou en skating, votre moniteur particulier adapte son enseignement pour des progrès rapides et un suivi personnalisé.

Du 21/12 au 08/02		12h - 13h	13h - 14h
Du 09/02 au 07/03	11h15 - 12h15	12h15 - 13h15	13h45 - 14h45
Du 08/03 au 10/04		12h - 13h	13h - 14h

Sous réserve de disponibilité d'un moniteur.

PRESTATION	1 pers.	2 pers.	3 pers.*	4 pers.*
VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER**				
1 h de cours	47,00 €	52,00 €	64,00 €	74,00 €
2 h de cours	94,00 €			
AUTRES PÉRIODES				
1 h de cours	41,00 €	48,00 €	58,00 €	68,00 €
2 h de cours	82,00 €	96,00 €	116,00 €	136,00 €

* À partir de 3 personnes, il est vivement conseillé de prendre 2h de cours.

** Soit du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.



Marche et raquettes

BALADES HIVERNALES BALISÉES

9 sentiers piétons, balisés et entretenus régulièrement, vous permettent de découvrir une nature majestueuse et préservée autour de Pralognan. Un plan gratuit est disponible à l'Office de Tourisme. Consultez le bulletin d'ouverture des pistes pour vous informer sur l'état des sentiers.

Nous vous conseillons de bonnes chaussures de marche à semelles crantées ou des raquettes suivant l'enneigement, ainsi qu'une paire de bâtons.

TRAIL

Que vous soyez en quête d'oxygénation ou d'évasion, découvrez et foulez un tracé blanc balisé de 5 kilomètres et 179 mètres de dénivelé positif, aux environs du village. Une fiche gratuite est disponible à l'Office de Tourisme.

SORTIES RAQUETTES AVEC L'ESF

Profitez de la neige en vous baladant à votre rythme en raquettes : partez à la découverte de la montagne, de la faune et du milieu forestier, suivez les traces du lièvre variable, du renard ou du bouquetin... Aux portes du Parc national de la Vanoise, les chemins de raquettes offrent de sublimes panoramas, au cœur d'une nature préservée. Des sorties à la demi-journée et à la journée sont programmées chaque semaine de l'hiver : consultez le programme dès votre arrivée dans la station.

En dehors de ces sorties, vous avez la possibilité de profiter de ces prestations avec un moniteur particulier.

PRESTATION	VACANCES DE NOËL ET DE FÉVRIER*	AUTRES PÉRIODES
Sortie collective 1/2 journée ou nocturne (prix/pers.)	25,00 €	25,00 €
Sortie collective journée (prix/pers.)	50,00 €	50,00 €
Sortie 1/2 journée avec un moniteur particulier	174,00 €	171,00 €
Sortie journée avec un moniteur particulier	322,00 €	315,00 €

* Du 21/12/2019 au 04/01/2020 et du 09/02/2020 au 07/03/2020.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

ESF : 04 79 08 72 25

NOUVEAU : SORTIES THÉMATIQUES

Hors vacances scolaires, des sorties thématiques sont programmées : « Raquettes Gourmandes » ou « Sportives », découvrez-les dès votre arrivée dans Le Petit Journal !

LOCATION DE MATÉRIEL

> Voir page 55.

SAFARI DES NEIGES : RAQUETTES ET PHOTOS

Deux jours de chasse aux clichés dans le Parc national de la Vanoise, en immersion !

Rendez-vous avec Pierre, accompagnateur en montagne et photographe, pour rejoindre le refuge des Barmettes à l'aide des remontées mécaniques. Niché à 2000 mètres d'altitude, ce chalet offre un gîte chaleureux aux promeneurs en quête de nature et d'authenticité. Après une courte halte au refuge, le groupe part raquettes aux pieds et appareil photo en bandoulière en direction du Col de la Vanoise. La balade permet

d'approcher la faune sauvage du Parc et, grâce aux conseils avisés de Pierrot, il est facile de lui tirer le portrait. Retour en fin de journée pour déguster au coin du feu la soupe savoyarde, tartiflette et dessert maison, avant de poursuivre la soirée autour d'une veillée photos. Le lendemain, dans le silence du petit matin, les bouquetins, chamois et gypaètes barbus se révèlent à nouveau sous l'objectif des photographes amateurs.

Tout l'hiver, hors vacances scolaires de février.

Renseignements et inscriptions :

Pierre Descotes - 06 72 76 90 31

pierrotdescotes@orange.fr

Suggestions d'itinéraires



LA CROIX

Une randonnée en boucle qui vous mènera au hameau classé de La Croix en passant par le point de vue de la Corniche.



LE HAMEAU DE CHOLLIÈRE

Au départ du village, visitez le hameau de Chollière, en direction de la Vallée des Prioux. Loin des remontées mécaniques et en pleine nature, découvrez le Jardin des Panoramas.



PANORAMIQUE DU MONT-BOCHOR

Une promenade facile depuis l'arrivée du téléphérique pour découvrir, avec la table d'orientation, une vue à 360° degrés sur les sommets et les glaciers.



PONT DE GERLON

Du hameau de Chollière, le sentier piétons monte le long de la piste nordique de Rocher Blanc jusqu'au Pont de Gerlon (fin de l'espace sécurisé). La descente s'effectue en longeant la piste nordique de Gerlon.

> Un plan gratuit est disponible à l'Office de Tourisme.



VOTRE PARENTHÈSE BIEN-ÊTRE

JACUZZI, SAUNA, HAMMAM, MODELAGES ET SOINS



PLUS D'INFORMATIONS :

www.pralognan.com
Tel : 04 79 01 30 35
spapralognan@aquice.fr

LE CRISTAL
SPA & BIEN-ÊTRE

Prendre de l'altitude sans effort

REMONTÉES MÉCANIQUES ACCESSIBLES AUX PIÉTONS

PASS'RANDONNEUR	ADULTE	REDUIT*
1 passage (1 aller-retour)	10,00 €	7,50 €
10 passages (10 allers-retours)	80,00 €	60,00 €

Hors coût du support : 2,00 €

* Réduit : de 5 à moins de 13 ans et de 65 à moins de 75 ans
(sur présentation d'un justificatif)
Gratuité : moins de 5 ans et 75 ans et plus

Pendant les vacances de Noël et de février, les télésièges sont accessibles aux piétons, uniquement de 9h45 à 10h45, de 11h45 à 14h45 et de 16h à 17h.

Le reste de la saison, ils sont accessibles toute la journée, sans restriction.

TÉLÉPHÉRIQUE DU MONT-BOCHOR

En 3 minutes, vous voilà à 2010 mètres d'altitude. A partir de là, rejoignez la table d'orientation afin d'admirer le magnifique panorama sur les glaciers de la Vanoise ! Profitez-en pour faire une pause dans les restaurants d'altitude.

TÉLÉSIÈGE DE L'EDELWEISS

Rejoignez vos amis sur les pistes, au restaurant des Fontanettes.

Depuis le restaurant, la descente au village à pied est possible.

TÉLÉSIÈGE DU GENÉPI

Rejoignez vos amis sur les pistes, au refuge-restaurant Les Barmettes.

Depuis le refuge-restaurant, la descente par le télésiège est obligatoire*.

*Il n'existe aucune possibilité de descente à pied depuis le sommet du télésiège du Genépi. La descente par les pistes de ski alpin est rigoureusement interdite aux piétons, lugeurs et raquetistes.

Informations utiles

CONSEILS DE SÉCURITÉ

En dehors des sentiers piétons balisés et sécurisés, vous entrez dans le domaine de la haute montagne, ce qui relève de votre responsabilité et implique le respect de certaines règles :

- L'étude de votre itinéraire et de ses risques
 - La prise en compte des bulletins météorologiques, nivologiques et des risques d'avalanches
 - Le port d'une tenue adaptée aux exercices physiques dans le froid
 - L'utilisation d'un matériel adapté et complet avec l'indispensable trio : DVA, pelle, sonde
 - L'information auprès de votre entourage ou de votre hébergeur sur votre itinéraire
- La présence de traces, même nombreuses, n'implique pas que l'itinéraire soit sécurisé.

CARTE ANNUELLE DU CLUB ALPIN FRANÇAIS SECTION VANOISE TARENTAISE

Elle couvre été comme hiver, en responsabilité civile illimitée, les frais de recherche et de secours. Elle donne droit à une réduction sur les courses collectives organisées l'été par le Bureau des guides, ainsi que sur les tarifs des refuges.

Adhésion en ligne :
<http://vanoise-tarentaise.ffcam.fr>



GLISSER AUTREMENT

Une palette d'activités pour profiter de l'hiver

Destination prisée pour le ski, Pralognan-la-Vanoise est aussi un lieu idéal pour ceux qui veulent profiter autrement des plaisirs de la glisse. Savourez cette sensation de liberté en vous laissant conduire par un cheval ou des chiens de traîneaux, amusez-vous en luge ou en yooner, prenez de la hauteur en parapente et bâtissez votre premier igloo en famille !

ESPACES LUGE

Deux pistes de luge sont en accès libre, pour toute la famille. Sécurité, glisse et rigolade assurées !

- **Pour les plus petits :** à l'entrée du village, sur la droite du télésiège du Petit Poucet
- **Pour les plus grands :** sous le village des Bieux, sur la gauche du jardin d'enfants de l'ESF

NOUVEAU : SORTIES YOONER

Pour un maximum de sensations fortes, l'ESF organise des sorties Yooner pendant les vacances scolaires de Noël et de février !

Renseignements et réservations :
ESF : 04 79 08 72 25

SKI JOËRING, BALADES À CHEVAL ET PONEY-LUGE

■ SKI JOËRING

Le Ranch de l'Ancolie vous propose le ski joëring (ski attelé) : une façon originale et ancestrale d'unir le plaisir de la glisse à celui d'être tracté par un cheval. Pour petits et grands, débutants ou confirmés : plaisirs et sensations au rendez-vous ! Au choix : baptêmes, initiations... Prévoir les skis, 1m50 maximum

Baptême : 15,00 €
Initiation : 45,00 €

■ BALADES À CHEVAL ET À PONEY

Tout au long de l'hiver, découvrez des balades pour débutant ou cavalier.

À poney, 30 minutes : 15,00 €
À cheval, 1 heure : 35,00 €
À cheval « Pleine lune », en nocturne : 45,00 €
À partir de 3 ans

■ PONEY-LUGE

Trop petit pour le ski-joëring ? Essaye le poney-luge !

15 minutes : à partir de 15,00 €*

*Jusqu'à 3 ateliers possibles, en fonction du nombre d'enfants.
À partir de 2 ans

Renseignements et réservations :
Ranch de l'Ancolie : 06 82 34 46 52

CHIENS DE TRAÎNEAUX

■ BAPTÊME

L'activité débute par une présentation du groupe de chiens, leur mode de vie et leur race. Après ces explications, installez-vous dans le traîneau (muni d'un matelas et d'une bâche imperméable) et partez pour la balade en forêt. Appréciez la puissance des huskies de Sibérie et d'Alaska à la montée et savourez les sensations à la descente.

Baptême, 30 minutes : 90,00 €

■ KID TRAÎNEAU POUR PETIT MUSER (8-12 ANS)

Les enfants peuvent s'initier au mushing et partager des moments forts et empreints de complicité avec les chiens. Une activité novatrice, pour s'amuser et apprendre la conduite d'attelage et devenir un vrai musher !

Kid Traîneau, 1 heure, tarif par enfant : 40,00 €
Vacances scolaires uniquement.

■ BABY PARK POUR MINI MUSER (3-7 ANS)

Après dix minutes de présentation de l'activité, l'animateur explique aux enfants la bonne posture, comment tourner, glisser, freiner et s'arrêter sous forme de jeux ludiques pour faciliter la mise en pratique et la glisse.

Baby Park, 2 heures, tarif par enfant : 50,00 €
Vacances scolaires uniquement.

Les activités chiens de traîneaux ont lieu certains jours de la semaine uniquement.

