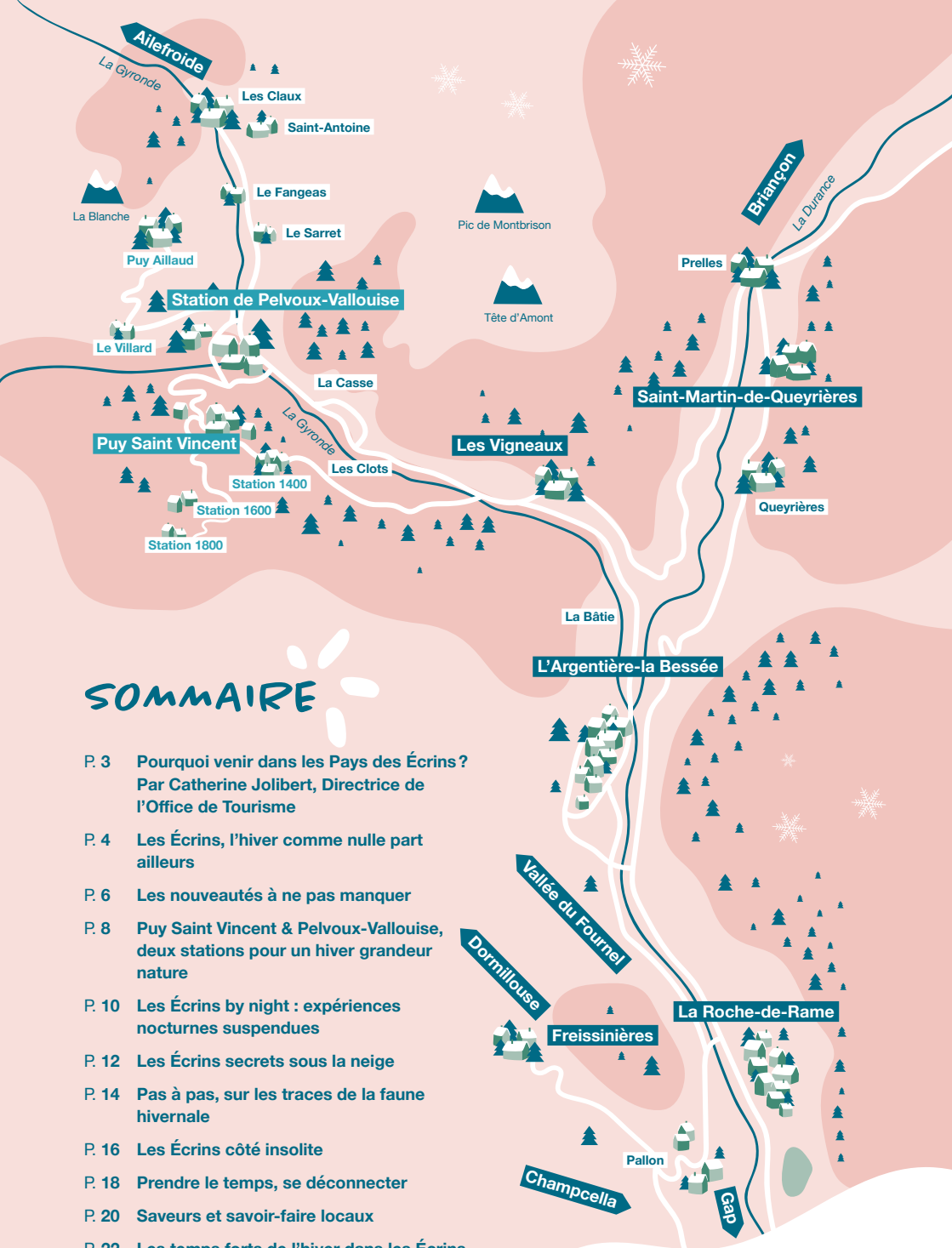




Pays
des
ÉCRINS

UN HIVER
GRANDEUR NATURE



SOMMAIRE

- P. 3 Pourquoi venir dans les Pays des Écrins ?
Par Catherine Jolibert, Directrice de
l'Office de Tourisme
- P. 4 Les Écrins, l'hiver comme nulle part
ailleurs
- P. 6 Les nouveautés à ne pas manquer
- P. 8 Puy Saint Vincent & Pelvoux-Vallouise,
deux stations pour un hiver grandeur
nature
- P. 10 Les Écrins by night : expériences
nocturnes suspendues
- P. 12 Les Écrins secrets sous la neige
- P. 14 Pas à pas, sur les traces de la faune
hivernale
- P. 16 Les Écrins côté insolite
- P. 18 Prendre le temps, se déconnecter
- P. 20 Saveurs et savoir-faire locaux
- P. 22 Les temps forts de l'hiver dans les Écrins

POURQUOI VENIR DANS LES ÉCRINS CET HIVER ?



Cet hiver, venez respirer les Écrins...

Au cœur des Hautes-Alpes, le Pays des Écrins offre un visage authentique de la montagne: une nature préservée, deux stations-villages complémentaires et une diversité d'activités hivernales pensées pour tous les profils. Le ski se pratique autant en rando qu'en piste, les cascades de glace côtoient les sentiers en raquettes, et le silence des sommets invite au ressourcement.

Facile d'accès grâce au train de nuit et à la gare de L'Argentière-les-Écrins, le territoire séduit les familles comme les sportifs, les contemplatifs comme les jeunes audacieux. Sa valeur ajoutée ? Le Parc national des Écrins et son engagement pour un tourisme durable, accueillant et humain. En toile de fond : l'altitude, la lumière et la beauté.

Bienvenue chez nous.

Catherine Jolibert,
Directrice de l'Office de Tourisme du Pays des Écrins



LES ÉCRINS, L'HIVER COMME NULLE PART AILLEURS

Le Pays des Écrins n'est pas une simple destination. Entre villages de montagne habités par une identité forte, neiges et panoramas grandioses, le territoire déploie une richesse rare qui éveille les sens.

