



LES **CONTAMINES**
RÉSERVE NATURELLE D'ÉMOTIONS

Dossier de presse
hiver 2025-2026



Dossier de presse
hiver 2025/2026

Suivez-nous

LesContaminesMontjoie



les_contamines



lescontamines



lescontamines



ContaminesTv



lescontamines



Graphisme | *Hstudio.fr*

Photographie |

©Adrien Rui, ©Arnaud Lesueur,

©Basile Dunand, ©Chalet Làska - Studio

Bergoend, ©FIS Telemark,

©Geoffrey Garcel, ©Gilles Lansard,

©Guillaume Borga, ©Jean-Yves Raffort,

©Les Contamines Tourisme,

©Soren Rickards, ©Steeve Robert

©Tas 2 Cailloux - Michaël Lafrasse





Édito 2

Les nouveautés 6

L'agenda de l'hiver 14

Le pot à neige du Mont Blanc 18

Un territoire 30
Profiter des bienfaits
de la montagne autrement

Les Contamines 40
Destination nature
par excellence

Édito

À l'aube, quand les premiers rayons glissent sur les toits enneigés, Le village se révèle dans un silence ouaté. Il s'éveille lentement sous la lumière dorée. Les cheminées fument, les pas crissent dans la neige fraîche, et déjà, les sommets imposants de la chaîne du Mont-Blanc veillent, immobiles et majestueux. Ici, l'hiver n'est pas une saison, c'est un univers.

Sur les hauteurs, le domaine skiable des Contamines-Hauteluce déroule son manteau blanc sur 120 kilomètres de pistes. Les skieurs s'élancent dans un décor à couper le souffle, baigné d'une lumière changeante. Considéré comme le « pot à neige du Mont-Blanc », la neige y est généreuse et fidèle. Chaque virage, chaque arrêt, offre un nouveau tableau, un horizon différent, comme si la montagne s'amusait à recomposer son décor au fil des heures.

Mais le véritable voyage commence là où la route s'arrête. Derrière ce point de bascule s'ouvre la plus haute réserve naturelle de France, unique sanctuaire préservé du massif du Mont-Blanc. Plus de 5 500 hectares intacts où vivent chamois, bouquetins, marmottes... et des centaines d'espèces végétales qui fleurissent, patientes, au retour du printemps. Les sentiers conduisent aux refuges, havres de chaleur et de partage, où l'on écoute les récits des gardiens, ces passeurs de montagne qui connaissent chaque recoin de leur territoire.

Aux Contamines-Montjoie, le temps s'étire et change de rythme. Chaque instant devient un souvenir à consigner dans un carnet de notes ou derrière l'objectif d'un appareil photo. Ce n'est pas seulement une destination : c'est un lieu qui inspire, qui appelle à raconter. Car ici, dans ce coin du Mont-Blanc, chaque flocon porte une histoire.







1

Réserve Naturelle
la plus haute de France

Près de

15 000

lits touristiques

5 000

skieurs

1

glacier

4^e plus grand glacier de France suivi
depuis plus de 100 ans et faisant l'objet
d'un bilan de masse depuis 2014

Chiffres clés

26

remontées mécaniques
(4 télécabines, 1 télécorde,
8 télésièges dont 6 débrayables
et 13 téléskis)

37

restaurants
dont 11 sur les pistes



145

km de pistes de ski alpin et nordique

1

grand stade de biathlon



100

moniteurs

15

guides

Domaine situé entre

1164 ^{et}
2500

mètres d'altitude

5

labels (Qualité Tourisme, Famille Plus,
Station Classée de tourisme, Accueil
Vélo, Label Liste Verte des Espaces
Protégés de l'IUCN pour la réserve
naturelle)



21

hébergements
dont 3 refuges

5570

abonnés Tik Tok

21

hébergements
dont 3 refuges

5570

abonnés Tik Tok

114

jours de ski avec une ouverture
de la station du 13 décembre 2025
au 12 avril 2026

56 600

abonnés Facebook

31700

abonnés Instagram







Les nouveautés





La Ferme du Praz, le camp de base des champions de demain

Nouveau fer de lance du Comité Ski Mont-Blanc, la Ferme du Praz devient un point de chute stratégique pour les athlètes en quête d'excellence. En plein cœur du domaine nordique 4 saisons, ce gîte tout confort accueille clubs, fédérations et jeunes talents pour des stages d'entraînement et de préparation mentale et physique. Avec ses 20 couchages, une salle de repas de 80 m², des équipements adaptés, y compris aux personnes à mobilité réduite et un calendrier réservé aux structures sportives, ce lieu a été pensé pour la performance. Ski de fond, biathlon, saut à ski, randonnée : toutes les disciplines nordiques y trouvent leur terrain d'expression. La Ferme du Praz, c'est aussi un centre de formation et d'échange pour entraîneurs et officiels, mais surtout un lieu de vie où se construit l'élite de demain.

*La station
dévoile deux
parcours
permanents
d'orientation*



Cet hiver, Les Contamines-Montjoie renforcent leur offre de loisirs avec l'ouverture d'un Espace Loisirs Orientation (ELO), fruit d'un partenariat avec la Ligue Auvergne Rhône-Alpes de Course d'Orientation. Deux parcours permanents de 3,7 km, accessibles toute l'année, invitent à explorer le territoire autrement : un parcours patrimoine pour découvrir histoire et culture, et un parcours ludique pensé pour les familles.

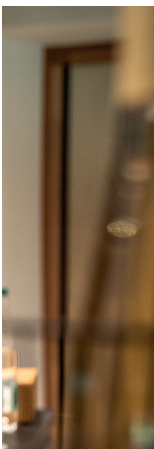
Balises permanentes, énigmes et anecdotes jalonnent ces itinéraires simples et accessibles, pour une expérience mêlant sport, culture et nature. Une nouvelle façon de s'amuser et de s'immerger dans la richesse des Contamines, en toute autonomie.

[illegible]





***Le Centre Culturel
et la Vieille Auberge***
Un souffle nouveau au cœur du site
de Notre-Dame de la Gorge



Au bout de la route, là où la montagne reprend ses droits, Notre-Dame de la Gorge s'anime à nouveau. Depuis cet été mais pour la première fois cet hiver, l'ancienne auberge restaurée accueille deux lieux complémentaires : La Vieille Auberge et le centre culturel de la Gorge.

L'auberge invite à savourer une cuisine maison élaborée avec des produits locaux. Lors des beaux jours, on profite de la terrasse face aux sommets ou dans une charmante salle conviviale, réchauffée par le feu du poêle.

À l'étage, le centre culturel propose expositions, concerts, conférences, ateliers créatifs et soirées thématiques. Dédié notamment à l'art baroque alpin, il met en valeur l'histoire et la culture locales, tout en créant des passerelles vers d'autres horizons.

Depuis son ouverture, le lieu a accueilli un été riche en animations : concerts intimistes, balades commentées, conférences, ateliers pour petits et grands. Cet hiver, la programmation continue : veillées musicales, expositions, rendez-vous autour du patrimoine, spectacles et rencontres artistiques.

Pensé comme un espace de rencontre et de découverte, le centre culturel de la Gorge s'inscrit dans la vie de la vallée et s'adresse autant aux habitants qu'aux visiteurs. Ici, patrimoine, nature et convivialité se conjuguent toute l'année.