Renseignements et inscriptions à l'Office de Tourisme.

Restrictions médicales : l'activité est déconseillée aux femmes enceintes et aux personnes souffrant de maux de dos.

APPRENTI INUIT EN FAMILLE

À quelques pas du village, dans un silence ouaté, découvrez le camp des apprentis inuits ! Réchauffée par un chocolat chaud, chaque famille met « la main à la glace » pour construire son igloo, aidée par Stéphane, Inuit en chef.

Activité et boisson chaude : 15,00 € / personne
Un gratuit pour un payant

À partir de 8 ans. Les enfants doivent être accompagnés.

Inscriptions à l'Office de Tourisme.

PARAPENTE SKIS AUX PIEDS

Survolez Pralognan-la-Vanoise et ses montagnes en parapente et skis aux pieds, pour contempler les paysages d'en haut.

Renseignements et réservations :
Xavier Malherbe : 06 77 74 36 80.





Sommaire

Le Cristal, centre sportif de la Vanoise	28
Détente et bien-être	31
Prendre soin de soi	33

Loisirs et détente

Si l'environnement naturel de Pralognan-la-Vanoise est à lui seul propice au ressourcement, le village propose également une large palette d'activités de loisirs pour se défouler ou se détendre. Centre névralgique de la station, le Cristal comprend piscine, toboggan aquatique, bowling, salle de musculation, mur d'escalade et patinoire olympique. De nombreuses activités sont également proposées dans le village pour se relaxer et prendre soin de soi.

LE CRISTAL CENTRE SPORTIF DE LA VANOISE

Pour se défouler ou se détendre

Facilement identifiable par son design esthétique et moderne, alliant la chaleur du bois et la transparence du verre, Le Cristal est un centre sportif et ludique prisé de tous les publics, quelle que soit la saison. Situé à quelques pas du centre du village, il réunit dans un même lieu tous les sports et loisirs indoor, ainsi qu'un espace Spa et Bien-être chaleureux et intimiste.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :
Le Cristal : 04 79 08 74 88

PISCINE

Tous les jours : 15h - 19h

Vous y trouverez un bassin ludique avec une eau à 29°, un toboggan aquatique, 2 lignes de nage et une pataugeoire pour les plus petits.

■ ACCÈS À L'ESPACE AQUATIQUE

	ENTRÉE	5 ENTRÉES*
Bambin (moins de 5 ans)	GRATUIT	
Enfant (moins de 13 ans)	4,50 €	18,00 €
Adulte	6,50 €	26,00 €
PACK TRIBU		
2 adultes + 2 enfants** ou 1 adulte + 3 enfants**	20,00 €	
Enfant supplémentaire	4,00 €	

* La carte de 5 entrées est nominative.

** Enfants âgés de 5 à moins de 13 ans.

NOUVEAU : Tous les samedis de l'hiver,
tarif réduit pour tous : 4,00 €.

■ NAGE ADULTE

2 couloirs de natation réservés aux adultes.

Carte 1 heure	4,00 €
Carte 5 heures	16,00 €
Carte 10 heures	30,00 €

Les cartes nage adulte sont nominatives.

■ COURS DE NATATION

Pour apprendre à nager ou se perfectionner, le Cristal vous propose des leçons de natation avec un maître-nageur sauveteur.

Contact sur place.

■ COURS D'AQUAGYM ET D'AQUAFITNESS

Les maîtres-nageurs proposent durant toute la saison des cours collectifs d'aquafitness et d'aquagym, à partir de 5 inscrits. Réservation conseillée à l'accueil de la piscine.

Aquafitness : les mercredis de 14h à 14h45

Aquagym : les vendredis de 14h à 14h45

Le cours de 45 minutes : 10,00 €

Profitez de la piscine gratuitement après le cours

■ NOUVEAU : JARDIN AQUATIQUE (4-8 ANS)

Partagez des activités ludiques avec vos bouts de chou tout en les familiarisant avec le milieu aquatique ! Un moment privilégié en famille.

Ateliers collectifs* : les mercredis de 10h à 11h30

*Maximum 20 enfants. Les enfants doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte.

1 adulte + 1 enfant	10,00 €
Adulte ou enfant supplémentaire	4,00 €

PATINOIRE OLYMPIQUE

Tous les jours : 15h - 19h

Nocturnes les mardis et jeudis : 21h - 23h

■ ACCÈS À LA PATINOIRE

Créée pour les JO de 1992, la patinoire de 30 x 60 m est l'une des plus grandes de la région. Après une journée de ski, le plaisir de la glisse se prolonge patins au pied, dans les traces de Surya Bonaly, vice-championne du monde !

	SANS LOCATION DE PATINS	AVEC LOCATION DE PATINS
--	-------------------------------	-------------------------------

Bambin (moins de 5 ans)	GRATUIT	3,50 €
Enfant (moins de 13 ans)	3,50 €	7,00 €
Adulte	4,50 €	8,00 €
Carte 5 entrées*	17,00 €	32,00 €

PACK TRIBU

2 adultes + 2 enfants** ou 1 adulte + 3 enfants**		28,00 €
Enfant supplémentaire**		5,00 €

*La carte 5 entrées est nominative.

**Enfants âgés de 5 à moins de 13 ans

■ LUGE SUR GLACE

Chaussez vos patins, glissez et emmenez vos tout-petits en luge !

Location de luge : 4,00 €

■ JARDIN DES GLACES

Pour un apprentissage en douceur, la patinoire met à disposition des plus petits un espace ludique et protégé tous les mardis après-midi des vacances scolaires.

Pack sécurité (luge + casque + genouillères + coudières) : 4,50 €

■ CURLING

Sur une piste aménagée avec de la glace perlée, découvrez cette discipline olympique en famille ou entre amis.

Location de la piste et matériel :

- 1 heure : 75,00 €

- 2 heures : 140,00 €

Nombre de personnes recommandé : 8

Sur réservation.

■ NOUVEAU : EISSTOCK

Découvrez la pétanque sur glace !

Jouée par deux équipes, sur une surface gelée, une partie d'Eisstock consiste à lancer un disque (Eisstöcke) possédant une poignée, le plus près possible d'un palet en caoutchouc de 12 centimètres de diamètre qui sert de but (cochonnet).

Location de la piste et du matériel (1 h) : 75,00 €

Nombre de personnes recommandé : 2 à 8

Sur réservation.

ESPACE BOWLING ET BILLARD

Tous les jours : 17h - 00h
Les jeudis : 17h - 02h

Pour débiter ou finir la soirée entre amis ou en famille dans une ambiance conviviale, rendez-vous à l'espace bowling et billard !

La partie de bowling par personne : 8,00 €
La partie de billard américain : 2,00 €

■ SOIRÉE « VIP » : PRIVATISEZ VOTRE PISTE !

Un cocktail de bienvenue offert et des parties illimitées !

Sur réservation : 150,00 €

SALLE MULTI-SPORTS

Tous les jours sauf le mercredi : 15h - 19h
Nocturnes les mardis et jeudis : 21h - 23h

Une salle de sport de 426m² entièrement équipée avec un sol restituteur d'énergie, pour la pratique de sports collectifs (badminton, basket, volley, hand...) mais aussi le roller !

Sur réservation. Port de chaussures propres et sèches obligatoire.

Matériel sur place : raquettes, volants, filets, ballons.

	1H	5H
Badminton	14,00 €	56,00 €
Sport collectif	20,00 €	80,00 €

SALLE DE MUSCULATION

Tous les jours : 15h - 19h
Nocturnes les mardis et jeudis : 21h - 23h

Intégrée dans l'enceinte de la patinoire (au rez-de-chaussée), la salle dispose d'équipements variés : appareils cardios, appareils de musculation et petits matériels de proprioception.

La séance : 7,00 €
La carte de 5 séances : 28,00 €

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

Le Cristal : 04 79 08 74 88

MUR D'ESCALADE

Tous les jours sauf le mercredi : 15h - 19h
Nocturnes les mardis et jeudis : 21h - 23h

Découvrez ou (re)découvrez les plaisirs de la grimpe grâce au mur d'escalade de 165 m². 18 voies possibles. Les cordes ne sont pas fournies, venir avec son matériel.

■ ESCALADE EN ACCÈS LIBRE

Vous pouvez accéder, sur réservation, au mur d'escalade pour pratiquer librement votre sport préféré.

Cordes et matériel non fourni.

La séance, par personne : 7,00 €
Les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte

■ GRIMPER AVEC LES GUIDES

Profitez de vos vacances pour découvrir ou vous perfectionner en escalade avec des professionnels.

Renseignements et inscriptions : 06 73 35 57 94.



Détente et bien-être

SPA

Tous les jours : 15h - 19h
+ Les mardis et jeudis : 10h - 13h

Après une journée au grand air, rendez-vous au spa pour une pause bien-être. Vous y trouverez un espace chaleureux et intimiste, 2 saunas, 1 hammam, 2 jacuzzis (intérieur et extérieur), 3 douches à expérience, un bain froid, une salle de relaxation, une tisserie...

À partir de 16 ans, accompagné d'un parent.

Carte 1 heure	17,00 €
Carte 5 heures	27,00 €
Carte 10 heures	90,00 €
Carte 2 heures Spa + 1 entrée piscine	31,00 €

Les cartes sont nominatives. Les tarifs incluent le prêt d'une serviette.

1/2 heure supplémentaire d'accès au Spa : 10,00 €

■ AROMATHÉRAPIE

Inspirez, expirez, ressentez..., tout au long de la semaine, Le Cristal Spa et Bien-Être vous propose un programme d'aromathérapie à base d'huiles essentielles 100% pures et naturelles. Programme disponible à l'accueil du Spa Le Cristal.

■ « VIP » : PRIVATISEZ LE SPA !

Accordez-vous un après-midi ou une soirée d'exception et de détente intense... Le Cristal Spa et Bien-Être vous propose une privatisation intégrale de son espace pour un moment de partage en toute intimité avec vos proches.

Privatisation du spa et cocktail de bienvenue :
2 000,00 € - Sur réservation.

SOINS

■ PARENTHÈSES BIEN-ÊTRE

Offrez-vous un moment de pur bien-être !

1 modelage de 25 min + 1 accès au Spa	50,00 €
1 modelage de 50 min + 1 accès au Spa	85,00 €

À partir de 18 ans. Sur réservation.

■ MODELAGES

Cet hiver, nos spas-praticiennes vous proposent de découvrir la nouvelle gamme de produits cosmétiques des laboratoires PHYT'S, certifiés BIO et composés à 100% d'ingrédients naturels. En duo ou en solo, profitez également de notre bar à modelages.

Retrouvez la carte des soins sur www.pralognan.com ou sur place au Cristal.

1 modelage de 25 min	40,00 €
1 modelage de 50 min	75,00 €
1 modelage signature de 50 min	85,00 €

À partir de 18 ans. Sur réservation.

NOUVEAU : ÉPILATIONS

Cet hiver, le Spa Le Cristal vous propose de découvrir la carte des épilations.
Sur réservation.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

Le Cristal : 04 79 01 30 35
(pendant les horaires d'ouverture du Spa)
spapralognan@aquice.fr



**PRALOGNAN
LA VANOISE**

SAVOIE - FRANCE

Après les sports d'hiver,
venez vous mettre au vert.

WWW.PRALOGNAN.COM

Prendre soin de soi

OSTHÉOPATHIE

L'ostéopathie (ou médecine ostéopathique) repose sur l'utilisation du contact manuel pour le diagnostic et le traitement. Elle prend en compte les relations entre le corps, l'esprit, la raison, la santé et la maladie. Elle place l'accent sur l'intégrité structurelle et fonctionnelle du corps et la tendance intrinsèque de l'organisme à s'auto-guérir.