Chaque versant raconte une histoire. Des vallées chaleureuses et vivantes, jusqu'aux cimes solitaires, tout invite au partage, à l'aventure et à la déconnexion. C'est un fait, l'air y est pur, la lumière franche et le silence présent pour un séjour ressourçant.

Dans cet écrin protégé par un Parc national, le sensoriel rencontre le sensationnel comme le glissement des skis sur la neige, la lumière du soleil sur les arêtes, l'odeur du feu de cheminée dans un hameau ou la chaleur d'un accueil sincère.

Les villages de Vallouise-Pelvoux, L'Argentière-la-Bessée, Puy Saint Vincent ou encore Freissinières forment les repères d'un territoire de caractère.



LE PAYS DES ÉCRINS EN UN REGARD

IDENTITÉ DU TERRITOIRE

- 8 communes
- 2 stations de ski complémentaires : Puy Saint Vincent (1 400 m – 2 700 m) et Pelvoux-Vallouise (1 250 m – 2 300 m)
- Parc national des Écrins
- 1 territoire 100% nature

ACTIVITÉS HIVERNALES PHARES

- Ski (alpin, de randonnée et de fond)
- Cascade de glace
- Balades raquettes & nordique
- Chiens de traîneau
- Bivouac hivernal & astronomie
- Bien-être et déconnexion

ALTITUDES & SOMMETS EMBLÉMATIQUES

- Barre des Écrins : 4 102 m
- Dôme des Écrins : 4 015 m
- La Vallouise : entre 1 100 m et 1 600 m
- Forêts de mélèzes et panoramas glaciaires

ACCÈS

- Gare SNCF : L'Argentière-les-Écrins
- Train de nuit depuis Paris (arrivée au matin)
- TGV Paris/Lyon Oulx (ligne Milan-Paris) puis navette / taxi
- Navettes vers les stations
- Autoroute jusqu'à Gap, puis RN94

VALEURS

- Authenticité
- Hospitalité locale
- Respect du vivant
- Simplicité
- Aventure (douce ou sportive)



LES ÉCRINS SECRETS

- Le Fournel (L'Argentière-la-Bessée)
- Dormillouse (Freissinières)
- Vallon de Narreyroux (Puy Saint Vincent)
- Ailefroide & Pré de Madame Carle (Vallouise-Pelvoux)
- La Biaysse (Champcella)
- Les hameaux suspendus de Freissinières (Viollins, Les Roberts...)



LES NOUVEAUTÉS À NE PAS MANQUER

Le Pays des Écrins continue de se réinventer pour proposer des expériences hivernales immersives, inattendues, toujours fidèles à l'esprit du lieu. Cet hiver, de nouvelles aventures attendent les familles, les fougueux, les curieux comme les amoureux de grands espaces.

Pelvoo Village

Du côté de Pelvoux-Vallouise, Igloo Pelvoo devient Pelvoo Village, une fête foraine de montagne entièrement réinventée. Attractions sous dômes (manège enchanté, miroirs déformants, labyrinthe, palais des marmottes, cinéma, la caravane d'Irma, espace virtuel...), stands de jeux, animaux, douceurs sucrées et surprises rythment cette expérience magique, entre esprit montagnard et humour décalé.

→ igloopelvoo.com

Une immersion engagée

Serge Cinquin propose un séjour durable alliant raquettes et nuitées en hébergement éco-responsable en pleine conscience et au rythme de la nature.

→ www.paysdesecrins.com/fiche/accompagnateur-en-montagne-serge-cinquin/



Des promenades avec des alpagas

Pour une pause insolite, **Amandine d'Alpagaga** propose des balades hivernales aux côtés de **ses alpagas**, Banjo et Bambino. Une rencontre douce et poétique dans les paysages enneigés.

📷 Alp'agaga

Une Forêt en arc-en-ciel

Aux Vigneaux, la **Forêt Arc-en-Ciel** propose un **parcours sensoriel** en pleine nature. Une immersion (extra-)ordinaire à travers installations éphémères, sons, odeurs et jeux de lumière, à vivre en famille.

➔ Pour les curieux, + d'infos p. 18

Côté hébergements, trois établissements changent de mains cet hiver :

Les 5 Saisons

À **Freissinières**, cet hôtel repris en mai 2025 par Emiel et Jitske, conserve son esprit convivial et engagé : vue montagne, table d'hôtes bio, sauna... **un véritable cocon pour explorer la vallée en raquettes ou à ski**. L'établissement dispose également d'un espace séminaires et d'une salle de yoga, idéals pour conjuguer travail, bien-être et évasion.

➔ les5saisons.com

L'Hôtel de la Gare

À **L'Argentière-la-Bessée**, l'**Hôtel de la Gare** change de direction avec Fredo, tout en restant un point d'ancrage parfait, à deux pas de la gare, pour arpenter le territoire sans voiture. Et pour aller plus loin... **60-40 Le vélo easy**, magasin-atelier voisin, propose location de VAE/VTT/gravel et réparations toutes marques, sur rendez-vous. Un pied à terre tout indiqué pour vos escapades itinérantes.

➔ hotel-de-la-gare-05.fr / 60-40.fr

La Pierre d'Oran

Toujours à **L'Argentière**, **La Pierre d'Oran** est désormais dirigée en toute simplicité par Tom et Perrine. Située au confluent des vallées du Fournel et de la Gyronde, cette adresse tout confort allie charme, calme et situation idéale. Elle permet de profiter des activités hivernales alentours, entre nature et patrimoine : cascade de glace dans le vallon du Fournel, sorties en raquettes à travers les forêts enneigées ou découverte des hameaux typiques de la vallée.

