

# PROGRAMME DES ANIMATIONS

ENTERTAINMENT PROGRAM



4

DU 17 JANVIER  
AU 30 JANVIER

FROM 17<sup>TH</sup> JANUARY TO 30<sup>TH</sup> JANUARY

les 3 vallées.

INFINITE  
MOUNTAIN  
EXPERIENCE



BE MY GUEST-MARTIN  
LES 3 VALLÉES



friendlyMenures  
LES 3 VALLÉES

HIVER WINTER 25 - 26





## AU SOMMET DE LA MYTHIQUE POINTE DE LA MASSE



Intérieur feutré et chaleureux,  
déco magnifique.  
Cuisine raffinée mélangeant plats  
parfumés à la truffe et spécialités  
régionales subtilement préparés  
par le Chef Jean-Noël ROUX MOLLARD.

Terrasse spectaculaire  
et vue panoramique  
**à 2 800 m d'altitude !**

Accès piétons en **8 minutes**  
depuis la station des Menuires

📍 Sommet Télécabine

de la Pointe de la Masse  
Les Menuires

📞 +33 (0)6 11 74 58 05

👉 [le2800.com](http://le2800.com)

✉ [contact@le2800.com](mailto:contact@le2800.com)

➡ [le2800restaurant](https://www.facebook.com/le2800restaurant)

➡ [@le2800restaurant](https://www.instagram.com/le2800restaurant)

# SOMMAIRE

SUMMARY

- 5 Offices de Tourisme**  
*Tourist Offices*
- 6 Animations**  
*Entertainment*
- 18 La Belle Vie**  
*La Belle Vie*
- 20 Le Break des Menuires**  
*Le Break des Menuires*
- 22 La Bulle des Bruyères**  
*La Bulle des Bruyères*
- 25 Cinéma Les Flocons**  
*Cinema*
- 26 Navettes gratuites**  
*Free Shuttles*



En 2022, la Vallée des Belleville a obtenu le label Flocon Vert, en reconnaissance de son engagement dans des pratiques durables à 360° avec plus de 42 indicateurs évalués (gouvernance et résilience, économie durable, dynamiques sociales et culturelles, gestion des ressources). Label en cours de renouvellement.

*In 2022, the Vallée des Belleville was awarded the Flocon Vert label, in recognition of its commitment to sustainable practices in the mountain tourism sector.*



En cours d'obtention : Afin de mieux recevoir la clientèle et améliorer la qualité de nos prestations, l'Office de Tourisme des Menuires et Saint-Martin-de-Belleville s'engage à respecter des critères de Destination d'Excellence.

*In progress: In order to better receive customers and improve the quality of our services, the Tourist Office of Les Menuires and Saint-Martin-de-Belleville is committed to respecting the criteria of Destination of Excellence.*

## NOS PARTENAIRES

**SALOMON**



Photographies : Vincent Lottenberg,  
Office de Tourisme des Menuires / Saint-Martin.  
Impression : Multis



UNE DÉLICIEUSE CUISINE BISTRONOMIQUE  
AU CŒUR DE SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE  
DELICIOUS GOURMET CUISINE IN THE HEART  
OF SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

## CASIERS À LOUER

LOCATION À LA SEMAINE  
OU SAISONNIÈRE



## LOCKERS FOR RENT

WEEKLY OR SEASONAL  
RENTAL

INFOS, TARIFS ET RÉSERVATION À LA RÉCEPTION DU LODJI | INFO, RATES, AND BOOKING AT THE LODJI RECEPTION



RUE NOTRE DAME 118, 73440 LES BELLEVILLE +33 4 79 08 92 82 | [WWW.LODJI.FR](http://WWW.LODJI.FR) | [RESERVATION@LODJI.FR](mailto:RESERVATION@LODJI.FR)



# OFFICES DE TOURISME

TOURISTS OFFICES

L'Office de Tourisme des Menuires et de Saint-Martin-de-Belleville vous propose un accueil personnalisé et des conseils adaptés à vos envies et vos besoins.

Vos experts en séjour vous accueillent en français, anglais, allemand, néerlandais, russe, espagnol et italien...

*The Tourist Office of Les Menuires & Saint-Martin-de-Belleville welcomes you with bespoke services and advice that really satisfies your needs and wishes. Your holiday experts speak several languages, including French, English, German, Dutch, Russian, Spanish and Italian...*

## LES MENUIRES

**i** +33 4 79 00 73 00  
[lesmenuires.com](http://lesmenuires.com)

## La Croisette

**⌚** Tous les jours, 8h45-19h  
Daily, 8.45am-7pm

## Les Bruyères

**⌚** Dimanche au vendredi : 9h-12h et 15h-19h  
Samedi : 9h-13h et 14h-19h  
Sunday-Friday: 9am-12pm & 3pm-7pm  
Saturday: 9am-1pm & 2pm-7pm

## SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE

**i** +33 4 79 00 20 00  
[st-martin-belleville.com](http://st-martin-belleville.com)

## Maison du Tourisme

**⌚** Dimanche au vendredi : 9h-12h et 14h-18h30  
Samedi : 9h-18h30  
Sunday-Friday: 9am-12pm & 2pm-6.30pm  
Saturday: 9am-6.30pm