*Marine Landeau vous propose des consultations à l'Hôtel Les Airelles*** situé au 418 rue des Darbelays. Sur rendez-vous : 06 43 44 44 39*

YOGA

Le yoga, originaire d'Inde, est une discipline millénaire qui inclut des postures corporelles (asanas), des exercices de contrôle de la respiration (pranayamas) et des exercices de méditation. Le mot « yoga » provient du Sanskrit et signifie joindre ou unifier, symbolisant l'union du corps et de la conscience.

Tout au long de l'hiver, profitez de rendez-vous bien-être pour tous et pour tous les goûts.

■ POUR LES ENFANTS ET LES FAMILLES

Séance de yoga tous les mardis : 17h15 - 18h

■ POUR LES ADULTES

Yoga, Psycho-corpo, Qi Gong...

Séance tous les mardis : 18h - 19h30

Participation de 1,00 € au bénéfice de l'association « La Pièce du Haut ».

Renseignements : Nathalie Jovet - 06 82 25 48 79

AYURVÉDA

■ SOINS TRADITIONNELS AYURVÉDIQUES

Par une approche globale, physique, psychique et émotionnelle, découvrez les bienfaits de l'ayurveda, cette médecine holistique indienne vieille de plus de 5 000 ans, dont sont issus le yoga, la méditation... pour un bien-être au quotidien.

Nathalie Jovet, thérapeute psychocorporelle, vous propose des massages thérapeutiques à l'huile tiède ou des massages énergétiques pour rééquilibrer le corps et ses fonctions. Ces soins sont particulièrement indiqués pour les personnes nerveuses ou stressées... et pour tous ceux qui désirent retrouver leur équilibre intérieur.

Découvrez aussi le massage spécial bébé (à faire soi-même) et celui pour femme enceinte : des moments de pure douceur.

Sur rendez-vous : Nathalie Jovet - 06 82 25 48 79

■ CONFÉRENCE AYURVÉDIQUE

Tous les lundis : 9h30 - 11h30 / GRATUIT

Renseignements : Nathalie Jovet - 06 82 25 48 79

MASSAGES BIEN-ÊTRE

■ MODELAGES DU MONDE

À L'Espace Zen Altitude, le bien-être prend tout son sens ! Chrystèle vous propose la gamme « Modelages du Monde ». Au programme : détente, remise en forme, réflexologie.

Renseignements et réservations :

Chrystèle Sesboue - 06 03 12 74 64

■ MASSAGES BIEN-ÊTRE ET SPORTIFS

Doris Daude, praticienne en massage bien être et sportif (certifiée suedosportif®) vous propose des rendez-vous à votre domicile ou à l'Hôtel Les Airelles*** situé au 418 rue des Darbelays.

Des massages musculaires sur mesure pour une vraie détente du corps et un apaisement de l'esprit.

Renseignements et réservations :

Doris Daude - 06 82 08 27 05





Sommaire

Club enfants	36
Activités enfants	37

Pour les enfants

Pralognan met un point d'honneur à réserver un accueil particulier et adapté aux plus jeunes. Outre sa situation privilégiée et sécurisée, loin des axes de circulation, le village propose plusieurs espaces pour les enfants : zones ludiques sur le domaine skiable, pistes de luge, ludothèque, jardin des glaces... Et tout au long de la saison, le jeune public se voit proposer des animations et activités dédiées.



Club enfants

CLUB NEIGE (de 6 mois à 6 ans)

Situé dans le centre du village, avec un accès facile par la passerelle à côté de la Maison de la Vanoise, il est ouvert du dimanche au vendredi de 9h à 17h30. Il propose aux enfants des activités d'intérieur : bricolage, maquillage, peinture, lecture... et d'extérieur : promenade, luge, bonhomme de neige... adaptées à chaque âge.

Accueil de 9h à 10h et de 13h30 à 14h.

FORMULES SANS GARDE LE MIDI	À L'UNITÉ	5 UNITÉS ET + (prix à l'unité)
Matin 9h-12h	16,90 €	15,90 €
Après-midi 13h30-17h30	20,00 €	19,00 €
Matin + après-midi 9h-12h et 13h30-17h30	29,50 €	27,50 €

FORMULES AVEC GARDE LE MIDI	À L'UNITÉ		5 UNITÉS ET + (prix à l'unité)	
	SANS REPAS	AVEC REPAS	SANS REPAS	AVEC REPAS
Matin 9h-13h30	23,20	30,00	21,20	28,00
Après-midi 12h-17h30	25,20	32,20	23,20	30,00
Matin + après-midi 9h-17h30	33,80	40,60	31,80	37,60

• **Enfants de 6 à 18 mois** : les parents doivent fournir le repas

• **Enfants de + de 18 mois** : le club enfants fournit obligatoirement le repas du midi (cuisiné par un traiteur)

FORMULES AVEC L'ESF

Pour les enfants de 3 à 6 ans, nous vous proposons une formule qui combine cours de ski et garderie. Après le cours de ski du matin, les enfants sont accompagnés au Club Neige où ils déjeunent et passent l'après-midi (jusqu'à 17h30).

Les enfants sont encadrés par des moniteurs et monitrices de l'ESF pendant les cours de ski et par l'équipe du Club Neige quand ils sont à la garderie. Dans un espace ludique spécialement conçu pour l'éveil et le confort des plus jeunes, le temps est partagé entre jeux d'intérieur et activités d'extérieur dans la neige.

FORMULES 6 JOURS*	VACANCES DE NOËL ET FÉVRIER	AUTRES PÉRIODES
Cours collectifs matin + relais garderie 6 jours	306,00 €	300,00 €

* Dans la limite des places disponibles.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

CLUB NEIGE

info.garderie@pralognan.com
04 79 08 77 09

À L'ESF

contact@esfpralognan.com
04 79 08 72 25
www.esfpralognan.com

Activités enfants

ACTIVITÉS ENFANTS

Balades à cheval et à poney	25
Biathlon laser	18
Bowling	30
Chiens de traîneaux	25
Cinéma	41
Club enfants	36
Costumerie	41
Curling	29
École de ski	10-11/18-19
Eisstock	29
Escalade indoor	30
Espace Glacialis	41
Galerie Hydraulica	41
Igloo	25/37
Ludothèque	41/37
Luge	24
Parc national de la Vanoise	40
Patinoire	29
Piscine	28
Poney-luge	25
Ski alpin	5
Ski nordique	19
Ski joëring	25
Visites	40 à 43
Yoga	33
Yooner	24
Zones ludiques	5

NOUVEAU : LUDOTHÈQUE

Découvrez plus d'une cinquantaine de jeux pour petits et grands, dont les dernières nouveautés !

Location : 3 € / jour / jeu

Journée supplémentaire : 2 € / jour / jeu

Renseignements :

Nathalie Jovet - 06 82 25 48 79

APPRENTI INUIT EN FAMILLE

À quelques pas du village, dans un silence ouaté, découvrez le camp des apprentis inuit !

Réchauffée par un chocolat chaud, chaque famille met « la main à la glace » pour construire son igloo, aidée par Stéphane, Inuit en chef.

Activité et boisson chaude : 15,00 € / personne
Un gratuit pour un payant.

À partir de 8 ans. Les enfants doivent être accompagnés.
Inscriptions à l'Office de Tourisme.

ASSISTANTE MATERNELLE

Une assistante maternelle accueille vos tout-petits, en 1/2 journée ou journée, à son domicile.

Patricia Blanc : 04 79 08 03 46 - 06 75 15 36 26



Sommaire

Parc national de la Vanoise	40
Activités culturelles	41
Dans l'intimité de Pralognan	42
Stages et activités	43

Culture et patrimoine

Pralognan est un village sans appareil ni paillettes, fier de préserver sa culture et ses traditions. L'identité du village est marquée par son patrimoine architectural, ses hameaux typiques, ses chalets de pierres et de bois. L'agro-pastoralisme, toujours très présent, témoigne d'un savoir-faire transmis de génération en génération. Pralognan-la-Vanoise a su conserver un esprit unique, avec des événements culturels, sportifs et festifs qui donnent, toute l'année, le tempo d'un village à la fois authentique et très vivant.



Parc national de la Vanoise

MUSÉOGRAPHIE ROUTE DU SEL

Découvrez l'histoire de la route du sel, de Pralognan-la-Vanoise à Termignon, à travers les âges. Au XIII^{ème} siècle, le passage par le Col de la Vanoise (aujourd'hui dans le cœur du Parc) était le plus court pour transporter le sel des salines de Moûtiers jusqu'en Italie. Ainsi est née la route du sel. Une route qui a aussi vu passer nombre de colporteurs, pèlerins, commerçants, militaires puis alpinistes et randonneurs...

L'exposition se dévoile sur une grande carte aérienne de 8 m de long. Le parcours de la route est ponctué de 11 stations axées chacune sur un point particulier de la vie de cette route, tels les chapelles, chalets, faune ou flore...

La maquette tactile d'une montagne, avec diverses figurines à placer, et adaptée aux enfants permet également de jouer en famille.

Des personnalités locales témoignent sur des vidéos de leur vécu et leurs métiers, en lien avec la route du sel. Pour ceux qui veulent en savoir plus, des fiches-focus détaillent des thèmes de l'exposition. Et, grâce à des vitrines accueillant des espèces naturalisées, chacun peut voir à quoi ressemblent de près un lagopède, un tétras-lyre, une marmotte ou encore un lièvre variable.

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS :

Maison de la Vanoise

Tous les jours du 22 décembre 2019 au 29 mars 2020, de 9h à 12h et de 15h à 19h (sauf jours fériés).
Contact : 04 79 08 71 49

EXPOSITIONS

Toute la saison, expositions de photos et rencontres avec les auteurs.

- Exposition photos sur le Gypaète barbu.
- Exposition photos et scénographie sur le changement climatique.

ATELIERS JEUX NATURE

Chaque jeudi après-midi vous est proposée une animation « sensibilisation à la nature » autour de jeux et produits du Parc.

SOIRÉES RENCONTRES PROJECTIONS

Tous les jours en fin d'après-midi, une projection-débat (voir Le Petit Journal pour les horaires).

Inscriptions auprès de la Maison de la Vanoise. Places limitées.

OBSERVATION DE LA FAUNE ET DE LA FLORE

Les mardis après-midi, les gardes moniteurs vous proposent un rendez-vous sur les pistes pour observer la faune.

Activités culturelles

BIBLIOTHÈQUE

La bibliothèque de Pralognan-la-Vanoise vous accueille toute l'année dans les locaux de la Mairie et vous propose en prêt un choix de livres, CD et DVD pour enfants et adultes.

Tous les lundis et jeudis : 15h - 18h

Tous les mercredis : 15h30 - 17h

Bibliothèque Municipale de Pralognan.

CINÉMA

Du dimanche au vendredi : séances à 18h et 21h
Retrouvez le programme complet dans Le Petit Journal dès votre arrivée !

TARIFS	- DE 12 ANS	ADULTES
Entrée	5,50 €	8,00 €
Carte 6 entrées	33,00 €	

NOUVEAU :

LUDOTHÈQUE

Découvrez plus d'une cinquantaine de jeux pour petits et grands dont les dernières nouveautés !

Location : 3 € / jour / jeu

Journée supplémentaire : 2 € / jour / jeu

COSTUMERIE

Découvrez déguisements et costumes pour tous... et toutes les occasions !

Location : à partir de 5,00 € / jour / costume

Renseignements :
Nathalie Jovet - 06 82 25 48 79

GALERIE HYDRAULICA

Au Villard du Planay, au pied de l'une des plus grandes conduites forcées qui capte l'eau des glaciers, la Galerie Hydraulica vous révèle les secrets de l'hydroélectricité et de ses applications métallurgiques ou chimiques, qui ont permis le développement de la vallée grâce à l'industrie dès le XIX^{ème} siècle, bien avant le ski !

Une visite captivante, ponctuée de films, maquettes, témoignages audios, diaporamas... Des jeux ludiques et pédagogiques sont à disposition pour le jeune public.