➔ pierredoran.com

Géotrek : des itinéraires pour tous

La plateforme **Geotrek** s'étoffe pour l'hiver avec les itinéraires de ski de fond, ski de randonnée et raquettes, accessibles en quelques clics pour préparer ses sorties en autonomie. Certains parcours sont également adaptés aux **personnes en situation de handicap**, renforçant l'accessibilité de l'offre touristique.

➔ rando.paysdesecrins.com



PUY SAINT VINCENT & PELVOUX-VALLOUISE, DEUX STATIONS POUR UN HIVER GRANDEUR NATURE

Dans le Pays des Écrins, la montagne est un terrain d'aventure. Du front de neige jusqu'aux crêtes, les deux stations-villages de Puy Saint Vincent et Pelvoux-Vallouise invitent à explorer plus de 100 km de pistes de ski alpin et 80 km de ski nordique, au cœur d'un décor grandiose, entre forêts de mélèzes parfaites pour les petits hors piste, vallons secrets idéals pour la découverte du ski de randonnée et sommets glaciers pour rêver aux futures courses d'alpinisme.



Un bijou brut : Authentique, Pure et Conviviale

Pelvoux-Vallouise s'élève entre 1 250 et 2 300 mètres d'altitude. Cette station à taille humaine et à l'atmosphère familiale déroule ses pistes entre sapins et crêtes blanches. Elle est également dotée d'un espace freeride, de zones de ski de randonnée, et propose une belle diversité d'activités douces ou insolites : raquettes, cascade de glace, chiens de traîneau, luge, marche nordique ou snowtrail. Sans oublier le magique Pelvoo Village, devenu une véritable fête foraine de montagne.

Les pistes de ski de fond serpentent entre hameaux, forêts et torrents glacés, dominés par les sommets du Pelvoux et de l'Aiglier. Dans la plaine de Vallouise, les tracés doux et ensoleillés sont parfaits pour une sortie familiale, tandis que les itinéraires plus soutenus, côté Pelvoux ou vers Les Vigneaux, séduisent les fondeurs en quête de dénivelé et de longues boucles sportives. Chaque foulée devient alors une invitation à goûter au silence de cette vallée préservée.

Accueil de grands rendez-vous sportifs et culturels : Pelvoo Village (20 décembre 2025-22 mars 2026), Testi'Vol (7-8 mars 2026), Coupe du Monde de Ski Alpinisme Élite (22-26 mars 2026)

DATES D'OUVERTURE

Du 20 décembre 2025 au 22 mars 2026

LES TARIFS DES FORAITS DE SKI (2025-2026)

- Journée : 27 €/adulte, 23 €/enfant, 26 €/jeune, 13,50 €/vermeil
- 6 jours consécutifs : 135 €/adulte, 115 €/enfant
- Espace débutant : 13,50 €/enfant
- Pack famille (4 personnes) : 460 € pour 6 jours

Le forfait commun avec Puy Saint Vincent ouvre un horizon sans frontières : on passe librement d'une station à l'autre, au rythme de ses envies.



Ensoleillée, Sportive, Familiale

S'étendant sur trois niveaux d'altitude (1 400 m, 1 600 m, 1 800 m), Puy Saint Vincent déploie plus de 75 km de pistes balisées avec vue panoramique sur le massif des Écrins.

Station dynamique par excellence, elle séduit depuis toujours les amateurs de glisse avec ses itinéraires variés et ses zones dédiées au freeride, ou au ski de randonnée, mais aussi aux activités plus insolites comme le parapente, la marche nordique ou encore un dîner fondue dans un igloo.

À Puy Saint Vincent, le ski de fond a aussi sa place avec près de 30 km de pistes balisées. Entre forêts de mélèzes et clairières ensoleillées, certaines boucles mènent jusqu'au plateau de la Pouterle, offrant des panoramas exceptionnels. Un cadre idéal pour alterner balade familiale et entraînement sportif, au cœur même de la station.

Engagée pour l'environnement, la station valorise ses biodéchets, a rénové ses enneigements pour une production plus économe en énergie, et équipe désormais plusieurs remontées de panneaux photovoltaïques. Une nouvelle dameuse plus performante et écologique vient compléter le dispositif.

Nouveautés de la saison

- * 16 cabines 8 places pour renforcer le télémix des Prés
- * Conditions optimisées pour le boardercross (étape de la Coupe d'Europe)
- * Chalet d'accueil et espace de vente repensés à 1 400 m
- * **Lancement du forfait Passion Ski, commun avec Pelvoux**
- * Programme Sport Santé à destination des équipes de la station

Accueil de grands rendez-vous sportifs internationaux : Coupe d'Europe de Snowboard (30 janvier-1er février 2026), Coupe du Monde de Ski Alpinisme Élite (22-26 mars 2026), Championnats du Monde Junior de Ski Alpinisme (24-29 mars 2026)

→ puy-saint-vincent.com



DATES D'OUVERTURE

Du samedi 13 décembre 2025 au 6 avril 2026
Pré-ouverture tout public le week-end du 6 et 7 décembre (sous réserve d'enneigement)

LES TARIFS DES FORAITS DE SKI (2025-2026)

→ **Journée** : 41,50€/adulte, 33€/enfant, 38,5€/junior-étudiant-Sénior, 20,75€/vermeil