Agenda
de l'hiver

Les féeries de Noël

du 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026

En décembre, vivez un Noël féérique avec deux événements qui vous feront plonger dans la magie de Noël ! Tout d'abord, préparez-vous à l'arrivée du Père Noël lors de soirées rythmées par des déambulations et autres festivités de Noël pour toute la famille au cœur des montagnes enneigées, où les étoiles scintilleront de magie. Ensuite, ne manquez pas le Marché de Noël à l'Espace Animation des Contamines-Montjoie, où plus de 30 exposants présenteront leurs créations artisanales : travail du bois, bijoux, décorations, et délices gourmands. Sur place, petits et grands pourront croiser le Père Noël et faire un tour en calèche, ajoutant une touche de magie à cette période festive.



La Signal Express

13 janvier 2026

4^e édition de la montée sèche de ski de randonnée en nocturne aux Contamines-Montjoie, une compétition de ski de randonnée de 700m ou 1000m de dénivelé sur le domaine skiable des Contamines.

SAMSE Tour Biathlon

24 et 25 janvier 2026

Le Ski Club des Contamines, le village des Contamines Montjoie et le Domaine Nordique 4 saisons accueilleront une étape de la Coupe de France de Biathlon les 24 et 25 janvier 2026. Cet événement réunira les meilleurs biathlètes français, des catégories U17 à Senior, pour deux jours de compétitions intenses. Plus de 200 athlètes représentant 10 comités de ski se disputeront la victoire, avec l'espoir de se qualifier pour les compétitions internationales. Près de 500 spectateurs quotidiens sont attendus pour soutenir ces futurs champions et partager une expérience sportive unique.



Tournoi International de Curling Open Air

Janvier 2026

Aujourd'hui le curling est majoritairement pratiqué dans des halles spécifiques ou sur des patinoires couvertes. Les tournois Open Air renouent avec la tradition ancestrale de la discipline, qui se pratiquait sur des étangs et des lacs gelés. Unique en France, le tournoi des Contamines reste d'ailleurs l'un des rares tournois de plein air, face aux magnifiques Dômes de Miage. Une vingtaine d'équipes se rassembleront en janvier sur la patinoire Jean-Christophe Simond pour s'affronter lors de ce tournoi. Un sport olympique, pourtant peu connu à découvrir à cette occasion !



Coupe d'Europe de Skicross

du 5 au 7 février 2026

Avec un parcours spécialement dédié pour l'événement, les skieuses et skieurs pourront s'affronter sur 800 mètres de virages relevés, de whoops et de sauts à couper le souffle. Le circuit de Coupe d'Europe est un véritable tremplin pour les futures stars de cette discipline olympique qui requiert engagement, détermination et technique irréprochable. Un spectacle impressionnant pour le public et un défi haut niveau pour les compétiteurs.



Stage vocal *Découvrir et explorer sa voix*

Du 29 mars au 3 avril 2026

Encadré par Blanche Latour, ce stage invite tous les curieux de la voix, débutants comme choristes, à explorer leur potentiel vocal à travers 6 jours de pratique, d'expérimentations ludiques et de plaisir partagé. Au programme : jeux vocaux, improvisations, écoute, justesse, respiration, anatomie vocale... avec une restitution publique en clôture. Un rendez-vous pour chanter librement, sans prérequis, juste pour le plaisir de la découverte.

À NE PAS MANQUER !



Finale de Coupe du Monde de Télémark

du 12 au 14 mars 2026

Du 12 au 14 mars 2026, les Contamines-Montjoie accueilleront la finale de la Coupe du Monde de Télémark. Dernière étape d'un circuit mondial exigeant, cette compétition désignera les meilleurs skieuses et skieurs de la saison.

Après ses 8 médailles remportées ici-même aux Contamines-Montjoie lors des championnats du monde en 2025, l'équipe de France arrive avec de fortes ambitions et un collectif solide. La station s'inscrit dans l'histoire de la discipline, marquée par des figures locales comme Antoine Bouvier, ancien champion devenu entraîneur de l'équipe de France, qui incarne la transmission et l'exigence du haut niveau.

Dans ce décor emblématique, l'élite internationale du télémark donnera le meilleur d'elle-même pour décrocher une place sur le podium lors des dernières épreuves de coupe du monde.

Les prestigieux Globes de Cristal, récompensant les leaders de chaque discipline, seront remis à l'issue des compétitions.

Cette ultime étape de coupe du monde incarne un enjeu tout particulier : le classement général peut encore basculer jusqu'au dernier instant, offrant aux athlètes une dernière opportunité de conquérir le prestigieux Globe de Cristal qui couronne le meilleur de la saison.

3 épreuves auront lieu à l'occasion de cette intense compétition : Sprint, Classic et Parallel.



A large, snow-covered evergreen tree dominates the left side of the frame. The sun is positioned behind the top of the tree, creating a strong lens flare and illuminating the scene. The ground is covered in a thick layer of snow, and other smaller snow-covered trees are visible in the background under a blue sky with light clouds.

*Le pot à neige
du Mont Blanc*







Le domaine skiable des Contamines-Hauteluce *le paradis du grand ski*

Imaginez-vous au cœur des Alpes, à la frontière entre la Savoie et la Haute-Savoie, sur le domaine skiable des Contamines-Montjoie. Dès votre arrivée, un panorama à 360° sur les massifs du Mont Blanc et du Beaufortain vous coupe le souffle. Vous chaussez vos skis et partez dévaler les pistes, damées avec le plus grand soin, savourant chaque virage mais aussi les différentes zones ludiques. À midi, vous vous régalez d'un déjeuner sur la terrasse ensoleillée de l'un des 11 restaurants du domaine, entouré de sommets étincelants. Avec ses 120 kilomètres de pistes, ce domaine offre une variété incomparable, s'étendant de 2500 mètres d'altitude jusqu'au village à 1200 mètres. Depuis plus de 75 ans, il réunit toutes les générations pour des moments festifs et sportifs. Chaque minute passée aux Contamines-Montjoie devient un souvenir inoubliable, une véritable célébration de la montagne et de la glisse.

NOUVEAUTÉ
***Découvrez Nutty,
la nouvelle mascotte espiègle
du domaine skiable des Contamines !***

Avec son grand sourire et son énergie débordante, elle accompagne les enfants lors d'animations ludiques sur le domaine skiable. Entre câlins, jeux et séances photos, Nutty fait fondre les petits skieurs ! Cette initiative s'inscrit pleinement dans la volonté de renforcer l'identité de station famille des Contamines, pour des vacances mémorables en montagne.



Chez Gaston, l'authenticité savoyarde à 2000 mètres d'altitude

Chez Gaston est un restaurant d'altitude emblématique situé à 2000 mètres d'altitude, au Col du Joly, avec une vue spectaculaire sur le Mont Blanc et le Beaufortain. Fondé en 1973 par Gaston, montagnard et producteur de Beaufort, l'établissement a su préserver son âme au fil des générations. Aujourd'hui, c'est son petit-fils Grégoire, accompagné de sa femme Céline, qui perpétue la tradition dans un esprit familial.