■ EXPOSITION TEMPORAIRE

« Instantanés, Moments volés de l'Hiver » par le photographe François Garet. Une série captant la magie des saisons 2015 et 2016, un dilettantisme éclairé, alternant vision abstraite et capture du jeu des nuages sur les sommets des 3 Vallées.

Exposition en accès libre avec le billet d'entrée de la Galerie Hydraulica.

Ouvert du 20 janvier au 12 avril 2020 de 14h à 18h

Vacances scolaires : du lundi au vendredi

Hors vacances scolaires : lundi, mardi, jeudi, vendredi

TARIFS	ADULTE	RÉDUIT*	ENFANT**	FAMILLE***
Visite libre	3,50 €	3,00 €	2,00 €	9,00 €
Visite guidée	4,50 €	4,00 €	2,50 €	12,00 €

*Réduit : étudiant, demandeur d'emploi, coupleage Glacialis/Hydraulica

**Enfant : 7 à 16 ans (gratuit pour les moins de 7 ans)

***Famille : 2 adultes + 2 enfants

Renseignements et réservations :

Galerie Hydraulica - Le Villard du Planay
04 79 22 19 68 - www.galerie-hydraulica.com

ESPACE GLACIALIS

Les glaciers, éléments incontournables de nos montagnes, se dévoilent à l'Espace Glacialis, centre d'interprétation situé au cœur du vallon classé de Champagny le Haut.

Venez découvrir tout ce qu'il faut savoir sur ces géants, de leur aspect scientifique à leur dimension historique à travers une exposition ludique et interactive (films, maquettes, photos, objets à toucher...).

Des jeux sont proposés aux familles pour découvrir l'Espace Glacialis et aborder les enjeux du réchauffement climatique tout en s'amusant : jeu des 12 défis, jeu Climatic Poursuite...

Ouvert du 23 décembre 2019 au 24 avril 2020

Visites libres : du lundi au vendredi de 14h à 18h.

Visites guidées : le jeudi à 10h, ou sur demande.

TARIFS	ADULTE	RÉDUIT	ENFANT
Visite libre	3,00 €	2,00 €	1,50 €
Visite guidée	4,00 €	3,00 €	2,00 €

Renseignements et réservations :

Espace Glacialis - Le Bois - Champagny Le Haut
04 79 01 40 28 - 04 79 55 06 55
www.espaceglacialis.fr - www.champagny.com



Dans l'intimité de Pralognan

RENDEZ-VOUS DE LA CHÈVRERIE

Audrey, Sylvain et leur équipe vous accueillent dans leur ferme pour participer à la traite et terminer par une dégustation de produits fermiers.

Tous les mardis de l'hiver (hors vacances de Noël*) Les visites ont lieu à 17h jusqu'au 8 février 2020, puis à 17h15 à partir du 9 février 2020.

*Pendant les vacances de Noël, les visites auront lieu les lundis 23 et 30 décembre 2019.

• **Visite enfant (4-11 ans) : 2 €**

(gratuit pour les moins de 4 ans)

• **Visite adulte (12 ans et plus) : 8 €**

Inscriptions à l'Office de Tourisme.

En 2020, la Chèvrerie de Chavière fête ses 10 ans ! Plusieurs événements sont prévus tout au long de l'hiver... À suivre et à découvrir dans Le Petit Journal !

COULISSES DE L'HIVER

Embarquer pour une visite guidée des coulisses de Pralognan, c'est entrer dans la légende de la station, pionnière des sports d'hiver.

■ **VISITE DU TÉLÉPHÉRIQUE** (Gratuit)

Les skieurs curieux de l'histoire de Pralognan découvrent, au cours d'une visite guidée, le fonctionnement du téléphérique ouvert en 1953 et l'entretien des remontées mécaniques.

Chaque semaine : voir Le Petit Journal.

Inscriptions auprès de l'Office de Tourisme (5 personnes minimum, 12 maximum).

■ **PREMIÈRE TRACE AVEC LES PISTEURS**

(Gratuit)

Rendez-vous avec les pisteurs avant l'ouverture du domaine skiable, pour glisser sur les pistes fraîchement damées. Empruntez le téléphérique réservé au personnel, et découvrez leur travail !

Chaque semaine des vacances scolaires de Noël et Février : voir Le Petit Journal.

Inscriptions auprès des caisses des remontées mécaniques.

■ **« MONTE DANS MA DAMEUSE »** (Gratuit)

Après la descente aux flambeaux, les conducteurs de dameuses invitent, sur tirage au sort, petits ou grands à découvrir les pistes dans leurs impressionnantes machines.

Chaque semaine : voir Le Petit Journal.

Demandez le bon de participation aux caisses des remontées mécaniques.

■ **DERRIÈRE LA GLACE** (Gratuit)

Visitez les coulisses de la patinoire !

Tous les mercredis des vacances de Février à 9h (RDV à l'accueil de la piscine).

Inscriptions auprès de l'Office de Tourisme.

MARCHÉ :

Les mardis et vendredis sur la place de la Mairie*

*La présence des exposants est indépendante de l'organisation de l'Office de Tourisme

Stages et activités

PEINTURE SUR BOIS ET SUR TOILE

Peinture décorative, expositions, ateliers enfants, initiation et perfectionnement adultes.

Renseignements : l'Atelier de Lisette - Le Casque d'Or, Galerie de Chasseforêt - 04 79 08 70 48.

ENTRE PAYSAGE ET PATRIMOINE

Une promenade guidée aux abords du village, sur le versant le plus ensoleillé du cirque. Jean-Baptiste Voisin, familier de Pralognan, vous fera découvrir divers vestiges qui vous permettront de comprendre l'évolution du paysage depuis l'avant-guerre.

Tarif par personne : 7,00 €

Chaque semaine : voir Le Petit Journal.

Inscriptions auprès de l'Office de Tourisme.

ATELIERS CULTURELS

■ **ANIMATIONS CULTURELLES**

À la bibliothèque municipale : café littéraire, ateliers d'écriture, « mamies club » (jeux et lecture pour enfants accompagnés) ...

Au chalet l'Échelle : ciné chez l'habitant, soirées musicales (piano, violon, conférences musicales...) ...

Voir le programme détaillé dans Le Petit Journal.

■ **CHORALE « LE CHŒUR DE VANOISE »**

Constitué depuis bientôt trois ans, le chœur féminin accueille tous les participants de passage à Pralognan dans une atmosphère chaleureuse. Répétitions le jeudi soir.

Retrouvez toutes les informations et leur calendrier sur Le Petit Journal et sur le site de la Mairie (rubrique « Vie locale »).

Renseignements :

Association À Grande Échelle - 06 86 89 71 16.



Retrouvez chaque semaine le programme des animations culturelles dans Le Petit Journal.



Sommaire

Restaurants dans le village	46
Restaurant en montagne	48
Bars	48
Bowling, billard et cinéma	49

Sortir à Pralognan

À Pralognan, on ne parle pas de clients mais d'invités : un détail symbolique qui résume à lui seul l'accueil chaleureux et attentif réservé aux visiteurs...

Venez goûter à cette convivialité dans l'un des nombreux restaurants de la station, découvrez l'ambiance festive de nos bars ou partagez une soirée animée au bowling... Après l'effort, le réconfort !

RESTAURANTS DANS LE VILLAGE



LES AIRELLES

04 79 08 70 32
418 rue des Darbelays
www.hotel-les-aielles.fr

D3

Catherine, Stéphane et l'équipe des Airelles vous accueillent le soir au coin du feu, dans leur chaleureux chalet savoyard, pour vous faire déguster une cuisine généreuse et inventive qui privilégie les produits locaux et frais.



LA CASCADE

04 79 08 70 55
31 côte du Barioz

M4

Mythique restaurant du Barioz ! Annie vous accueille en soirée et vous propose spécialités et viandes gourmandes, au feu de bois, garnies des fameuses frites maison. Ambiance chaleureuse et conviviale autour de la cheminée !



EDELWEISS

04 79 08 72 40
12 chemin du Col de la Louza
www.hotel-edelweiss-pralognan.com

K4

L'hôtel*** restaurant Edelweiss, idéalement situé à 50 m du centre et du téléphérique, vous accueille pour des instants détente et des moments gourmands, à partager sans modération sur la terrasse panoramique.



LE GRAND BEC

04 79 08 71 10
291 avenue de la Grande Casse
www.hoteldugrandbec.fr

H7

Le chef Dominique Briquet, Maître-Restaurateur, sélectionne avec soin les produits du terroir et apporte une attention toute particulière à l'élaboration d'une cuisine inventive et revisitée, déclinée au gré de l'humeur des saisons.



LES P'TITS MONTAGNARDS

04 79 08 75 76
40 avenue de Chasseforêt
Résidence les Glières

M4

Les P'tits Montagnards vous proposent des crêpes & galettes bretonnes, spécialités savoyardes et autres plats à découvrir ! Service non-stop dès 12h, dîner à partir de 19h. Il est prudent de réserver. L'après-midi, chocolat chaud, vin chaud, belle carte de thé... Un goûter sucré ou salé pour se réchauffer !



LA PACHNÉ

04 79 09 95 87
134 avenue de Chasseforêt

M5

Le restaurant La Pachné vous propose :
En soirée, viandes et spécialités savoyardes dans une atmosphère cosy, à la bougie !
En journée, une ambiance brasserie et après-ski sur ses deux terrasses.

RESTAURANTS DANS LE VILLAGE



LE PRÉ DU COIN

04 79 08 71 70
194 avenue de Chasseforêt

L5

Au cœur du village, découvrez une terrasse ensoleillée, chauffée, avec vue sur les montagnes, et un cadre authentique à l'intérieur ! L'équipe du Pré du Coin vous offre un vaste choix de plats et menus, entre spécialités savoyardes et mets raffinés...



LE RÉGAL SAVOYARD

04 79 08 74 76
35 rue du Grand Couloir

L4

Au pied des pistes ! Rachel, Christian et leur équipe vous accueillent dans une atmosphère chaleureuse et « décorée » ! Outre les plats traditionnels, vous pourrez découvrir le farçon ou la potence.



LA RIPAILLE

Solenne et Frédéric
04 79 24 02 18
Galerie de Chasseforêt
217 avenue de Chasseforêt

L5

Situation idéale, au centre du village et face aux montagnes ! Jolie terrasse et salle conviviale, décorées avec soin. Au-delà de nos délicieuses pizzas (sur place ou à emporter), découvrez une carte riche et variée ! Réservation recommandée.



LES SEILLONS

Brigitte et David
04 79 01 41 51
Galerie de Chasseforêt
207 avenue de Chasseforêt

L5

Crêpes, burgers, spécialités savoyardes avec des produits de Pralognan et régionaux. Au centre du village dans la galerie le Chasseforêt. Ambiance Rockabilly et Harley, bonne humeur assurée !



LA TABLE DES LODGES

04 79 08 73 11
194 route du Rocher Blanc
Secteur Isertan

P6

Cuisine inventive et moderne qui a su garder son authenticité, de la rusticité des spécialités savoyardes à la richesse de la gastronomie française, où se mêlent parfois quelques épices de l'océan indien.



LE TOURISME

04 79 08 70 54
15 avenue de Chasseforêt

N5

Proche du hameau du Barioz et du centre du village, découvrez le restaurant de Dédé : carte variée, plat du jour et pizzas maison que vous dégusterez en famille ou entre amis, dans une salle chaleureuse ou au bord de la rivière sur la terrasse couverte.

RESTAURANTS DANS LE VILLAGE



PEPÉ GUST

04 79 08 70 74
29 passage de l'Église

J5

Chez Pépé Gust' on profite de la vie : partager une cuisine à toute heure, trinquer, faire des rencontres, rire, festoyer... tout est possible, on peut même dormir chez lui ! L'enfant du pays, Axel Amiez, vous propose une cuisine de saison, faite maison avec des produits locaux... la bière, aussi, est savoyarde ! Suivez le clocher, le bistro de Pépé est à côté.