→ 6 jours galaxie : 209€/adulte, 168€/Enfant

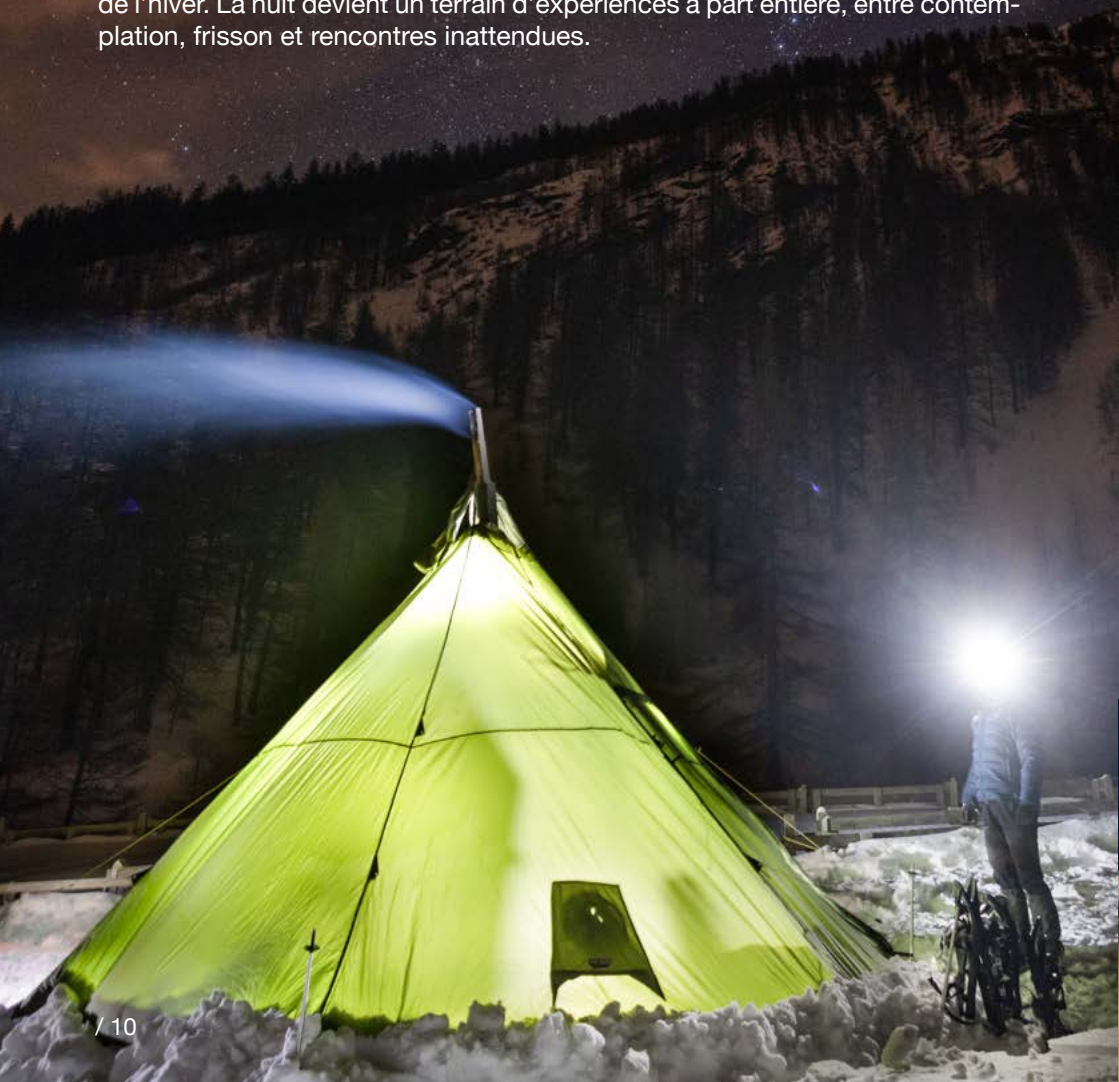
→ 1^{ère} glisse : à partir de 23 €

→ Forfait tribu (6 jours) : 199€ adulte (à partir de 4 personnes)



LES ÉCRINS BY NIGHT : EXPÉRIENCES NOCTURNES SUSPENDUES

La montagne ne s'endort jamais tout à fait. Dès la tombée du jour, une autre ambiance s'installe, plus feutrée, plus sauvage, presque mystique. Sous un ciel d'une pureté exceptionnelle, les vacanciers curieux, les familles en quête de magie ou les aventuriers en recherche d'inédit découvrent une autre facette de l'hiver. La nuit devient un terrain d'expériences à part entière, entre contemplation, frisson et rencontres inattendues.



Dormir à pas de loup

Surplombant la vallée de la Durance, le gîte-refuge Le Pas du Loup accueille ceux qui rêvent de silence et d'horizons étoilés. Ce grand chalet en bois, accessible en randonnée ou en voiture, est un **refuge chaleureux** pour qui cherche à ralentir. Astronomie, faune, toit-terrasse avec observatoire... Tout invite à la déconnexion.

→ pasduloup.develogi.com



Une histoire de dameuse

Lorsque les skieurs désertent les pistes et que les remontées mécaniques ferment, les dameuses entrent en scène. Tous les soirs, en période de vacances scolaires (lundi, mercredi et samedi, hors vacances scolaires), petits et grands embarquent pour une **balade insolite** à bord de ces impressionnantes machines. Au cœur du domaine nordique, la montagne se dévoile dans une lumière presque irréelle, façonnée par les flocons en suspens.

→ Tarifs (hiver 2024-2025) : 42 €/adulte, 32 €/enfant (-11 ans)

→ puysaintvincent.com



Une fondue sous la neige

À Puy Saint Vincent, l'hiver prend une saveur unique avec la **fondue sous igloo** imaginée par Sylvain Theobald. Dans une bulle de neige sculptée, on partage un repas chaud et convivial, bercés par l'ambiance feutrée de la montagne nocturne. Une expérience gourmande et insolite à vivre au cœur des Écrins.

→ 06 82 53 55 72
theobald.sylvain@gmail.com

→ facebook.com/profile.php?id=100077591362173

PAS À PAS, SUR LES TRACES DE LA FAUNE HIVERNALE

Tandis que la montagne semble endormie, la faune poursuit ses allées et venues en toute discrétion. Dans les vallées retirées du Pays des Écrins, les traces laissées dans la neige racontent les aventures nocturnes des chamois, lièvres, renards ou tétras-lyres. Une invitation à une autre forme d'exploration.