Dans un cadre authentique et convivial, Chez Gaston propose une carte généreuse, mettant à l'honneur les spécialités locales : croûte savoyarde aux cèpes, burger au reblochon, tartiflette ou encore la fameuse soupe de Pépé Gaston aux légumes frais et lardons.

Grâce à sa terrasse panoramique ensoleillée, à seulement 50 mètres du télésiège, Chez Gaston est devenu un arrêt privilégié des skieurs et des randonneurs en quête de saveurs et de grand air.



La piste des Écureuils

Une véritable aventure pour les petits skieurs ! Sur 500 mètres, les enfants découvrent une piste verte pas comme les autres : jeux, modules et parcours sur le thème des écureuils. Un terrain idéal pour s'initier au ski en s'amusant, tout en laissant s'exprimer leur curiosité et leur énergie.

Le Ludo-Park

Entre la bleue des Coins et la rouge de Tierces, place au jeu avec une zone ludique pensée pour tous les âges ! Tunnels en forme d'escargot, obstacles à franchir ou à frapper pour la bleue, espace freestyle avec sauts et slides pour la rouge... que l'on soit petit aventurier curieux ou rider en quête de défis, le domaine des Contamines réserve des moments de pur plaisir sur la neige !





Initiation au telemark, une discipline ancestrale

Pour connaître tous les secrets du télémark et surtout la technique de cette discipline traditionnelle qui suscite toujours plus de curiosité et d'intérêt, l'association Val Montjoie Telemark organise des sessions d'initiation ou de perfectionnement tout au long de l'hiver. Ancêtre du ski, cette pratique a offert la possibilité de découvrir le premier type de virage avec le talon libre. Pour les skieurs, c'est une véritable révolution qui a permis de trouver une belle liberté de mouvement par rapport au ski alpin. La pratique offre des sensations incroyables ! Le telemarqueur se retrouve dans un jeu d'équilibre permanent occasionné à la fois par la vitesse, la qualité de la neige et la proximité avec la piste, un challenge de tous les instants pour tous les amateurs de sensations inédites !

À VOS AGENDAS DU 12 AU 14 MARS 2026 !

On poursuit l'expérience en assistant aux finales de la Coupe du Monde de Télémark au cours de laquelle les plus grands champions s'affronteront lors de trois épreuves spécifiques.

(Voir le détail de cette nouveauté page 17)



Le Domaine Nordique 4 saisons *un paradis en fond de vallée pour les fondeurs*

Skiez sous les sapins enneigés et appréciez la beauté du fond de la vallée... le domaine nordique des Contamines-Montjoie est un lieu incontournable pour le ski de fond au Pays du Mont-Blanc. Ce parcours pittoresque et authentique de 25 kilomètres de pistes, adaptées à tous les niveaux, serpente à travers un paysage vallonné enchanteur, longeant le joli torrent du Bonnant jusqu'au site emblématique de Notre-Dame de la Gorge. Une des pistes, longue de 2 kilomètres, est éclairée pour des sessions nocturnes et accessible gratuitement tous les mercredis de l'hiver à partir de 19h, permettant de skier sous les étoiles.

Le biathlon, une discipline olympique

Aux Contamines-Montjoie, le biathlon, c'est une religion ! La station dispose en effet d'un stade homologué pour le circuit international, qui accueille tout l'hiver les novices et adeptes de la discipline. Si la pratique peut sembler compliquée, elle est en réalité très accessible et praticable par tous ! Mais attention, enchaîner le ski de fond avec un tir à la carabine, couché ou debout, demande de la précision et une grande concentration... Alors, qui ne serait pas tenté de tester le tir et le ski de fond comme les pros ? Tout l'hiver, la station permet au grand public de tester cette activité olympique qui rapporte tant de médailles à la France, sous forme d'initiations et même de compétitions !



L'escalade... version glacée !

Aux Contamines-Montjoie, l'hiver offre un terrain idéal pour découvrir la cascade de glace, une activité dérivée de l'escalade. Encadré par des guides diplômés, vous apprendrez à progresser sur des formations glaciaires avec crampons et piolets, en toute sécurité.

Le site protégé de Notre-Dame de la Gorge, reconnu pour ses conditions hivernales et son environnement préservé, est un spot unique pour s'initier et découvrir les bases : analyser la glace, anticiper ses mouvements et gérer son effort.

Pour encore plus de sensations, l'expérience peut se prolonger à la nuit tombée, éclairée par les lampes frontales, dans une ambiance hivernale saisissante. Une activité originale et accessible, qui permet de vivre la montagne autrement.



Spa Eaux ma Biche

Aux lisières d'une réserve naturelle où le silence se mêle au souffle du vent, à quelques pas seulement du Domaine Nordique 4 Saisons et des sentiers qui serpentent entre forêts et clairières, un havre de sérénité s'ouvre au cœur de l'hiver : Eaux ma Biche.

Là, bercé par la quiétude des paysages enneigés, le visiteur s'abandonne à un bassin chauffé de cinq mètres, dont l'eau caresse la peau comme une promesse de douceur. Puis, vient le temps de se laisser envelopper par les volutes parfumées du hammam ou la chaleur bienfaisante du sauna. Une pluie tiède tombe alors du plafond comme un ciel bienveillant, apaisant chaque fibre du corps et de l'âme.

L'expérience se prolonge dans l'espace tisanderie, où l'on savoure une infusion réconfortante face à la nature qui veille derrière les vitres.

Le complexe Biche abrite également un restaurant chaleureux : cinquante couverts en intérieur, une terrasse baignée de lumière. On y sert une cuisine simple et généreuse, célébrant les produits locaux, parfaite pour conclure ou prolonger ce voyage sensoriel.







NOUVEAU PRODUIT !

Traversée Les Contamines Arêches–Beaufort

Un raid inédit au cœur du Beaufortain entre Haute-Savoie et Savoie avec la compagnie des Guides des Contamines–Montjoie

Il y a des voyages qui ne se contentent pas de relier un point A à un point B. Celui-ci relie deux vallées, deux Savoie... mais surtout deux états d'esprit : le frisson de l'aventure et la douceur des soirées au refuge.

JOUR 1

Premiers pas vers l'inconnu

Depuis Les Contamines ou Hauteluce, les premiers mètres sont avalés par les remontées mécaniques, mais très vite, le silence de la montagne reprend ses droits. On glisse, on monte, on trace sa ligne vers le col de la Cicle (2 377 mètres). Le premier refuge, celui des Prés (1 937 mètres), se dresse au creux d'un vallon blanc, chaleureux et accueillant. Un terrain de jeu immaculé s'offre pour un dernier run avant la nuit.

JOUR 2

Dans le souffle de l'hiver sauvage

Au petit matin, la trace file vers le col du Bonhomme (2 329 mètres). Le vent sculpte les crêtes. Derrière, une longue descente déroule vers le vallon de la Sauce, avant la deuxième montée qui mène au col éponyme. Le refuge du Plan de la Lai

(1 821 mètres) attend, solitaire et non gardé : ici, on fond la neige pour boire, on cuisine ensemble. L'aventure prend un goût d'expédition.