LA VANOISE

Géraldine, Francis et leur équipe
04 79 08 70 34
11 chemin du Dou des Ponts
www.hoteldelavanoise.fr

N4

Après une bonne journée à l'extérieur, profitez de notre cheminée pour l'apéritif et découvrez nos salles de restaurant. Elles invitent la gourmandise à votre table pour rendre hommage aux saveurs d'ici et d'ailleurs.

EN MONTAGNE



ROC DE LA PÊCHE

04 79 08 79 75
1 911 m d'altitude - Vallée de Chavière

Carole et Thierry, les gardiens du refuge du Roc de la Pêche, vous accueillent dans leur magnifique chalet savoyard. Construit en 1996 sur les ruines d'un ancien alpage tenu par des moines, c'est le lieu idéal pour les skieurs-alpinistes. Chamois et bouquetins sont nos voisins. Venez vous ressourcer.

BARS



BAR DU BOCHOR

04 79 08 76 32
261 avenue de Chasseforêt

K5

Ouvert à l'année, sur la place du village. Pascale et son équipe vous proposent une vaste carte de boissons à déguster sur leur jolie terrasse - au chaud sous un plaid ou autour du brasero ! Rediffusion d'événements sportifs, Française des Jeux, Wi-Fi.



LA GRANGE BAR

04 79 07 63 80
Galerie de Chasseforêt
215 avenue de Chasseforêt

L5

Nous vous accueillons pour un moment convivial dans un bar moderne et cosy où il fait bon vivre. Idéal pour un en-cas et/ou une pause boisson. Large choix de bières pressions et bouteilles. Concerts, diffusions d'événements sportifs, Wi-Fi gratuit, accès personnes à mobilité réduite.

Vous trouverez également plusieurs restaurants sur les pistes

> voir page 7.

Certains proposent des soirées tout au long de l'hiver

> Voir Le Petit Journal



Bowling, billard et cinéma

BAR DU BOWLING

04 79 08 74 88
Le Cristal - 159 route du Plateau

O6

Entre amis ou en famille, c'est le lieu incontournable des fins de journée et des soirées ! L'équipe vous accueille pour boire un verre au bar ou dans les alcôves, jouer au billard, au bowling et profiter de ses soirées animées !

Privatisation "VIP" possible : voir page 30.

CINÉMA

L4

Du dimanche au vendredi : séances à 18h et 21h. Retrouvez le programme complet dans Le Petit Journal dès votre arrivée !

TARIFS	- DE 12 ANS	ADULTES
Entrée	5,50 €	8,00 €
Carte 6 entrées	33,00 €	





Sommaire

Alimentation	52	Services administratifs	60
Magasins de sport	55	Environnement	61
Artisanat, souvenir	56	Artisans	63
Commerces	57	Transports	64
Services sur mesure	58	Plan du village	68
Services médicaux	59		

Informations utiles

Au-delà des activités de glisse, loisirs, culture et bien-être, vous trouverez dans le village tous les commerces et services nécessaires à votre séjour : alimentation générale, produits locaux, magasins de sport, boutiques d'artisanat, services médicaux, services administratifs, conciergerie, déneigement, dépannage, transports...

ALIMENTATION GÉNÉRALE

SHERPA

Jean-Christophe & Quentin vous accueillent chaleureusement dans leur SHERPA, 7/7 j. Vous y trouverez produits régionaux, pain, rayon bio et sans gluten, fruits et légumes bio, kiosque à graines et céréales, pâtisserie, fromage et charcuterie à la coupe. Prêt d'appareil à raclette ou à fondue - Possibilité de livraison à domicile gratuite (voir conditions en magasin)

Tel : 04 57 15 99 47
61 avenue de la Grande Casse

J5

FROMAGERIES ET PRODUITS LOCAUX

CHÈVRERIE DE CHAVIÈRE

Ouvert tous les jours pour découvrir les produits de la ferme et rencontrer les chèvres. Visite libre le matin, guidée sur réservation à l'Office de Tourisme (voir page 42). Vente sur place de 9h à 12h et de 16h30 à 18h30, vente sur le marché de Pralognan les mardis et vendredis. *Merci de ne pas venir à la Chèvrerie avec votre animal de compagnie.*

Tel : 04 79 00 70 84
237 route de la Portetaz
www.chevrieriedechaviere.fr

L9

COOPÉRATIVE LAITIÈRE

Nous vous proposons de découvrir le beaufort au goût unique et raffiné, ainsi qu'une large gamme de produits de Savoie : tommes, charcuterie artisanale, vins, miel, crozets... Pour votre voyage, emballage sous vide ! *Magasin ouvert tous les jours en saison touristique.*

Tel : 09 67 09 79 98
48 avenue de Chasseforêt
Immeuble Les Glières
www.beaufortdesmontagnes.com

M5

FROMAGERIE DU PLAN

Samantha & Pierrick, agriculteurs, vous proposent en vente directe : beaufort chalet d'alpage, raclette, yaourts, tomme et une sélection d'autres produits fermiers. Il n'est pas rare d'entrevoir la cave à beaufort, la fabrication et le troupeau !

Tel : 06 37 25 67 17
145 avenue de la Grande Casse

I6

TRAITEURS, SNACKS ET VENTE À EMPORTER

CRÊPERIE DU DORON

Dégustez nos crêpes à emporter. Le petit plaisir du goûter ou le petit plaisir tout court !

Retrouvez-nous sur le front de neige, face à l'ESF.

L4

L'ATELIER DE SOFY

Sophie et son équipe vous proposent : plats du jour, choix de plats préparés maison, charcuterie, produits locaux, vin de Savoie et boissons à déguster sur place ou à emporter !

Tel : 04 79 01 08 35
710 avenue de Chasseforêt

M5

SOOPY SNACK

Soupe chaude du pays entre 2 descentes, café/chocolat/croissant après avoir déposé les enfants aux cours de ski. Également : paninis, sandwiches... Menu à partir de 6,95 € dans une ambiance dynamique « côté piste » Wi-Fi gratuit.

Tel : 04 79 41 20 79
47 rue du Grand Couloir

L4

BOULANGERIES, PÂTISSERIES, SALON DE THÉ

BOULANGERIE MARMOTTINE

Proche du centre du village. Pains spéciaux tranchés sur demande, pâtisseries maison, viennoiseries, compositions sucrées (confiseries, biscuits...) et boissons à emporter. *Commande de gâteaux et pâtisseries sur mesure !*

Tel : 04 79 08 70 88
78 avenue de la Grande Casse

J6

PAIN VANOISE ET GOURMANDISES

C'est nouveau, en plein cœur du village ! Vous y trouverez du pain cuit sur place, des viennoiseries, des pâtisseries à emporter ou à déguster dans le salon de thé où Jean-Claude et Françoise (ex Maîtres Restaurateurs) vous proposeront également du snacking et une belle cave à vin.

Tel : 04 79 25 59 47
221 avenue de Chasseforêt

K5

SALON DE THÉ DU PTIT MONT BLANC

Alliez plaisir de flâner et plaisirs sucrés ! Plus qu'un salon de thé, plus qu'une boutique... L'assurance d'un très bon moment aux côtés d'Annick, entre deux verres gravés à la main !

Tel : 04 79 08 72 73
5 côte du Barioz

M4

MARCHÉ :

Les mardis et vendredis sur la place de la Mairie*

*La présence des exposants est indépendante de l'organisation de l'Office de Tourisme



COOPERATIVE LAITIÈRE de Moûtiers

Beaufort - Produits de Savoie

Visite

- de la fabrication du Beaufort
- des caves d'affinage

Tous les matins à la coopérative laitière de Moûtiers

☎ 04 79 24 03 65

le FROMAGE **BEAUFORT**

Vente au détail

- Pralognan - 150m de l'Office de Tourisme
☎ 09 67 09 79 98
- Champagny - La Fruitière, place centrale
☎ 09 67 48 11 26
- Bozel - Rond point du centre, 8, rue Emile Machet
☎ 09 62 62 55 30
- Moûtiers - Près de la Gare SNCF
☎ 04 79 24 03 65

Vente en ligne : www.beaufortdesmontagnes.com

SPORT 2000

Depuis 1947
ROLLAND SPORT
Avenue de Chasseforêt
73710 Pralognan-La-Vanoise

**SKIS SURFS
ALPINISME
RANDONNÉE**

LOCATION - VENTE

Consigne chauffée au pied des pistes

SKI & MONTAGNE
Tél. 04 79 08 71 19

contact@skietmontagne.com
www.rolland.sport2000.fr

SKI ET MONTAGNE

MAGASINS DE SPORT

SPORT 2000 - ALPIGLISS

L'univers du skieur : chaussures, matériel, vêtements et accessoires. Votre magasin secteur Barioz - en face de Vacanciel. C'est une équipe dynamique et professionnelle, passionnée de glisse et de montagne, à votre écoute.

Tel : 04 79 07 67 18
12 avenue de Chasseforêt
www.alpigliss.sport2000.fr
alpigliss@skietmontagne.com

M4

INTERSPORT - PRALO SPORTS

Aude, Maïté et leur équipe vous proposent : location et vente de matériel de ski, raquettes, skis de fond, skis de randonnée, snowscoots, yooners, luges bébé et splitboards. Vente de vêtements de ski, sportswear, chaussures (techniques ou mode), sacs à dos, accessoires d'hiver.

Tel : 04 79 08 70 89
228 avenue de Chasseforêt
www.intersport-pralognan.com

K5

GO SPORT MONTAGNE - FAVRE SPORT

Au pied du téléphérique. Location de skis, snowboards, skis nordiques, skis de rando, raquettes, splitboards, poussettes-luge, luges... Sportswear, mode, vêtements techniques, matériel et accessoires de ski et snowboard.

Tel : 04 79 08 71 20
160 avenue de Chasseforêt
www.gosportmontagne-pralognan.com

L5

SKISET - LATITUDE

Isabelle Amiez, monitrice de ski, Stéphane et leur équipe vous accueillent face à l'Office de Tourisme. Location de matériel de ski, snow, télémark, ski nordique, raquettes, yooner. Vente de chaussures Sorel, Timberland et accessoires d'hiver !

Tel : 04 79 08 70 45
269 avenue de Chasseforêt
www.pralognan.skiset.com

K5

SKIMIUM - RÉGIS SPORTS

Depuis 1973, nous vous garantissons les meilleures prestations et notre accueil le plus chaleureux. Location/vente : ski, snowboard, ski nordique, raquettes, poussette-luge, luge, caméra sportive... Equipements de protection. Entretien matériel de glisse.

Tel : 04 79 08 72 41
06 21 22 63 67
18 chemin du Dou des Ponts
www.regissports.fr/magasin

N4

SPORT 2000 - SKI ET MONTAGNE

Depuis 1947, Rolland sport 2000 - Ski et Montagne vous fait partager sa passion et son expérience pour toutes les pratiques du ski (location et vente). C'est « LE » spécialiste du ski de randonnée/ all-mountain, du ski-alpinisme, du splitboard et du télémark.

Tel : 04 79 08 71 19
242 avenue de Chasseforêt
www.rolland.sport2000.fr
contact@skietmontagne.com

K5

SPORT VANOISE

Au pied des pistes : location de matériel de ski et autres glisses. Consigne gratuite. Consigne chauffante/séchante. Conseils spécialisés et adaptés dans le choix de vos achats de matériel, vêtements, accessoires au sein d'une large gamme de produits.

Tel : 04 79 08 74 65
122 avenue de Chasseforêt
www.sportvanoise.com

M4

PRÉCISION SKI - SOOPY SKI

Magasin au concept innovant, au pied des pistes, à côté de l'ESF. Louez votre matériel de glisse (skis, snowboards...) à des prix compétitifs tout en bénéficiant de son espace snack et de son ambiance dynamique.

Tel : 04 79 41 20 79
47 rue du Grand Couloir
www.precisionski-rent.com
soopy.pralognan@gmail.com

L4

CONSIGNE À SKI

Précurseur et innovant : service « + » ! Finie la galère du transport des skis. Les pieds toujours au sec et au chaud. Louez votre armoire chauffante au pied des pistes, à côté de l'ESF, à partir de 1,15 € par personne et par nuit.