Sortie trappeur

Raquettes aux pieds, les explorateurs suivent les traces de la faune alpine, aux côtés de guides passionnés. L'itinéraire mêle observation des empreintes, récits sur la vie des animaux en hiver, et sensibilisation à l'équilibre fragile de cet écosystème d'altitude.

→ randonnee-hautesalpes.com



Ailefroide, la vie au ralenti

En hiver, Ailefroide se drape d'un silence immaculé. Ce haut lieu de l'alpinisme, figé par la neige et le froid, devient un refuge pour la faune sauvage et un sanctuaire pour les contemplatifs. Accessible en raquettes ou à skis de randonnée depuis le tunnel des Claux, le hameau se rejoint au terme d'une balade d'1h30 entre forêt enneigée et torrent glacé. Un moment suspendu au cœur d'un milieu préservé.

→ www.paysdesecrins.com/je-choisis/sites-incontournables/ailefroide-parc-national-des-ecrins/





Dormillouse, au cœur du Parc national des Écrins

Perché à 1 800 m d'altitude et accessible uniquement à pied, le hameau de Dormillouse est une étape incontournable pour qui aime la montagne brute et confidentielle. Après une randonnée entre cascades de glace et sentiers

escarpés, le village se dévoile, habité à l'année et empreint d'une âme séculaire. Ses anciens fours, son moulin, son temple protestant racontent la vie d'une communauté de montagne, façonnée les saisons.

Pour prolonger l'expérience, trois refuges accueillent les randonneurs :



Le Gîte de l'École, ancienne salle de classe du hameau, transformée en gîte chaleureux avec grande table conviviale et dortoirs simples, idéal pour les groupes ou les familles en quête de partage.

→ <https://www.dormillouse.fr/>

L'Écrin de Violette, adresse intimiste et engagée, fonctionnant en énergie solaire, avec cuisine bio et locale, parfaite pour un séjour au rythme de la nature.

→ dormillouse.jimdofree.com

Le Refuge de l'Oncle Émile, maison de caractère rénovée avec raffinement, allie charme authentique et prestations haut de gamme. Ses chambres individuelles élégantes, son poêle à bois et sa vue imprenable sur la vallée conjuguent confort et élégance pour un séjour plutôt luxueux.

→ refuge-dormillouse.fr



LES ÉCRINS SECRETS SOUS LA NEIGE



Les trésors des emblématiques lieux

Connus des initiés, ces lieux emblématiques des Écrins changent totalement de visage sous la neige, au point de devenir presque confidentiels.

Dans le Fournel (L'Argentière-la-Bessée), les parois gelées forment **la mecque européenne de la cascade de glace** : plus de 150 itinéraires pour grimpeurs du monde entier. Un terrain de jeu mythique, et pourtant méconnu du grand public.

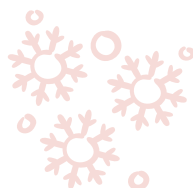
À Freissinières, le hameau de **Dormillouse** se mérite. Pas de route carrossable : on n'y accède qu'à pied ou en raquettes. L'hiver, ses chalets enneigés offrent une atmosphère de **"Sibérie alpine"**, hors du temps.

Plus pastoral en été, le **vallon de Narreyroux** (Puy Saint Vincent) devient l'hiver un paradis pour le ski de randonnée et la raquette : chalets sous la neige, cascades figées, ambiance de bout du monde... à deux pas seulement des pistes.

À Vallouise-Pelvoux, l'**Ailefroide** et le **Pré de Madame Carle** se métamorphosent aussi. Points de départ mythiques des alpinistes l'été, ils deviennent l'hiver des lieux isolés, silencieux, dominés par les faces glacées de la Barre des Écrins et du Pelvoux. Accessible en skis de rando ou en raquettes, une expérience façon **"Grand Nord"**.

À Champcella, la vallée de la **Biaissey** se révèle discrète et sauvage. Fréquentée seulement par quelques skieurs de randonnée, elle offre un vrai sanctuaire pour qui cherche l'isolement.

Enfin, les hameaux suspendus de Freissinières – Violins, Les Roberts... – composent une carte postale **authentique des villages alpins d'autrefois**, avec leurs chalets et fermes lovés sous la neige.



Ski de randonnée, l'appel des cimes

Pour les amoureux de grands espaces, le ski de randonnée ouvre les portes d'itinéraires hors des sentiers battus et de panoramas inédits. Depuis les stations de Puy Saint Vincent ou Pelvoux-Vallouise, on peut s'initier à des itinéraires mythiques comme La Blanche (2 953 m), offrant un belvédère exceptionnel sur le Pelvoux avec une montée de 720 m et une descente de 1 720 m, ou le Col du Bal, au départ de Puy Saint Vincent, qui conduit à des crêtes à 2 700 m avec 1 045 m de dénivelé.

Au-delà de ces itinéraires emblématiques, le ski de randonnée mène aussi vers ces vallées secrètes et préservées : le **Fournel** et ses versants à l'écart, **Ailefroide** aux portes de la haute montagne, ou encore **Dormillouse**, hameau perché au cœur du Parc national des Écrins.

Encadrés par des professionnels ou en autonomie pour les initiés, ces parcours invitent à gravir les pentes à son propre rythme avant de savourer la descente. Entre effort, liberté et immersion totale, c'est la montagne dans sa forme la plus pure.