JOUR 3

Les portes du grand blanc

Les pentes s'allongent, les vallons se vident. On progresse vers le col du Grand Fond (2 671 mètres), frontière minérale entre deux mondes. Le refuge de Presset (2 504 mètres), perché face à la majestueuse Pierra Menta, est une récompense en soi. Une étape plus courte permet de savourer la vue... ou de rallonger le plaisir par une montée supplémentaire.

JOUR 4

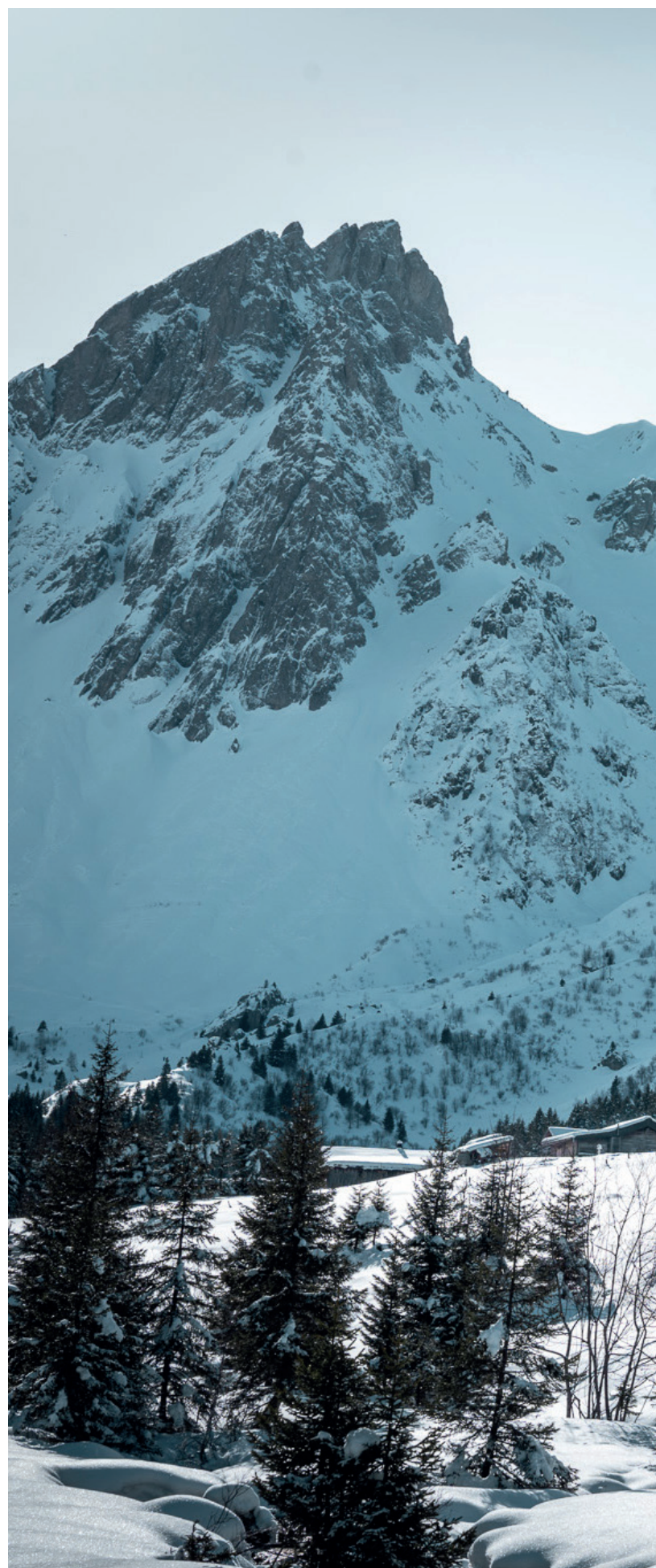
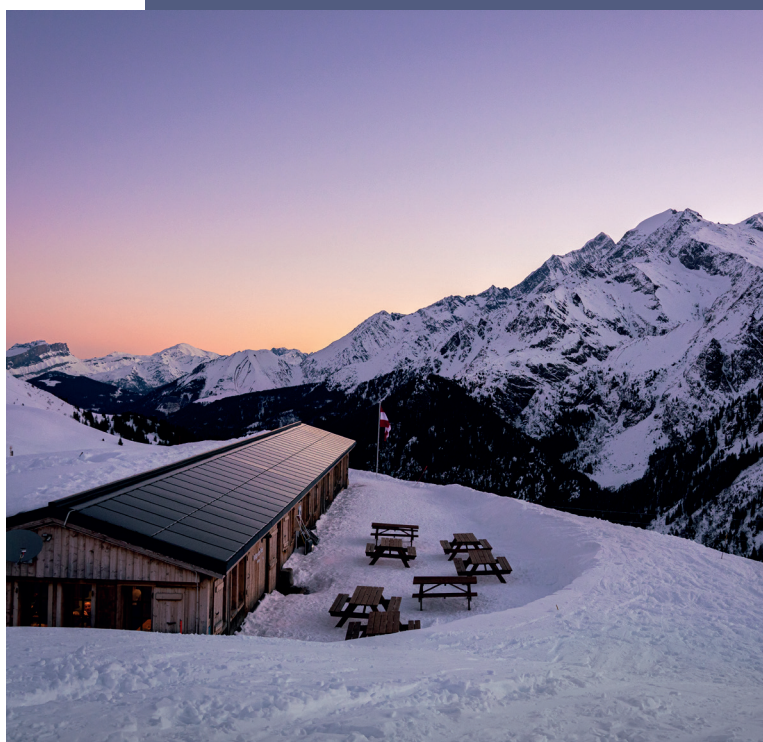
La descente vers le Beaufortain

La lumière du matin éclaire le col du Bresson (2 469 mètres). La descente est un poème : larges pentes ouest, poudreuse généreuse. Encore une courte montée au col du Couvercle (2 296 mètres), puis la neige déroule jusqu'au lac de Saint-Guérin. La route enneigée mène aux portes d'Arêches.

Le Refuge des Prés, *un écrin rare au cœur* *d'un site d'exception*

Niché à 1935 mètres d'altitude, au pied des cols de la Fenêtre et de la Cicle, le Refuge des Prés offre une expérience unique au cœur de la plus haute réserve naturelle nationale de France. Ancien alpage réhabilité avec soin, il accueille les visiteurs dans un cadre chaleureux et confortable, été comme hiver, et se distingue comme le seul refuge ouvert 9 mois par an dans ce secteur préservé.

Après une journée de randonnée à pied, à skis ou en raquettes, place à la détente : une soirée conviviale autour d'un repas fait maison, préparé avec des produits locaux et de saison. Les saveurs authentiques régaleront les gourmands avant un moment magique : admirer le coucher de soleil flamboyant sur la chaîne du Mont-Blanc, un spectacle à couper le souffle.





Portrait de Pauline Nard

gardienne du refuge

***Nouvelle gardienne, nouvelle énergie :
cet hiver, Pauline Nard vous ouvre
les portes d'un refuge vivant, chaleureux...
et 100 % passion montagne !***

À 29 ans, Pauline Nard prend les rênes du refuge avec l'énergie et la passion de celles qui vivent la montagne au quotidien. Résidente des Contamines, diplômée en économie du sport et du tourisme, elle a multiplié les expériences au cœur des sommets (pisteuse, gardienne, cuisinière au refuge du Nid d'Aigle) avant de relever aujourd'hui ce nouveau défi.