Renseignements auprès de SPORT 2000.

Tel : 04 79 08 71 19
47 rue du Grand Couloir

L4

PRODUITS LOCAUX, ARTISANAT, SOUVENIRS, BIJOUX ET ACCESSOIRES

LES CAMPANES

Silviane vous accueille et vous propose un vaste choix de produits : cadeaux, souvenirs, minéraux, coutellerie, artisanat (cuivre, étain...), vaisselle, peaux... Cartes IGN, timbres. Et aussi des produits régionaux : vin de Savoie, liqueurs, miel de montagne, confiseries...

Tel : 04 79 08 74 89
121 avenue de la Grande Casse

J6

GALERIE DE LA VANOISE

Agnès et Gérard vous proposent : borne Wi-Fi, émission et réception de scans, photocopies en noir & blanc, tirages photos. Agréé photos d'identité. Livres de montagne et coin jeunesse. Déco, souvenirs, textiles. Également un espace Bio / producteurs / artisans : « Saveurs et goûts des Alpes »

Tel : 04 79 08 70 72
46 avenue de la Grande Casse

J6

LA BOUTIQUE D'EN HAUT

Au cœur du village, Fanfan et Alain vous proposent : peluches Bukowski, tissu d'ameublement, linge de maison, produits soin & bien-être, bougies & senteurs, vaisselle artisanale (fabrication française), cadeaux, déco, cartes postales et tisanes Yogi-Tea...

Tel : 04 79 01 07 94
21 rue du Grand Couloir

L4

LA P'TITE BOUTIQUE DU PTIT MONT BLANC

Flânez du côté du Barioz ! Nous vous accueillons au salon de thé et vous proposons de découvrir la P'tite Boutique : verres gravés main, objets et accessoires de déco « esprit montagne ». Idées cadeaux : gravures sur verre personnalisées !

Tel : 04 79 08 72 73
5 côte du Barioz

M4

GRIS SOURIS

À côté de la boulangerie, retrouvez nos 3 créatrices locales, Adélaïde, Paola et Sophie dans leur boutique « Gris Souris » ! Large choix de bijoux en émail, en tissu, objets de déco, peintures sur bois et sur toile, poterie, céramique, vaisselle peinte...

Tel : 06 08 12 14 32
46 avenue de la Grande Casse

J6

LE PETIT SAVOY'ART

Sophie vous accueille dans son atelier où elle peint à la main des porcelaines, des bijoux, des toiles, des pierres, dans un style moderne ou classique, épuré ou coloré mais toujours raffiné et original. Elle travaille également sur commande. Allez lui rendre visite !

Tel : 06 30 62 16 71
383 rue des Darbelays
lepetitsavoyart@sfr.fr

C3

LE COSY CORTI

Vous cherchez du beau, du smart et de l'original ? Rendez-vous au Cosy Corti où Françoise vous propose du prêt-à-porter décontracté et élégant, de chauffer vos pieds avec originalité et confort, des accessoires et bijoux de France et d'ailleurs. Vos coups de cœur de l'hiver !

Tel : 04 79 07 61 60
Galerie de Chasseforêt
213 avenue de Chasseforêt

L5

LES CLARINES - LIQUORISTERIE DE LA VANOISE

Artisan liquoriste, nous vous proposons un large choix de Genépi et liqueurs. Retrouvez également une sélection de produits locaux : salaison du Mont-Charvin « Maître artisan », fromages et miel de Pralognan, Ferme d'Edmée, Lo Corti - Produits bio : bière, tisanes, vins de producteurs - Confiseries fines.

Tel : 04 79 08 70 05
420 avenue de Chasseforêt

J5

PRESSE

MAISON DE LA PRESSE

Amandine & Géraldine vous accueillent au cœur du village ! Presse, librairie, cadeaux, souvenirs, carterie... Objets à l'effigie de la station ! Peluches, senteurs, linge de maison, plaid, t-shirts. Apéritifs, confiseries et biscuits. Cartes IGN.

Tel : 06 50 71 50 65
218 avenue de Chasseforêt

L5

SALON DE COIFFURE

ANY COIFFURE

Any vous accueille sur rendez-vous et vous propose tous les soins standards pour femmes, enfants et hommes : shampoing, coupe, brushing et soins. Couleurs permanentes sans ammoniaque. Vente de produits de la marque Sublimo. Sur place, Cathy vous propose des massages bien-être et des soins d'onglerie (06 78 01 03 77).

Tel : 04 79 01 40 37
35 passage de l'église

J5

LAVERIE, PRESSING ET COUTURE

ALP' LAVERIE

Lavage automatique 7j/7, de 7h à 22h : 3 lave-linge de 8 kg (lessive incluse) - 2 sèche-linge. Services de blanchisserie : draps, linge, couettes, couvertures - Dépôt pressing : vêtements, cuir, tapis... - Location de linge : draps, housses de couette, serviettes.

Tel : 04 79 08 76 50
384 avenue de Chasseforêt

J5

COUTURE & RETOUCHES

Cécile vous propose : création, retouches. Vêtements et ameublements.

Tel : 06 88 06 76 48
cecile.martinez@live.fr

BAGAGERIE

Ce service, mis en place par l'Office de Tourisme, vous permettra de profiter à 100% de vos vacances à Pralognan. Confiez-nous vos bagages :
• dès votre arrivée, jusqu'à ce que vous récupériez votre logement
• si vous transitez par le village
• le jour de votre départ, en attendant votre transport par exemple
Tarif par bagage et par jour : 2,00 €

Tel : 04 79 08 79 08
290 avenue de Chasseforêt

GARAGE AUTOMOBILE ET STATION-SERVICE

GARAGE DE LA ROSSA

Dépannage 24h/24 7j/7. Réparation mécanique toutes marques, réglage train avant, appareil de diagnostic multimarques, vidange, pneus... Vente de chaînes. Nouveau : décalaminage moteur à l'hydrogène. Carburant 24h/24.

Horaires : du lundi au samedi de 7h à 12h et de 14h à 18h30.

Tel : 04 79 08 73 28
457 avenue de la Grande Casse

F8

SERVICES SUR MESURE

C.BLANC ARCHITECTE

Architecte diplômée d'état, habilitée à la maîtrise d'œuvre en nom propre, conception, réalisation, suivi de chantier, réception des travaux.

Tel : 06 67 44 02 73
blanc.caroline@live.fr

CONCIERGERIE PRIVÉE

Détendez-vous, je m'occupe de tout !
Facebook : conciergerie pralo

Tel : 06 50 09 39 82

CONCEPTION ATYPIQUE

Aménagement intérieur & extérieur, création de projet, moodboard, propositions sur plan, shopping.
Petits et gros travaux de maçonnerie.

Tel : 06 07 59 80 48
364 route des Granges
conceptionatypique@gmail.com

WINGS EVENTS

Séminaire, Team Building, Incentive : nous vous accompagnons et vous assurons écoute et réactivité dans la conception, l'organisation et la réalisation de votre événement professionnel.
Transferts, hébergement, salle de réunion, restauration, activités...

Tel : 06 87 28 20 04
hello@wings-events.fr

CHAMOIS SERVICES

Entreprise de nettoyage : appartements, chalets, copropriétés.

Tel : 06 29 37 84 49

TOUT COM'SI

"Tout com'si" c'était vous qui le faisiez !
Votre cœur de métier compte plus que tout ? Vous manquez de temps pour communiquer ? Vous ne savez pas faire... Confiez-moi vos projets, vos idées, vos envies, vos besoins, je m'occupe de tout !
Je crée vos outils de communication dans le plus grand respect de votre ADN, de votre image, de vos souhaits... En toute simplicité !

Tel : 06 81 56 48 63
contact@toutcomsi.com



SERVICES MÉDICAUX

CABINET MÉDICAL - DR FRANCOZ

Le cabinet médical est situé contre l'entrée du téléphérique.
Ouvert tous les jours en saison de 9h à 12h et de 14h à 19h.

Tel : 04 79 08 75 61
06 07 18 41 96
132 avenue de Chasseforêt

M4

CABINET MÉDICAL - DR MAIGNÉ

Le cabinet médical est situé face à la pharmacie.
Ouvert tous les jours en saison de 9h à 12h30 et de 14h à 17h.

Tel : 04 79 08 72 04
06 09 35 28 92
180 avenue de Chasseforêt

L4

PHARMACIE MONGAULT-LÉPINE

Ouvert tous les jours
Lundi - Vendredi : 9h - 12h30, 14h30 - 19h
Samedi : 9h - 12h30, 16h - 19h
Dimanche : 10h - 12h, 17h - 19h
(vacances scolaires : 16h - 19h)

Tel : 04 79 08 71 61
197 avenue de Chasseforêt

L5

KINÉSITHÉRAPIE

Lundi - Vendredi : 9h - 12h, 14h - 19h
Sur rendez-vous. Activité conventionnée de kinésithérapie.

Tel : 04 79 22 61 40
Imm. Le Grand Chalet - Appt 11
85 avenue de la Grande Casse

L5

SERVICES D'URGENCE :

Samu (numéro d'urgence) 112 Pompiers 18

Votre supermarché à la montagne

Quentin, Jean-Christophe et leur équipe vous accueillent chaleureusement dans leur magasin, et vous proposent un large choix de produits !

Sherpa de Pralognan

Avenue de Chasseforêt
04 57 15 99 47

- Fromages / charcuteries à la coupe
- Fruits / légumes
- Produits régionaux
- Alimentation générale et Bio
- Poulets fermiers rôtis
- Pains et viennoiseries cuits sur place
- Prêt d'appareils à raclette
- Livraisons gratuites (Voir conditions en magasin)

Sherpa.net
Suivez toute l'actualité Sherpa sur Facebook

sherpa

SUPERMARCHÉ

Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour | www.mangerbouger.fr

SERVICES ADMINISTRATIFS

MAIRIE

Lundi, mercredi : 9h-12h et 15h-18h
Mardi : 9h-12h
Jeudi : 15h-18h
Vendredi : 9h-12h et 15h-17h
Services des eaux, taxe de séjour...

Tel : 04 79 08 71 23
306 avenue de Chasseforêt

POLICE MUNICIPALE

Tel : 06 13 37 59 22
306 avenue de Chasseforêt

OFFICE NATIONAL DES FORÊTS

Tel : 04 79 08 72 83

MAISON DE LA VANOISE

Tel : 04 79 08 71 49
169 avenue de Chasseforêt

BANQUE

CRÉDIT AGRICOLE

Ouvert toute l'année, le mercredi de 8h30 à 12h.

Tel : 04 79 44 60 52
370 avenue de Chasseforêt

LA POSTE

Levée du courrier à La Poste :

Du lundi au vendredi : 12h

Timbres : La Poste, Galerie de la Vanoise et Les Campanes.

Tel : 36 31
203 avenue de Chasseforêt

OFFICE DE TOURISME

Situé au cœur du village, l'Office de Tourisme de Pralognan-la-Vanoise vous accueille et met tout en œuvre pour vous garantir un séjour réussi. Vous y trouverez des informations sur le village et ses alentours, les activités et animations de la station, les itinéraires de randonnées pédestres ou raquettes, les disponibilités d'hébergement... Nous sommes également à votre disposition pour vous inscrire à de nombreuses activités ou réserver vos liaisons autocar.

Un espace Wi-Fi gratuit est disponible sur place. Vous pouvez également louer une connexion Wi-Fi mobile (Hippocket Wi-Fi) pour votre séjour.

À l'extérieur de l'Office de Tourisme, un écran vous informe en continu des prévisions météo et des animations programmées.

Ouvert 7j/7 de 9h à 12h et de 14h à 18h30.