→ ski-pelvoux.com



Séjour 3 jours de ski de randonnée dans les Écrins

Roc Écrins propose une immersion au cœur du massif, entre ascensions en peaux de phoque, descentes en terrain d'aventure et nuits en refuge. Encadré par des guides passionnés, ce séjour combine apprentissage des techniques de ski de randonnée, découverte de l'environnement alpin et plaisir d'une glisse loin des foules. Une parenthèse sportive et contemplative, accessible à tout skieur en bonne forme, qui rêve de répondre à l'appel des cimes.

→ www.roc-ecrins.com/sortie/3-jours-decouverte-a-ski-de-randonnee-dans-les-ecrins.html

LES ÉCRINS CÔTÉ INSOLITE

Le Pays des Écrins s'invente aussi en dehors des pistes. Ici, l'exploration prend mille formes : glisser autrement, dormir sous les étoiles, s'immerger dans les grands espaces ou se retrouver autour d'activités indoor. Les stations multiplient les expériences inattendues, idéales pour donner à son séjour une touche d'originalité.

Premiers pas sur la glace

Ici, la glace est un terrain d'aventure et de sensations. Suspendus entre ciel et terre, les glaciéristes évoluent sur des cascades éphémères, armés de piolets et de crampons. La glace devient alors une zone d'exploration verticale. Encadré par un guide de haute montagne, chacun peut s'initier en toute sécurité à la grimpe sur glace. Les plus beaux sites d'Europe sont le vallon du Fournel ou la vallée de Freissinières. Une expérience à la fois accessible, vertigineuse et inoubliable !

→ cascade.freissinieres.fr

Un terrain de jeu grandeur nature... en intérieur

Face aux sommets enneigés avec la vallée de Vallouise en toile de fond, le complexe Panoramic de Puy Saint Vincent, inauguré en juillet 2024, est un lieu convivial où l'on se retrouve **après le ski**. Escalade, bowling, baby-foot, patinoire, jeux interactifs... Un espace de 2 500 m² pour s'amuser en famille ou entre amis, relâcher la pression ou profiter d'une soirée animée après une journée dehors.

→ Ouvert tous les jours de 16h à minuit

→ complexe panoramic.fr



NOUVEAUTÉ !

Watogla Camp – Au plus près de la nature

Installé au cœur de Puy Saint Vincent, le Watogla Camp accueille les voyageurs en quête de nature et de simplicité. Ses **dômes confortables**, chauffés et ouverts sur le ciel, offrent une immersion douce à la frontière du sauvage. Entre sorties nature comme la cani-rando et soirées feutrées, on y vit au rythme de la lumière et des éléments, loin de toute agitation.

→ watogla.com/watogla-camp.html



“Cap sur le Grand Nord”

Dans le Pays des Écrins, le chien de traîneau se pratique sur des sites d'exception : la vallée secrète de Freissinières, les grands espaces de Puy Saint Vincent ou encore au **pied des sommets** de Pelvoux-Vallouise. Encadrés par des **mushers passionnés**, les visiteurs peuvent profiter d'un baptême confortablement installé dans le traîneau, apprendre à mener leur

propre attelage lors d'une initiation, ou offrir aux plus petits la joie d'une sortie “baby chiens de traîneau”, une expérience rare et pensée pour eux. Une immersion à la fois ludique et authentique, qui donne envie de prolonger le voyage au cœur des grands espaces.

→ mushing-addict.fr / traîneau-dingo.fr



Glisser autrement avec un snooc

Adeptes de nouvelles sensations ? Le snooc bouscule les codes. À mi-chemin entre le ski et la luge, le **snooc réinvente la glisse**. Un distributeur en libre-service permet de s'initier en toute liberté. Ludique et intuitif, il se pratique de jour comme de nuit à Pelvoux-Vallouise.

→ ski-pelvoux.com

Aux rythmes des sabots

Inspirée des traditions nordiques, cette discipline associe neige et équitation. **Tractés par un cheval**, les cavaliers redécouvrent les paysages hivernaux au pas, au trot ou au galop. Dans la plaine de Vallouise, sur l'espace nordique, le ski joëring se pratique dès 6 ans, avec des initiations proposées aussi aux adultes. Pour les tout-petits, des bouées tractées par un cheval offrent une découverte encore plus ludique. Cette activité originale, ouverte à tous, transforme la neige en terrain de jeu inédit, porté par la complicité entre l'homme et l'animal.

→ [instagram.com/leschevauxdescimes](https://www.instagram.com/leschevauxdescimes)

PRENDRE LE TEMPS, SE DÉCONNECTER

En hiver, la montagne change de rythme. Sous son manteau de neige, tout semble ralentir, les sons s'effacent, les paysages s'adoucissent. Dans cet écrin préservé, les sens s'éveillent, le corps se relâche et l'esprit s'ouvre à de nouvelles expériences de ressourcement.

NOUVEAUTÉ !

La forêt Arc-en-Ciel, à l'écoute des arbres

La Forêt Arc-en-Ciel propose une expérience sensorielle unique, pensée pour réactiver les sens au contact des arbres. Sur un sentier accessible ponctué de pauses harmonisées avec les couleurs de l'arc-en-ciel, chacun est invité à explorer sa **connexion aux arbres** à travers des activités ludiques et sensibles : écouter le « chant » d'un arbre, jouer avec des cartes d'arbres inspirées de l'alphabet et du calendrier celte, ou encore créer votre mandala personnalisé. Une pause contemplative, pour ralentir, ressentir et repartir plus ancré.



La forêt arc-en-ciel

Atelier immersion nordique

Respiration consciente, méditation, nage en eau froide, observation des sommets : cet atelier propose de vivre pleinement l'hiver à travers les éléments. Une expérience qui recentre et apaise, au rythme de la lumière, du relief et du silence.

→ alpineo.com/products/immersion-nordic-hautes-alpes-ecrins





Marche nordique

Sur les sentiers enneigés, les bâtons rythment la progression et la gestuelle devient fluide. **Activité complète**, la marche nordique sollicite tout le corps, développe la mobilité et permet de savourer pleinement l'air pur de l'hiver. Une façon active et apaisante de découvrir la montagne.