Engagée et chaleureuse, Pauline voit le refuge comme bien plus qu'un simple abri : un lieu de partage, de rencontres et de découvertes, ouvert à tous, du randonneur aguerri au curieux en quête de sa première nuit en altitude.

Cet hiver, elle rêve de soirées contes, de rendez-vous artistiques et d'itinéraires secrets à explorer... toujours dans la convivialité et le respect de l'esprit du refuge. Avec son équipe 100 % féminine, elle vous accueille pour vivre la montagne autrement : authentique, vivante et inspirante.





Un territoire

*Profiter des bienfaits
de la montagne
autrement*



Le village culture, bien-être et bonne ambiance

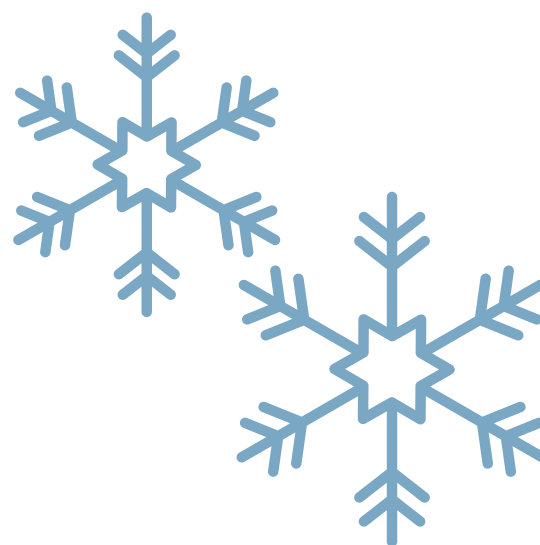
Le jardin Samivel

Aquarelliste, poète, romancier, cinéaste et explorateur, Samivel a profondément marqué le monde de la montagne. Il a consacré tous ses talents à la protection de la nature, en particulier aux montagnes. Depuis son plus jeune âge, Samivel a fréquenté Les Contamines et a toujours été profondément attaché à ce village et à ses habitants. Découvrez ses plus belles aquarelles, certaines mondialement connues, d'autres inédites, mais toutes touchant le cœur des visiteurs. Juste à l'arrière de l'église du village se trouve un trésor enchanteur : le jardin Samivel, un « musée en plein air » unique en son genre, qui replace ses œuvres au milieu de la nature. Sous la neige, le lieu prend une dimension magique et apaisante. Les sommets enneigés de la vallée se fondent harmonieusement avec les sommets dessinés par l'artiste, créant un paysage de rêve où l'art et la nature ne font plus qu'un. Pour une pause culturelle, de réflexion, de méditation ou simplement pour vous laisser envoûter par cette alliance sublime, n'hésitez pas à venir marcher dans ce havre de paix. Laissez-vous séduire par la beauté tranquille de l'hiver en suivant les pas de Samivel.



La patinoire plein-air pour un plaisir de glisse unique face aux Dômes de Miage

800 mètres carrés de glace attendent petits et grands pour des séances de glisse, d'apprentissage mais aussi pour se divertir lors des soirées à thème. Il n'est pas rare d'y apercevoir également l'ancienne danseuse sur glace Isabelle Delobel, multiple médaillée, qui réside aux Contamines-Montjoie ainsi que Jean-Christophe Simond, ancien champion de patinage artistique.



Deux roues, zéro limites : vivez la montagne autrement

Cet hiver, Altitude Bike School vous invite à découvrir les Contamines-Montjoie d'une manière inédite : en Fat Bike électrique. Grâce à ses pneus sur-dimensionnés et à son assistance électrique, ce vélo allie stabilité, confort et facilité de prise en main, même sur neige. Accessible aussi bien aux débutants qu'aux pratiquants confirmés, il permet de parcourir les sentiers enneigés du Val Montjoie et de profiter pleinement des paysages alpins en toute saison. Jérémie accompagne chaque sortie, veillant à allier sécurité et plaisir, que ce soit lors d'une randonnée en pleine journée ou d'une escapade nocturne après-ski. Véritable invitation à redécouvrir la montagne, le Fat Bike électrique est l'allié parfait pour vivre des moments mémorables et prolonger le plaisir du vélo tout au long de l'hiver.



Instant détente au Spa Montagnes du Monde® aux Chalets Laska

En poussant les portes du *Spa Montagnes du Monde®*, chacun se laisse guider par la douceur qui émane de ce lieu. Deux espaces sont proposés : l'espace bien-être avec piscine, bain bouillonnant, sauna, hammam... apportant détente, sérénité et apaisement. L'espace soin, entre les mains d'équipes passionnées et bienveillantes, offre un voyage sensoriel et de détente. La ligne de soins *Pure Altitude®*, conçue à partir de plantes alpines aux actifs riches et puissants, est utilisée dans tous les soins et rituels de beauté, prolongeant ainsi l'expérience à la montagne jusque lors d'un massage personnalisé. Le *Spa Montagnes du Monde®* ouvre ses portes aux personnes résidant au sein des Chalets Laska ainsi qu'aux clients extérieurs, à qui est offerte une heure d'accès à l'espace détente pour la réservation d'un soin de 50 minutes ou plus.



Le plaisir de la glisse en luge au domaine Nordique 4 saisons et à Nivorin !

Parce que la montagne, ce n'est pas seulement le ski, la station des Contamines propose aussi des espaces dédiés à la luge, pour le plus grand bonheur des enfants... et des parents qui veulent partager un moment ludique en famille!

2 pistes sont accessibles au domaine nordique et à Nivorin à proximité de la piste verte du même nom.



Les Rhodos chez Alban et Oscar... un lieu où l'amitié se met en scène !

Il est à peine 8 heures aux Contamines-Montjoie. Les portes des Rhodos s'ouvrent, l'odeur du café fraîchement moulu emplit l'air, et derrière le comptoir, deux sourires vous accueillent comme si vous étiez attendus depuis toujours. Depuis juin 2025, Alban et Oscar, 30 et 29 ans, sont les nouveaux visages de ce bar-restaurant emblématique du village. Deux amis proches, deux caractères complémentaires, une même envie : faire des Rhodos un lieu vivant, joyeux et ouvert à tous.

Alban, né ici même aux Contamines, connaît chaque recoin du village. Sportif de montagne, amoureux des voyages, il a même posé ses valises plusieurs mois à l'île de la Réunion... tout comme Oscar, fan de handball et globe-trotter dans l'âme. Ensemble, ils se décrivent avec bienveillance : Alban voit en Oscar un être spontané, drôle et déterminé, capable de se lancer à fond dans tout ce qu'il entreprend. Oscar, lui, parle d'Alban comme d'un ami précieux, mélange unique de folie et de sérieux, capable de mettre l'ambiance rien qu'en passant derrière le micro. Leur complicité ne se raconte pas vraiment : elle se vit, et elle se ressent dès qu'on franchit la porte.