Tel : 04 79 08 79 08
290 avenue de Chasseforêt
www.pralognan.com

K4

ENVIRONNEMENT

TRI SÉLECTIF

Nous vous invitons à déposer vos ordures ménagères dans les conteneurs prévus à cet effet. Un tri sélectif (verres, bouteilles en plastique, emballages recyclables) est également en place. Les autres déchets (verts, piles, huiles...) sont à déposer à la déchetterie.

DÉCHETTERIE

Du 1^{er} novembre 2019 au 30 avril 2020

Mercredi : 15h - 17h

Mardi, Vendredi : 9h - 12h et 15h - 17h

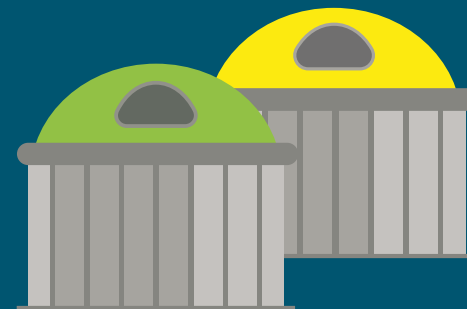
Samedi : 10h - 12h

Tel : 04 79 04 21 16

TOUTOUNET

10 Toutounets avec sacs pour les déjections de vos animaux sont à disposition : place de la Mairie, vers le ranch et au sommet du Plateau, vers la Maison de la Vanoise, aux Bieux, au Barioz, aux Darbelays, sur le parking du Bouquetin, à la Croix et aux Granges.

Les gestes ÉCO-RESPONSABLES en vacances



En vacances aussi
je trie mes déchets



J'évite le gaspillage
alimentaire.



Je privilégie la vaisselle
réutilisable pour les
pique-niques.



Je choisis des produits
avec moins d'emballages.





Rendre le monde alpin accessible à tous.

Dans le cadre de son programme Montagne Nouvelle Définition, la Caisse d'Épargne Rhône Alpes contribue à démocratiser l'accès à la montagne et à développer son activité économique.

Caisse d'Épargne Rhône Alpes - 116 cours Lafayette - 69003 Lyon 384 006 029 RCS Lyon





ÉCOUTEZ EN DIRECT ET EN PODCAST AVEC L'APPLI RMC

PEINTURE, PLÂTRERIE, PLOMBERIE, DÉNEIGEMENT ET PETITS TRAVAUX

FRANCK ET PIERRE-OLIVIER BLOSSER

Plâtrerie, peinture
Revêtements sols et murs
Faux plafonds
Isolation extérieure
Dénégement

Tel : 06 81 34 01 17
Tel : 06 74 65 59 77

LAURENT FAVRE

Travaux de peinture, plâtrerie, faux plafonds, cloisons sèches.
Ravalement de façade.
Revêtement de sol.
Pose de faïence.

Tel : 06 77 13 28 54
laurent.favre73@orange.fr

THIBAUD BENOIT

Plâtrerie, peinture.
Revêtements de sols et murs.
Tous petits travaux.

Tel : 06 50 57 83 49

MAXIME BLANC

Dénégement.
Entretien espaces verts.
Entretien et ménage de copropriétés.
Vente de bois de chauffage.

Tel : 06 76 49 39 10

MARTIAL BLANC & FILS

Plomberie, chauffage.
Sanitaire, entretien.
Ramonage.

Tel : 06 70 04 04 97
blanc.martial@outlook.com

JULIEN FOUCAUD

Plâtrerie, peinture.

Tel : 06 34 87 74 32

NUMÉROS UTILES :

• Météo France Bulletin Montagne :

0 899 71 02 73
(2,99 € + prix d'un appel)

• Office de Tourisme :

04 79 08 79 08

• Domaine skiable (nordique et alpin) :

04 79 08 70 07



Transports : circuler à Pralognan

PRALOGNAN VILLAGE BLANC

Vous avez sans doute remarqué que nos chaussées restent enneigées ? C'est une volonté pour préserver la beauté et l'intimité de notre village de montagne ainsi que la qualité de l'eau de nos rivières. Le sel n'est utilisé que sur les parties verglacées. Il peut être complété par des gravillons afin de limiter les opérations de salage dans nos rues.

NAVETTES GRATUITES

Pour votre confort, deux navettes circulent en journée dans le village et ses hameaux, du dimanche au vendredi.

STATIONNEMENT DANS LE VILLAGE

Centre du village

Le stationnement est réglementé du 21 décembre au 13 avril. Le centre est en zone bleue. Le stationnement est libre, pendant une durée de 4 heures maximum, sous réserve de l'apposition d'un disque de stationnement conforme aux normes européennes. Des disques sont en vente à l'Office de Tourisme, et à la Maison de la Presse au tarif de 3,00 €.

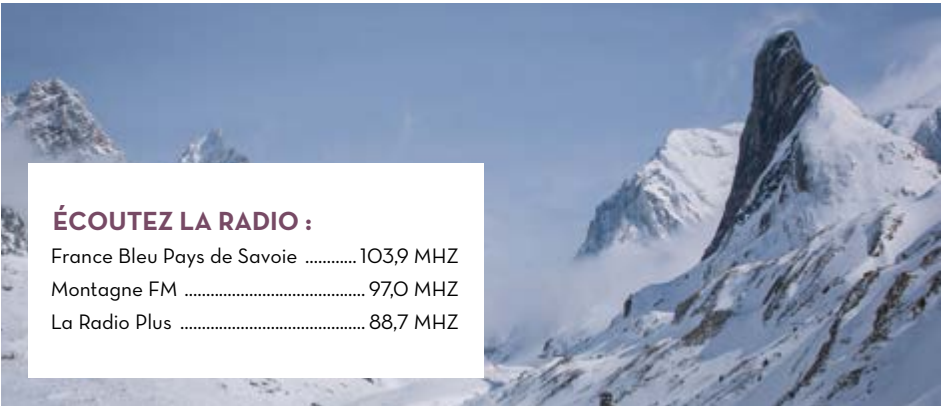
Le stationnement est interdit sur la Place de la Mairie les mardis et vendredis (jours de marché).

Parking du Bouquetin

À deux pas de la rue principale et des départs de remontées mécaniques, le stationnement est libre et gratuit.

Camping-cars

Le stationnement sur le parking du Bouquetin est limité à 24 heures par arrêté municipal. Pour une durée supérieure, le caravaneige Alpes Lodges peut vous accueillir.



ÉCOUTEZ LA RADIO :

France Bleu Pays de Savoie 103,9 MHZ
Montagne FM 97,0 MHZ
La Radio Plus 88,7 MHZ



HORAIRES DU SKI-BUS PRALOGNAN-LA-VANOISE

Cette navette gratuite fonctionne du dimanche au vendredi (du 22 décembre 2019 au 13 avril 2020).

LIGNE A									
Centre	8:55	9:55	11:55	12:55	13:55	16:55	17:55		
Poucet		8:57	9:57	11:57	12:57	13:57	16:57	17:57	
La Croix	8:00	9:00	10:00	12:00	13:00	14:00	17:00	18:00	
Les Granges	8:04	9:04	10:04	12:04	13:04	14:04	17:04	18:04	
Les Airelles	8:08	9:08	10:08	12:08	13:08	14:08	17:08	18:08	
Hauts des Darbelays	8:09	9:09	10:09	12:09	13:09	14:09	17:09	18:09	
Pont du Va	8:10	9:10	10:10	12:10	13:10	14:10	17:10	18:10	
Le Plan	8:12	9:12	10:12	12:12	13:12	14:12	17:12	18:12	
Espace Aqualudique	8:14	9:14	10:14	12:14	13:14	14:14	17:14	18:14	
Centre	8:15	9:15	10:15	12:15	13:15	14:15	17:15	18:15	

LIGNE B									
Centre	8:25	9:25	10:25	11:25	12:25	13:25	14:25	17:25	
Pont du Va	8:27	9:27	10:27	11:27	12:27	13:27	14:27	17:27	
Parking du Bouquetin	8:28	9:28	10:28	11:28	12:28	13:28	14:28	17:28	
Hauts des Darbelays	8:30	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	14:30	17:30	
Les Airelles	8:38	9:38	10:38	11:38	12:38	13:38	14:38	17:38	
Pont du Va	8:40	9:40	10:40	11:40	12:40	13:40	14:40	17:40	
Espace Aqualudique	8:44	9:44	10:44	11:44	12:44	13:44	14:44	17:44	
Centre	8:45	9:45	10:45	11:45	12:45	13:45	14:45	17:45	

2 CIRCUITS

Pour une meilleure utilisation du ski-bus et plus de confort. Les horaires peuvent évoluer durant la saison. Les Hauts des Darbelays sont desservis par les lignes A et B. (voir les horaires affichés aux arrêts).

uniquement du 09/02/19 au 06/03/20
du 22/12/19 au 07/02/20 et du 08/03/20 au 13/04/20

Transports : vers et depuis Pralognan

INFORMATIONS SNCF

La gare SNCF de Moûtiers Salins Brides-les-Bains dispose de bornes automatiques. Vous pouvez aussi réserver vos billets au 36 35 ou par internet sur www.oui.sncf

INFORMATIONS CIRCULATION ROUTIÈRE

Toutes les informations de circulation (bouchons, travaux...): 0 820 207 309 ou sur www.savoie-route.fr

LIAISONS BUS GARE SNCF DE MOÛTIERS (TRANSDEV)

MOÛTIERS - PRALOGNAN-LA-VANOISE							Période de circulation
Moûtiers Gare SNCF	Pralognan-la-Vanoise	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	
6:30	7:45	x					du 21/12/19 au 28/03/20
10:30	11:45	x					du 08/02/20 au 22/02/20
11:30	12:45	x	x	x	x	x	du 21/12/19 au 13/04/20
12:45	14:00	x					du 08/02/20 au 07/03/20
							du 21/12/19 au 13/04/20
13:30	14:45	x	x	x	x	x	*uniquement sur les périodes : du 25/12/19 au 01/01/20 du 26/02/20 au 04/03/20
14:00	15:15				x		du 08/01/20 au 19/02/20 du 11/03/20 au 08/04/20
14:30	15:45	x					du 21/12/19 au 11/04/20
							du 22/12/19 au 08/02/20 du 24/02/19 au 12/04/20 *uniquement sur la période : du 04/04/20 au 11/04/20
15:25	16:40	x*	x				
15:45	17:00	x	x*				du 21/12/19 au 28/03/20 *uniquement sur la période : du 09/02/20 au 23/02/20
16:30	17:45	x	x*				du 21/12/19 au 04/01/20 du 08/02/20 au 07/03/20 du 04/04/20 au 18/04/20 *uniquement sur la période : du 22/12/19 au 29/03/20
17:30	18:45	x					du 21/12/19 au 28/03/20
17:45	19:00						du 27/12/19 au 03/01/20 du 07/02/20 au 06/03/20 *uniquement le dimanche 05/04/20
19:00	20:15	x					du 08/02/20 au 23/02/20
20:30	21:45						du 27/12/19 au 03/01/20 du 07/02/20 au 06/03/20
21:30	22:25						du 19/12/19 au 03/01/20 du 06/02/20 au 06/03/20 *Sur réservation 7 jours à l'avance

PRALOGNAN-LA-VANOISE - MOÛTIERS							Période de circulation
Pralognan-la-Vanoise	Moûtiers Gare SNCF	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	
7:45	9:00	x	x*				du 28/12/19 au 11/04/20 *uniquement sur la période : du 29/12/19 au 29/03/20
9:00	10:15	x	x*				du 28/12/19 au 28/03/20 *uniquement sur la période : du 16/02/20 au 08/03/20
11:30	12:45	x					du 28/12/19 au 28/03/20
13:00	14:15			x	x	x	du 23/12/19 au 13/04/20
13:15	14:30	x	x				du 21/12/19 au 12/04/20
14:00	15:15	x					du 08/02/20 au 07/03/20 du 21/12/19 au 13/04/20 *uniquement sur les périodes : du 25/12/19 au 01/01/20 du 26/02/20 au 04/03/20
14:50	16:05	x	x	x	x*	x	
15:20	16:35				x		du 08/01/20 au 19/02/20 du 11/03/20 au 08/04/20
16:00	17:15	x					du 21/12/19 au 11/04/20
16:45	18:00	x					du 22/12/19 au 12/04/20
17:45	19:00	x					du 21/12/19 au 28/03/20
18:00	19:15	x					du 22/12/19 au 29/03/20

RÉSERVATIONS ET TARIFS

Les réservations se font à l'Office de Tourisme, ou par téléphone au 09 70 83 90 73 ou sur <https://vente-bellesavoieexpress.fr> jusqu'à la veille avant 12h00 et le vendredi avant 12h pour les dimanches et lundis.