Une pause avec une naturopathe

Au cœur du village de Vallouise, chez Lucile, une parenthèse bien-être vient enrichir l'expérience à la montagne. Accompagnés d'une experte en santé naturelle, les visiteurs s'initient à des gestes simples et efficaces pour mieux gérer le froid, le stress et l'énergie en altitude. La naturopathie en vacances, c'est l'occasion idéale de **ralentir, se reconnecter à soi et à son environnement**. Infusions aux plantes locales, exercices de respiration et micro-pauses invitent à relâcher les tensions, améliorer la récupération après l'effort, stimuler les défenses naturelles et retrouver un sommeil réparateur. Plus qu'un moment de détente, cette pause devient un véritable allié pour **recharger les batteries**, renforcer son équilibre intérieur et prolonger les bienfaits d'un séjour en altitude.

→ naturopathie-lm.com

Immersion en forêt

Entre pins et mélèzes, la sylvothérapie invite à marcher lentement, respirer profondément et renouer avec ses sens. Inspirée du shinrin-yoku japonais, elle combine **marche contemplative**, respirations profondes et contact sensoriel avec les arbres. Ce bain de forêt réduit le stress, abaisse la pression artérielle et offre un moment rare de connexion au vivant.

→ takayasylvotherapie.com



SAVEURS ET SAVOIR-FAIRE LOCAUX

Au Pays des Écrins, la gastronomie locale est un plaisir de table : les saveurs racontent le territoire, entre recettes traditionnelles, produits du terroir et rencontres avec des passionnés qui ont parfois changé de vie pour plonger dans une nouvelle activité.

L'âme des Écrins dans l'assiette

Impossible de repartir sans avoir goûté à la **saucisse de chou**, véritable emblème culinaire du Pays des Écrins, ou à la **tourte au chou** (et sa variante à la pomme de terre), généreuse et réconfortante. Les **fromages de chèvre** locaux, aux saveurs douces ou plus affirmées selon l'affinage, complètent ce tableau gourmand, parfait à déguster après une journée au grand air.

→ paysdesecrins.com

Rencontres avec les producteurs locaux

Le territoire regorge de **producteurs et artisans engagés, présents sur les marchés ou en vente directe**. Miels, confitures, fromages, charcuteries, bières artisanales... Autant de découvertes pour s'immerger dans l'authenticité du Pays des Écrins et repartir avec un peu de montagne dans ses bagages.

→ Consulter la carte des producteurs locaux :
www.paysdesecrins.com/sites/ot-paysdesecrins/files/brochures/files/carte_artisansproducteurs_ecrins_print25_web.pdf



L'Auberge Saint-Antoine à Vallouise-Pelvoux

Le restaurant de l'Auberge Saint-Antoine cultive l'art d'une cuisine soignée. La carte — trois entrées, trois plats, trois desserts — évolue **au fil des saisons et des arrivages**. Les produits locaux y sont à l'honneur : viandes et fromages des vallées, légumes de producteurs voisins. Dans la salle baignée de lumière ou sur la terrasse, on savoure la vue imprenable sur les sommets du Parc national des Écrins.

→ aubergesaintantoine.fr

Le Traiteur de la Vallouise

Situé à l'entrée du village, le Traiteur de la Vallouise propose une cuisine maison, généreuse et évolutive, idéale à emporter ou à savourer sur place selon les saisons. À cela s'ajoute une épicerie fine bien garnie : charcuteries, fromages, confitures, miels, liqueurs locales... parfait pour prolonger l'expérience gourmande à la maison. Le tout dans un **esprit de proximité et de finesse** apprécié des habitants comme des visiteurs.

→ traiteurdelavallouise.fr

NOUVEAUTÉ !

Le Chalet du Lac – Le spot de l'été... et désormais de l'hiver !

Lieu incontournable des beaux jours à La Roche-de-Rame, le Chalet du Lac franchit une nouvelle étape : il ouvrira désormais ses portes toute l'année. Pour la première fois, on pourra **profiter de sa terrasse** et de son ambiance unique même en hiver. Et le samedi soir, place à la fête : ça danse chaque semaine au bord de l'eau, face aux montagnes.

 facebook.com/chaletdulac05/



Les Élixirs d'Isabelle Saveurs d'altitude

À 1 100 m d'altitude, dans la vallée de Freissinières, Isabelle cultive et transforme ses plantes avec le même soin qu'on accorde à une recette héritée des anciens. Hysope, sureau, tanaisie, verveine citronnée, mélèze ou arquebuse... chacune trouve sa place dans des **apéritifs et liqueurs façonnés à partir de ses propres récoltes**, selon un savoir-faire artisanal rare et respectueux du territoire. En hiver, ses créations se dégustent au coin du feu ou s'invitent sur les tables de fêtes, offrant un voyage sensoriel aux saveurs de montagne.

→ leselixirsdisabelle.fr

NOUVEAUTÉ !

Des soirées BBQ au fumoir

L'Hôtel-Restaurant Les 5 Saisons innove et crée l'événement en lançant ses soirées BBQ. La spécificité ? Une cuisson au fumoir qui sublime viandes et préparations. Dans ce cadre préservé, perché sur les hauteurs de Freissinières, chaque rendez-vous devient un moment de convivialité et de partage, où l'on savoure autant le panorama que l'assiette.

LES TEMPS FORTS DE L'HIVER DANS LES ÉCRINS

NOUVEAUTÉ !

Pelvoo Village, un air de fête foraine dans les Écrins

DU 20 DÉCEMBRE 2025

AU 22 MARS 2026

Événement incontournable de Pelvoux-Vallouise, Pelvoo Village fête sa **13^e saison** en se transformant en véritable **fête foraine** de montagne. Jeux, animations et décor sculpté dans la glace pour un rendez-vous magique.