Ici, pas de chichis. On vous tutoie vite, on rit fort, on partage les histoires. Les produits viennent du coin : bières artisanales contaminardes, croissants parfumés de la pâtisserie Vanille

Givrée... L'assiette respire la montagne et le fait maison. Cet hiver, il y aura des soirées fondue, histoire de réchauffer les mains et les cœurs, et des événements pour tous les goûts : blind tests endiablés, concerts d'accordéon, conférences, et un comédie club qui promet de belles soirées de rires. Leur crédo ? « Le business découle du kiffe ». Comprenez : ici, le plaisir de partager prime, et tout le reste suit.

Et puis il y a les petites signatures maison. Comme le Pinpin, cocktail à base de génépi, citron et bière, imaginé par le père d'Alban en hommage à son grand-père. Un peu comme eux : ancré dans la tradition, mais relevé d'une bonne dose d'originalité. Alban derrière le comptoir en DJ improvisé, Oscar dans la salle à gérer les clients d'une main de maître : voilà la toute nouvelle recette maison des Rhodos.

Ils rêvent d'un bar qui ne soit pas seulement un bar, mais un lieu où tout le monde a sa place, où chacun peut apporter ses idées, où l'on se retrouve après une journée de ski ou juste pour échanger quelques blagues. « On veut que les gens franchissent la porte comme au théâtre : en sachant qu'ils vont passer un bon moment. » Et à les voir faire, aucun doute ! Le spectacle a déjà commencé.

Domaine skiable des activités pour tous



#LESCONTAS

***#LESCONTAS,
une raison de photographier
le Mont Blanc au sommet des pistes***

À l'hiver 2021, une *chill zone* a enchanté l'arrivée du télésiège du col du Joly, entre Hauteluce et Les Contamines. Imaginez-vous détendu sur un bain de soleil, entouré de la majestueuse chaîne du Mont Blanc. Cette vue époustouflante est maintenant le cadre parfait pour capturer un souvenir photo unique avec #LESCONTAS. Ce lieu magique n'est pas seulement une halte pour les skieurs, mais une invitation à immortaliser des moments inoubliables, où la beauté naturelle se mêle à la sérénité. Une pause qui réchauffe le cœur et l'âme, offrant une perspective nouvelle et inspirante sur les merveilles de la montagne.

Dans les airs... le plus beau terrain de jeu de l'hiver en parapente !

Aux Contamines-Montjoie, l'aventure prend son envol ! Imaginez : décoller à près de 2 500 m d'altitude depuis l'Aiguille Croche, planer au-dessus d'un décor grandiose avec le Mont Blanc en toile de fond, les cimes immaculées du Beaufortain, la réserve naturelle et le village enneigé à leurs pieds.

Guidés par des moniteurs passionnés et chevronnés, les visiteurs découvrent le plaisir incomparable du parapente biplace en toute sécurité. Sensation de liberté absolue, adrénaline douce et paysages à couper le souffle... chaque vol est une expérience inoubliable. Cet hiver, aux Contamines-Montjoie, le plus beau terrain de jeu n'est pas sur terre... il est dans les airs !

Sensations assurées avec le snakegliss !

Un moment de glisse et d'amusement à la fermeture des remontées mécaniques, quand le soleil se couche et que les pistes sont désertes ! Assis, les pieds calés dans une luge, accrochés les uns aux autres en file indienne, c'est parti pour trente minutes de descente en famille ou entre amis ! Le serpent désarticulé, piloté par un guide, enchaîne des virages pour offrir à ses passagers fous rires et montées d'adrénaline !





Randonnée dans le cadre privilégié de *la réserve naturelle nationale* *la plus haute de France*

Découvrez la magie d'une randonnée en raquettes à neige

Plongez au cœur de la nature immaculée, loin du tumulte quotidien, en choisissant une aventure unique de randonnée en raquettes à neige. Imaginez-vous marcher à travers des paysages enneigés, où chaque pas vous rapproche un peu plus de la tranquillité et de la beauté sauvage des montagnes. Laissez-vous séduire par



l'ivresse de l'air pur et froid qui revigore vos sens. Chaque montée, chaque descente en raquettes est une invitation à la découverte et à l'émerveillement. Les crêtes enneigées, les vallées silencieuses et les forêts endormies sous leur manteau blanc forment un décor époustouflant, propice à la contemplation et à la sérénité.

Se fondre dans le paysage

En randonnée en raquettes, chaque mouvement doit être empreint de respect pour le milieu naturel. Les guides expérimentés vous enseignent l'art de la discrétion, essentielle pour ne pas déranger la faune locale. Renards, chamois, lièvres et autres habitants des montagnes continuent leur vie, paisibles et curieux, à condition de savoir se faire oublier. Cette approche respectueuse permet des rencontres magiques et inoubliables avec la vie sauvage.

Respecter et préserver la faune locale

Le silence et la discrétion sont les maîtres mots pour une immersion réussie. En vous fondant dans le paysage, vous aurez peut-être la chance d'observer de près ces animaux dans leur habitat naturel. Le guide vous apprend à identifier les traces renforçant ainsi votre connexion avec cet environnement exceptionnel.



WEEK-END BIEN-ÊTRE AVEC AMANDINE

Raquettes et Yoga pleine nature !

À l'hiver 2026, plongez dans un week-end inoubliable alliant raquettes et yoga au cœur de la réserve naturelle des Contamines-Montjoie. Venez découvrir la sérénité des paysages enneigés tout en revitalisant votre esprit et votre corps. Une expérience unique, mêlant bien-être et nature, pour une évasion totale en montagne.





*Les Contamines
destination nature
par excellence*



La réserve naturelle Nationale des Contamines-Montjoie

Se sensibiliser sur la vulnérabilité d'une faune fragilisée par l'hiver

Le cas du tétras lyre

Ce superbe oiseau est une espèce fragile en voie de régression. Emblématique du massif alpin, il est présent dans la réserve naturelle des Contamines-Montjoie au dessus de la lisière forestière, au niveau de la mosaïque composée de landes, fourrés, bois clairs et prairies d'altitude. Véritable relique glaciaire, le tétras lyre peuplait jadis les plaines de notre pays, comme cela est toujours le cas dans le nord de l'Europe. Le réchauffement progressif du climat a repoussé cet oiseau dans les reliefs alpins, au-delà de 1400 mètres d'altitude, là où il retrouve des conditions favorables à sa survie. Le tétras lyre est très sensible aux modifications de son habitat. Contrairement aux ongulés, il est inféodé à des milieux très spécifiques dont la transformation naturelle ou artificielle peut lui être fatale. En hiver, cet oiseau s'enfonce dans la neige et se creuse une sorte d'igloo pour se protéger du froid ainsi que de ses prédateurs. Il peut y passer jusqu'à 22 heures par jour et ne sortira de ce nid que pour s'alimenter. L'espèce se nourrit essentiellement de feuilles, de bourgeons, de graines, de fleurs et de baies, ainsi que d'insectes et d'araignées. L'hiver est donc une saison rude, offrant peu de ressources alimentaires et durant laquelle il est primordial d'économiser un maximum son énergie et d'éviter les déplacements inutiles. Le dérangement de son habitat est une réelle menace pour lui et représente une des causes de diminution des populations locales.