	JEUNE MOINS 26 ANS		ADULTE	
	Aller	Aller-Retour	Aller	Aller-Retour
MOÛTIERS	10,30 €	20,50 €	13,50 €	23,00 €

Frais de réservation en ligne : + 1 €

ARRÊTS

Devant La Grande Cordée *** - Vacanciel (rue du Doron) terminus / Pont du Va / Parking du Bouquetin / Les Aïrelles / Les Granges / La Scierie.

LIAISONS AÉROPORTS DE LYON, GENÈVE ET CHAMBÉRY

Au départ de Pralognan via Moûtiers, liaisons régulières avec les 3 aéroports.
Plus d'informations sur www.altibus.com ou au 04 79 68 32 96 ou à l'Office de Tourisme.

TAXIS

ALP PRALO TAXI

Transferts gares, aéroports, inter stations.
Transport médical avec agrément.
Transport toutes distances.
Sorties journées et soirées.

Tel : 06 79 06 19 79

APOLLO TAXI

Jusqu'à 8 personnes.
Transferts gare de Moûtiers - Pralognan-la-Vanoise.
Transferts autres gares et aéroports. Transport de bagages.
Transferts randonnées.
Transport médical.

Tel : 06 33 94 07 22

JALI TAXI

Transferts gares, aéroports (possibilité pour les groupes).
Transport de bagages.
Assistance.
Transferts randonnées.
Transport médical.

Tel : 06 98 01 50 22

ODETTE ROLLAND

Toute heure disponible en journée.
Transferts gares, aéroports, inter stations. Transport de bagages.
Transport médical.
4 personnes maximum.

Tel : 06 81 83 53 52




LOUEZ VOTRE POCKET WIFI

RENT YOUR POCKET WIFI


Connectez jusqu'à 10 appareils en très haut débit
Connect up to 10 devices with high speed connection

7€ /jour
/day

39€ /semaine
/week

Location à l'Office de Tourisme de Pralognan
Rental at Pralognan La Vanoise Tourist Office





PLAN DU VILLAGE

	Arrêt Navette Transdev (liaison gare)		Cabinet médical		Garage automobile		Office de Tourisme		Cinéma		Téléphérique du Bochor		Départ ski nordique		Piscine
	Ski-bus Pralognan-la-Vanoise		Pharmacie		Distributeur de billets		Club enfants Garderie		Bowling		Télesiège		Biathlon		Patinoire
	Parking		Toilettes publiques		Poste		Salle des associations		Centre bien-être		Télési		Départ promenade piétons et raquettes		Salle de musculation
	Parking camping car				Boîtes aux lettres		N° hébergement dans l'annuaire		Point de vue		École du Ski Français Bureau des Guides		Ski joëring		Mur d'escalade
											Piste de luge		Aire d'atterrissage de parapente		Chiens de traîneaux

RUES DE PRALOGNAN

Aiguille d'Août (rue de l')	I8-H8
Aiguille de Mey (rue de l')	I8-G7
Alpages (montée des)	D3-E3
Arbellaz (rue de l')	G7-K9
Barioz (Côte du)	N4
Barioz (place du)	N4
Barioz (ruelle du)	N4
Bieux (chemin des)	N4-N3
Bouquetin (rue du)	H5
Carcas (route des)	A9-A8
Chapelle (montée de la)	C3
Chasseforêt (avenue de)	M5-J6
Chollière (chemin de la)	P9
Col de la Louza (chemin du)	K4-G4
Creuses (rue des)	C3-E3
Croix (montée de la)	A7-B7
Croix (route de la)	A8-A7
Crozon Morgat (rocade de)	J6-N5
Darbelays (rue des)	F5-C3
Doron (rue du)	K6-M5
Dou des Ponts (chemin du)	N4-N5
Dret (rue de la)	B3
Ecole (montée de l')	B3-C2
Eglise (passage de l')	J4-K5
Erlet (chemin de l')	M4-N3
Fontanettes (route des)	G4-N1
Goutte (chemin de la)	A7
Grand Couloir (montée du)	L4
Grand Couloir (rue du)	L4-K4
Grands Prés (rue des)	I6-F5
Grande Casse (avenue de la)	J6-E8
Grande Louza (chemin de la)	J5-G5
Granges (montée des)	B4-B3
Granges (route des)	A4-C3
Isertan (rue de l')	N5-O5
Lanche (chemin de la)	D3
Lauzes (rue des)	N4
Marchets (ruelle des)	G5
Martinet (route du)	O4
Mont Loret (chemin du)	B7
Oiseaux (chemin des)	F4-E4
Orgeval (rue de l')	B3-B2
Petite Louza (montée de la)	I5-I6
Plan (côte du)	I7
Plan d'Amont (chemin du)	K6-J9
Plateau (route du)	N5-P9
Portettaz (route de la)	J9-K9
Raffort (rue du)	H5-G4
RD 915	A4-E8
Rocher Blanc (route du)	O5-O6
Roret (chemin du)	B8
Savines (rue des)	C3-C2
Sel et du Fromage (route du)	N3-N1
Stets (rue des)	C2
Teppes (route des)	E3
Teppets (route des)	G5-F6
Traille (chemin de la)	G4-F5
Traille (montée de la)	F5-E4
XVI ^{èmes} Olympiades (impasse des)	F4
XVI ^{èmes} Olympiades (rue des)	G4-E3

LES HÉBERGEMENTS

HÔTELS		
Les Airelles ***	3 - D3	04 79 08 70 32
Edelweiss Hôtel ***	31 - K4	04 79 08 72 40
Epicéa Lodge ***	26 - P6	04 79 08 73 11
Le Grand Bec ***	14 - H7	04 79 08 71 10
La Vanoise ***	23 - N4	04 79 08 70 34
Hôtel A+ NC	12 - G8	04 79 08 87 00
Pépé Gust' NC	17 - J5	04 79 08 70 74

HÔTELS-CLUBS		
La Grande Cordée - Vacanciel ***	24 - N5	04 79 08 19 19
Le Télémart - Ternélia ***	5 - E3	04 79 08 74 11

CENTRE DE VACANCES		
ANAE	10 - G7	04 79 08 71 51
La Chèverie	8 - H5	04 79 08 73 93
UCPA	16 - J6	04 79 08 72 15

CHAMBRES D'HÔTES		
Chalet la Piat	2 - A3	04 79 08 03 46
Chalet Rum Doodle	15 - H8	06 24 04 38 80

HÔTELLERIE DE PLEIN AIR		
Alpes Lodges ****	27 - O6	04 79 08 75 24

RÉSIDENCES DE TOURISME		
Alpes Roc ***	11 - G7	04 79 08 79 66
Le Blanchot - Goélia ***	13 - G7	04 79 06 79 43
Les Hauts de la Vanoise		
Lagrange Vacances ****	6 - E3	04 79 01 37 48
Les Jardins de la Vanoise		
Madame Vacances ****	20 - M4	04 79 65 08 41

LOUEURS PROFESSIONNELS		
Chalet Montana	9 - H5	04 79 08 72 31
Chalet l'Hermitage	30 - O4	04 79 08 71 92
Le Petit Mont-Blanc	28 - M4	04 79 08 72 73
Le Pré du Coin	29 - L4	04 79 08 77 07

AGENCES IMMOBILIÈRES		
Agence.com	18 - J5	04 79 01 40 94
Vanoise Immobilier	22 - M4	04 79 08 73 94
Centrale de réservation	21 - M4	04 58 24 00 24



INDEX

Activités culturelles	41
Alimentation générale	52
Aquagym / Aquafitness	29
Artisans	63
Assistante maternelle	37
Assurances ski alpin	9
Assurances ski nordique	19
Ayurvêda	33
Bagagerie	57
Balades à cheval et à poney	25
Banque	60
Bars	48
Biathlon laser	18
Bibliothèque	41
Bijoux et accessoires	56
Billard	30/49
Boulangerie	53
Bowling	30/49
Chiens de traîneaux	25
Cinéma	41/49
Club Alpin Français	23
Club enfants	36
Club enfants + ESF	36
Coiffure	57
Consigne à skis	55
Costumerie	41
Curling	29
Débutants	5/8
Déchetterie	61
Domaine alpin	4
Domaine nordique	18
École de ski	10-11/18-19
Eisstock	29
Escalade indoor	30
Espace Glacialis	41
Événements	13
Forfaits alpins	8-9
Forfaits nordiques	19
Forfaits piétons	23
Fromageries	52
Galerie Hydraulica	41
Garage automobile	57
Guides de haute montagne	16-17
Hébergements	70
Hors-piste	17
Igloo	25/37
La Poste	60
Laverie, pressing, couture	57
Liaisons autocars	66
Location de matériel	55
Ludothèque	37/41
Luge	24
Magasins de sport	55
Marché	42/53
Musculation	30
Navettes village	64-65
Ostéopathie	33
Parc national de la Vanoise	40
Patinoire - Jardin des glaces	29
Patinoire - Luge sur glace	29
Patinoire olympique	29
Pâtisseries	53
Piscine	28
Piscine - Jardin aquatique	29
Plan des pistes	6-7
Plan du village	68
Poney-luge	25
Presse	57

Produits locaux, artisanat	56
Raquettes	20
Refuges	15
Restaurant en montagne	48
Restaurants dans le village	46 à 48
Restaurants sur les pistes	7
Rues du village	69
Salle multisports	30
Salons de thé	53
Sentiers piétons	20-21
Services administratifs	60
Services médicaux	59
Services sur mesure	58
Ski adapté	5
Ski de randonnée	14
Ski joëring	25
Ski nocturne	5
Ski nordique	19
Soins, massages bien-être	31/33
Sorties raquettes	20-21
Souvenirs	56
Spa	31
Station-service	57
Stationnement	64
Taxis	67
Trail	20
Traiteurs, vente à emporter	52
Visites	40 à 43
Yoga	33
Yooner	24
Zones ludiques	5

CRÉDITS

Conception et réalisation :
névé/spaark et Office de Tourisme de Pralognan-la-Vanoise.

Photos: Vanessa Andrieux, Stef Cande, Thierry Darnis, Ariane Fornia - Itinera Magica, Maxime Fraisse, Guillaume Grasset, Gilles Lansard, Soren Rickards, Matthieu Rondouin, Studio Sémaphore, Schutterstock, Office de Tourisme de Pralognan-la-Vanoise.

Impression :
imprimé par Gutenberg à Annecy avec des encres végétales sur papier certifié PEFC.



Les informations contenues dans ce guide sont données à titre indicatif et ne sauraient en aucun cas engager la responsabilité de l'Office de Tourisme ni les partenaires et annonceurs. Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique.

LOCATION

Ski - Rental



SKIS - SURFS

Consigne gratuite au pied des pistes

Centre village station

Residence les Mélèzes

73710 Pralognan la Vanoise

E-mail : sportvanoise@wanadoo.fr

CONSIGNE GRATUITE
au pied des pistes



Réservation en ligne sur: www.sportvanoise.com

Tel : 04 79 08 74 65 Fax : 04 79 07 76 13

SOOPY



PRECISION SKI

Location

Skis-Surfs-Raquettes

Gardiennage Gratuit
du Matériel Loué

SNACK Skishop

Au pied des pistes - A côté de l'ESF

04.79.41.20.79

soopy.pralognan@gmail.com