→ igloopelvoo.com

Animations de Noël et du Nouvel An

LES 24 ET 31 DÉCEMBRE

Pelvoux-Vallouise et Puy Saint Vincent s'illuminent aux couleurs des fêtes. Au programme : Père Noël, descentes aux flambeaux, feux d'artifice, spectacles et ambiance féeriques.

→ www.paysdesecrins.com/grands-evenements-du-pays-des-ecrins/festivites-de-noel-et-du-jour-de-lan/ (programme à venir)

Les Foulées Givrées

29 DÉCEMBRE 2025

À 18h30, L'Argentière-La-Bessée donne le coup d'envoi de ce trail nocturne festif, ouvert à tous. Au programme : parcours de 3 km ou 8 km, déguisements, rires et esprit convivial partagé entre coureurs aguerris, marcheurs et jeunes débutants.

→ trailhautedurance.fr/accueil-foulees-givrees

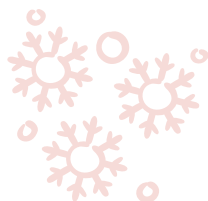
Vallouise Nordic Day

18 JANVIER 2026

Une journée entièrement dédiée au ski nordique et aux glisses douces au chalet nordique de Vallouise. **Au programme** : initiations au ski de fond skating et classique, biathlon adultes et laser enfants, raquettes, vol biplace (payant), jeux à skis, jeux en bois et petite restauration.

f Nordic en Vallouise

→ www.paysdesecrins.com/fiche/vallouise-nordic-day/



L'événement signature : L'ICE CLIMBING ÉCRINS 2026

22 AU 25 JANVIER 2026

Chaque hiver, les cascades glacées du Pays des Écrins deviennent le théâtre d'un rendez-vous unique au monde. L'Ice Climbing Écrins, organisé à L'Argentière-la-Bessée, est devenu une référence pour les amateurs comme les professionnels d'escalade sur glace. Durant quatre jours, l'Ice Climbing Écrins réunit les meilleurs grimpeurs internationaux, des passionnés venus relever de nouveaux défis et un large public curieux de découvrir cette discipline spectaculaire et pourtant accessible. Initiations, compétitions, ateliers et moments festifs se succèdent dans une ambiance unique, où le sport de haut niveau se mêle aux valeurs de l'alpinisme : entraide et humour. En 2025, l'événement a rassemblé près de 500 participants par jour. Plus qu'un rendez-vous international, l'ICE incarne l'ADN du Pays des Écrins.

→ ice-climbing-ecrins.com

NOUVEAUTÉ !

Testi'vol

7-8 MARS 2026

Rendez-vous aérien haut en couleur, il rassemble passionnés et curieux autour du parapente et autres disciplines de vol libre. Démonstrations, village de marques, baptêmes et animations font de cet événement un moment unique pour admirer les Écrins depuis le ciel.

→ www.paysdesecrins.com/fiche/le-testi-vol-de-pelvoux/



Grands rendez-vous sportifs

Les Écrins accueilleront également de prestigieuses compétitions internationales : épreuves **FIS** (6-9 décembre 2025), **Coupe d'Europe de snowboard** (30 janvier-1^{er} février 2026) et **Coupe du Monde de ski alpinisme** (22-29 mars 2026). Des événements qui font vibrer le territoire au rythme du sport de haut niveau.

→ paysdesecrins.com



CONTACTS PRESSE

OFFICE DE TOURISME
DU PAYS DES ÉCRINS

Cynthia REZGUI

cynthia.rezgui@paysdesecrins.com

04 92 23 35 61

AGENCE PLRP

Marie HAUTDECOEUR

marie@plrp.fr

06 59 01 15 59

Crédits photos : Marie LACHAUD

Thibaut BLAIS - Rogier VAN RIJN

Kinaphoto - Blandine REYNAUD

Mise en page : Sabine Troisvallets

ACCÈS VERS LE PAYS DES ÉCRINS

PAR LE TRAIN

Paris > Briançon > Puy Saint Vincent (*Train de nuit + Navette*)

Marseille > Briançon > Puy Saint Vincent (*TER + navette*)

Grenoble > Briançon > Puy Saint Vincent (*Train + Navette*)

PAR LA ROUTE :

En venant du Nord : Autoroute A48 jusqu'à Grenoble

> Col du Lautaret (RN91) > Briançon > Saint-Martin-de-Queyrières

Par l'Italie : Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus

> Col de Montgenèvre > Briançon > Saint-Martin-de-Queyrières

En venant du Sud : Autoroute A51 jusqu'à La Saulce > Briançon (RN 94) > La Roche-de-Rame

PAR AVION :

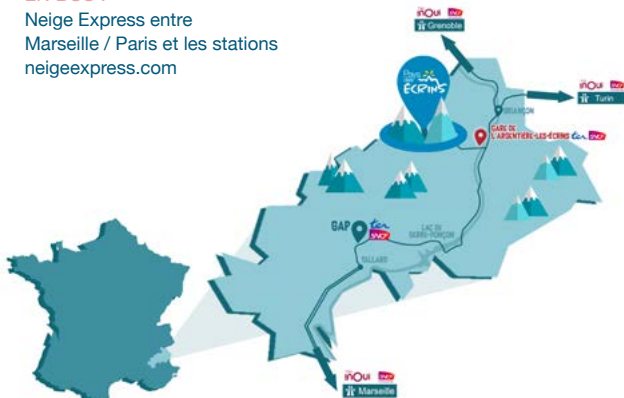
Marseille : 250 km / Turin : 140 km

EN BUS :

Neige Express entre

Marseille / Paris et les stations

neigeexpress.com



Pays
des
ÉCRINS

www.paysdesecrins.com