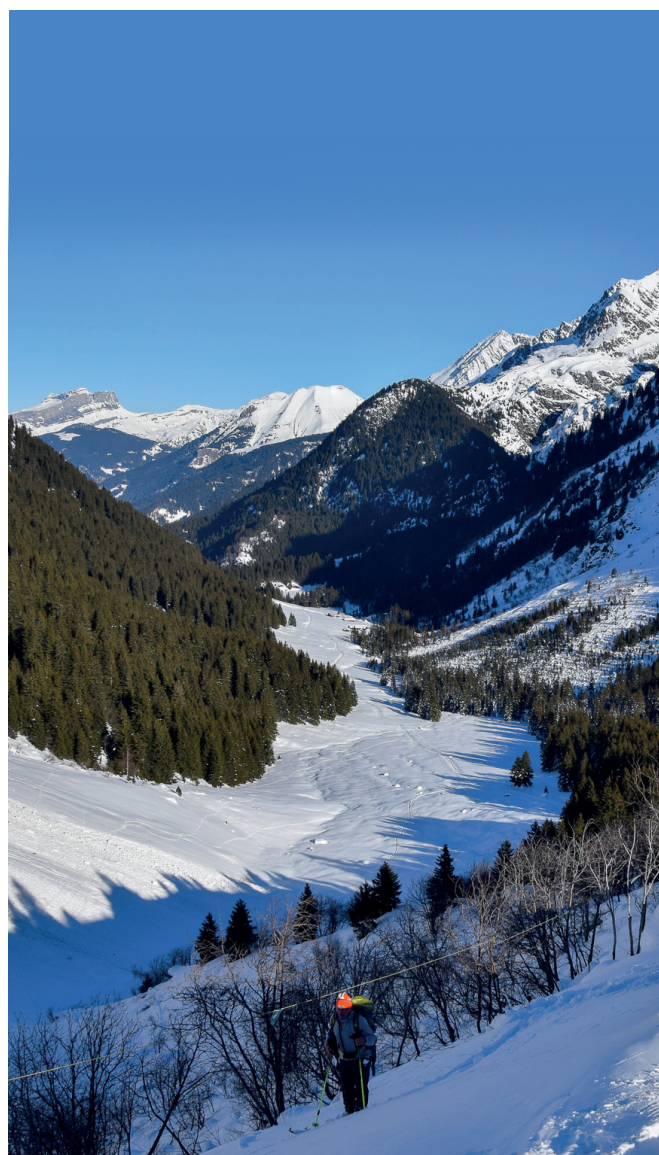


Le cas du chamois

Cet ongulé est particulièrement présent en forêts et en pelouses alpines mais également dans les zones escarpées comme les falaises et éboulis entre 800 et 2300 mètres d'altitude. Le chamois connaît une de ses périodes sensibles lors de sa reproduction qui a lieu mi-novembre. Tout dérangement lié à la présence humaine peut avoir un fort impact sur l'espèce. Les femelles passent l'hiver en pleine gestation, ce qui implique une grande consommation d'énergie. Même si le chamois peut facilement se déplacer en hiver, les fortes chutes de neige n'en restent pas moins synonymes d'une dépense énergétique considérable. Un des atouts du chamois étant sa capacité à faire du dénivelé, sa stratégie face aux prédateurs est donc de fuir dans la pente et de grimper le plus haut et le plus vite possible dans un terrain accidenté. Le stress généré par une perturbation n'est pas à négliger puisque l'animal est affolé et mettra donc un certain temps à se réalimenter alors que les ressources alimentaires sont peu nombreuses en cette saison rude. Fractures, dérochement, avortement pour les femelles sont également des risques accidentels en cas de fuite.

Mise en place de zones de quiétude incitant les visiteurs à contourner les habitats du tétras lyre et des ongulés sauvages en hiver

Les équipes d'ASTERS-CEN74 (gestionnaire de la réserve naturelle) ont entrepris, dès l'hiver 2020, de prévenir le dérangement de ces espèces fragiles sur différentes zones de quiétude. Certaines d'entre elles sont matérialisées sur le terrain, notamment dans les secteurs de la Balme/Les Prés pour le tétras lyre et de la Rosière pour les ongulés. D'autres zones sont renseignées dans les outils numériques afin que les pratiquants de sports de nature puissent en prendre connaissance lors de la préparation de leurs sorties et les éviter. Le tétras lyre niché sous le manteau neigeux est observé dans des pentes exposées nord, offrant une neige assez épaisse pour pouvoir y creuser leurs igloos. Une de ces zones de présence de l'espèce est la zone de quiétude située entre la Balme et les Prés, en contrebas d'itinéraires de ski de randonnée très fréquentés tels que le col des Chasseurs, le col de la Cicle ou encore proche d'un des itinéraires de descente du col de la Fenêtre. Les ongulés comme le chamois se regroupent quant à eux dans des zones refuge en période hivernale et limitent au maximum leurs dépenses énergétiques afin de maximiser leurs chances de survie. À cet égard, la zone de quiétude de La Rosière joue un rôle important car elle offre un abri pour l'hiver aux ongulés sauvages.



Comment les protéger ?

Chaque hiver, les équipes de la réserve naturelle, aidés par de nombreux acteurs locaux et bénévoles se donnent rendez-vous afin de délimiter ces zones à l'aide de cordes et de fanions, de panneaux d'informations, afin que les skieurs et randonneurs en raquettes n'aient pas la mauvaise surprise de surprendre un tétras lyre ou un chamois en plein repos au détour de leurs sorties. Des panneaux d'information pour visualiser les zones et informer sur les bons comportements sont ainsi mis en place aux abords de ces zones de quiétude. Il est facile et important de bien les contourner afin de respecter la tranquillité des espèces sauvages. Cette action a émergé d'une réflexion partagée au niveau local avec différents partenaires du territoire il y a plusieurs années (Asters-CEN74, la Commune, la SECMH, la Compagnie des Guides, l'ACCA, l'Office de Tourisme...). Ces actions sont financées grâce aux Fonds Vert. Afin de sensibiliser le plus grand nombre, le gestionnaire de la réserve naturelle a porté la création d'un nouveau clip mettant à l'honneur les zones de quiétude, dévoilé cet hiver.



La réserve naturelle inscrite dans une démarche de concertation des acteurs locaux et institutionnels pour préserver les milieux et les espèces qu'ils abritent sur le long-terme

Asters-CEN74, gestionnaire de la réserve naturelle des Contamines-Montjoie, a entamé depuis plusieurs mois une démarche de travail importante dans la gestion de cet espace protégé. En effet, le plan de gestion de la réserve naturelle qui décrit les enjeux et les objectifs de préservation de ce site, élaboré en lien avec les acteurs du territoire et validé par l'État, couvre la période 2015-2024 et est arrivé à échéance en 2025.

Son évaluation est une exigence réglementaire pour cet espace protégé. Cette étape achève un cycle de gestion complet et amène le gestionnaire à faire un bilan de ce qui a été mis en œuvre et atteint en termes de résultats. Ce bilan est en cours de concertation avec les acteurs du territoire, dans le cadre de groupes de travail qui permettent d'aborder toutes les actions ayant été mises en œuvre avec les parties prenantes engagées dans la gestion de la réserve naturelle. Ainsi, ce travail de synthèse permet de rassembler de nombreux acteurs et d'aborder une grande diversité

de thématiques : la fréquentation, le tourisme et la sensibilisation, les activités scientifiques, les cours d'eau, lacs, zones humides et glaciers, le pastoralisme, les pelouses et prairies, les forêts, la faune sauvage et la chasse...

Ce travail de synthèse permet au gestionnaire d'initier la réécriture du plan de gestion de la réserve naturelle. **Celle-ci a débuté cette année et a vocation à guider le gestionnaire dans sa mission principale de protection et de conservation des milieux naturels, de la faune et de la flore.** Il s'agit d'un travail conséquent, qui se doit d'intégrer les questions relatives aux changements climatiques ainsi qu'à l'apparition et au développement de nouvelles pratiques sur le territoire. Il est donc primordial d'intégrer ces enjeux et leurs effets à long terme dans la nouvelle stratégie de gestion. **Cette réécriture comporte plusieurs phases, la première étant l'actualisation des enjeux environnementaux et de l'état des lieux du site. Cette étape sera ensuite partagée avec les acteurs du territoire afin d'orienter la meilleure stratégie de gestion en tenant compte des regards de chacun.** Le document de gestion final sera alors rédigé et envoyé aux services de l'État pour validation et sa mise en application se fera à la suite de ces validations.





L'engagement durable du domaine skiable des Contamines-Montjoie

En modernisant ses installations et en innovant, le domaine skiable des Contamines-Montjoie/Hauteluce vise à préserver l'écosystème local tout en préservant l'expérience clients et le bien-être de ses employés. En partenariat étroit avec les collectivités, il soutient les activités pastorales et favorise un recrutement durable et local de son personnel. Cette approche assure une gestion réactive et respectueuse de l'environnement sur un vaste territoire, tout en garantissant une qualité de service pour sa clientèle, ancrée dans des pratiques durables.

Depuis plusieurs années, l'activité s'inscrit dans une démarche responsable visant à réduire leur empreinte carbone, préserver la biodiversité, gérer de manière raisonnée l'eau et l'énergie, renforcer leur engagement social, sensibiliser et promouvoir l'éducation. La commune considère essentiel de combiner la préservation de l'environnement avec l'aménagement de la montagne.

Initiatives pour la préservation de l'environnement

Des études précises sur la faune et la flore

Des études sont régulièrement réalisées sur la faune et la flore présente sur le domaine, menées par une équipe d'experts locaux. Ces études permettent de mettre en place des mesures préventives pour protéger les sols, l'eau, et les milieux naturels, incluant la protection des zones humides et la revégétalisation des surfaces modifiées.

Une collaboration stable avec l'entreprise Joly & Philippe

Spécialisé dans l'installation de remontées mécaniques et autres infrastructures en conditions difficiles, ce partenaire de longue date œuvre continuellement pour proposer des infrastructures s'intégrant au mieux dans le décor. Son expertise garantit l'intégration complète de chaque projet dans le paysage pour que la nature reprenne ses droits après les travaux. Un exemple emblématique est le projet du télésiège 6 places l'Olympique. Inaugurée en 2022, cette installation de dernière génération se fond parfaitement dans le paysage grâce à une optimisation des gares de départ et d'arrivée, la réduction du nombre de pylônes et l'enfouissement des câbles pour protéger la faune locale.



Gestion durable des ressources en eau

La gestion des ressources en eau est une préoccupation dominante des équipes. Face aux changements climatiques, les équipes du domaine skiable ont adopté une approche raisonnée, optimisée et partagée tout au long de l'année en s'appuyant sur trois axes stratégiques :

- * **Le stockage de l'eau** avec un lissage du prélèvement dans le temps pour éviter les pics de consommation.
- * **Les économies d'eau** grâce à une production de neige de culture optimisée, réduisant ainsi leur consommation.
- * **Le soutien au pastoralisme** en partageant les ressources en eau avec les éleveurs du territoire.

Durant l'hiver, l'utilisation de l'eau est optimisée grâce aux nivoculteurs et aux technologies modernes, comme le suivi en temps réel de la production de neige et l'utilisation de systèmes GPS pour gérer le manteau neigeux. Durant l'été, les terrains sont préparés pour assurer une bonne tenue du manteau neigeux et limiter les besoins en eau pour la saison suivante. L'entretien inclut la mise en place de barrières à vent, l'amélioration du drainage des pistes et le fauchage.



Réduction de l'empreinte carbone

Éco-conduite et carburants alternatifs

Les conducteurs de dameuses ont été formés à l'éco-damage pour réduire la consommation de carburant et les émissions polluantes. À partir de 2022, le carburant synthétique GTL a été introduit et d'ici 2025, les équipes de damage passeront au biocarburant HVO, permettant de réduire les émissions de CO₂ de 60 % à 90 % par rapport à un carburant standard.

Optimisation énergétique

Le téléski de Roselette a été volontairement fermé pour économiser l'énergie et favoriser l'utilisation d'énergies renouvelables provenant du barrage de la Girotte. C'est également le cas de certaines installations comme le télésiège de Nant Rouge occasionnellement fermé à des périodes plus calmes durant la saison. De plus, des outils connectés permettent aujourd'hui de suivre en temps réel la consommation d'énergie.

Actions sociales et mécénats de la SECMH

Une nouvelle vie pour les vêtements techniques

En collaboration avec plusieurs associations, la SECMH s'engage à donner une seconde vie aux vêtements techniques. Les vêtements en bon état sont envoyés vers des populations dans des pays en difficulté, notamment en Ukraine, au Maroc et au Népal avec l'association **Radicale Aventure**. Ces dons permettent aux personnes vivant dans des conditions difficiles, de bénéficier d'équipements de qualité. Pour les articles qui ne peuvent plus être utilisés, la SECMH ne se contente pas de les jeter. Grâce à un partenariat innovant avec l'association **Fibr'Ethik**, ces produits sont transformés en articles dérivés. Ils sont aussi recyclés en carburant avec CEPOBOX, la solution de recyclage made in France proposée par la **société Appro Mountain**. Cette approche circulaire permet de réduire les déchets et de minimiser l'impact environnemental tout en soutenant des projets créatifs et écologiques.

Soutien aux talents locaux

Le domaine skiable des Contamines soutient le skieur Nicolas Raffort, talent local, via une convention d'insertion professionnelle. Ce parrainage démontre l'engagement de la SECMH à développer les athlètes régionaux en leur offrant soutien financier et opportunités de carrière après le sport. Nicolas Raffort, en transition vers le skicross, bénéficie d'un solide accompagnement pour réussir. Son premier podium en Coupe du Monde en décembre 2023 témoigne de cette collaboration fructueuse.





Les Contamines Tourisme | *Responsable presse*

Estelle de Malmazet

estelle.demalmazet@lescontamines.com

+33(0)7 78 82 23 32

REVOLUTIONR

Agence RevolutionR | *Attachée de presse*

Camille Videau

cvideau@revolutionr.com

+33(0)6 08 04 01 34

VOITURE

20 minutes de l'autoroute A40

TRAIN

20 minutes de la gare TGV

Saint-Gervais-les-Bains / Le Fayet

Liaison en bus et taxi possible

AVION

1 heure de l'Aéroport International de Genève

Liaison en bus et taxi possible