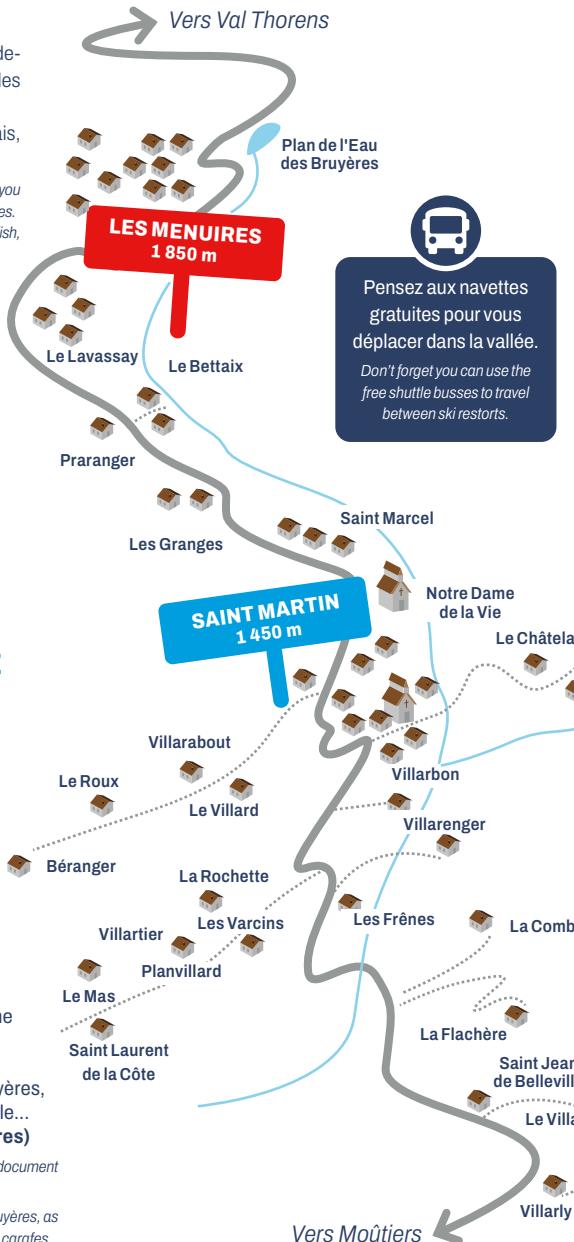
### Nos services sont :

- ▶ **Internet** : connexions gratuites ou payantes (Hippocketwifi),
- ▶ **Photocopies**, scan de documents,
- ▶ **Réservations d'activités** listées dans le programme d'animations,
- ▶ **Objets** perdus et trouvés,
- ▶ **Prêts de livres et de jeux** à La Croisette et aux Bruyères,
- ▶ **Ventes** : jeux de 7 familles, carafes Eau des Belleville...
- ▶ **Point de ralliement – Enfants perdus (Les Menuires)**

*Services : free and paid Internet access (Hippocketwifi), photocopying, document scanning, activity and entertainment bookings listed in the programme.*

*Lost and found items, book and game loans at La Croisette and Les Bruyères, as well as the sale of "Happy Families" card games and Eau des Belleville carafes.*

*Meeting point – Lost children (Les Menuires)*



# ANIMATIONS

ENTERTAINMENTS



**SUR LES PISTES  
EN STATION  
DANS LES VILLAGES**

## SUR LES PISTES

### L'Antigel

RESTAURANT D'ALTITUDE

- ▶ Mercredi dès 14h  
*Wednesday from 2pm*

### Chalet du Sunny

RESTAURANT D'ALTITUDE

- ▶ Tous les jours,  
de 14h à 16h30  
*Every day, from 2pm to 4.30pm*

### Roc Seven

RESTAURANT D'ALTITUDE

- ▶ Tous les jours dès 14h  
*Every day, from 2pm*

## SAINT-MARTIN

### L'Art B

BAR / RESTAURANT

- ▶ Mardi et jeudi  
de 17h30 à 19h30  
*Tuesday and Thursday,  
from 5.30pm to 7.30pm*

### Le Grenier

HÔTEL

- ▶ Tous les jours  
de 15h30 à 17h30  
*Everyday from 3.30pm to 5.30pm*

### Pourquoi Pas

BAR / PUB

- ▶ Dimanche dès 19h30  
*Sunday from 7.30pm*
- ▶ Mardi (soirée quiz) dès 19h  
*Tuesday (Quiz evening) from 7pm*
- ▶ Jeudi dès 19h30  
*Thursday from 7.30pm*

## LES MENURIES

### LA CROISETTE

### Belambra Neige et Ciel

HÔTEL

- ▶ Mardi de 18h30 à 19h  
et de 20h30 à 22h  
*Tuesday, from 6.30pm to 7pm  
and from 8.30pm to 10pm*

### PREYERAND

### La Table des Marmottes

RESTAURANT

- ▶ Mercredi (Karaoké)  
de 19h à 23h  
*Wednesday, from 7pm to 11pm*

### LES BRUYÈRES

### Belambra

HÔTEL

- ▶ Mercredi de 18h30 à 19h  
et de 20h30 à 22h  
*Wednesday, from 6.30pm to 7pm  
and from 8.30pm to 10pm*

### La Marmite

RESTAURANT

- ▶ Lundi et mercredi  
de 21h à 23h  
*Monday and Wednesday,  
from 9pm to 11pm*

### REBERTY

### Chalet Hôtel Kaya

HÔTEL, RESTAURANT, BAR

- ▶ Jeudi de 17h30 à 19h30  
*Thursday, from 5.30pm to 7.30pm*

## SAMEDI 17 JANVIER

SATURDAY, JANUARY 17<sup>TH</sup>

### LES MENUIRES ⌚ 10h - 19h

**EXPÉRIENCE EN SALLE DE RÉALITÉ VIRTUELLE / HAPPY SAMEDI 10 % DE RÉDUCTION**  
*VIRTUAL REALITY ROOM EXPERIENCE  
 HAPPY SATURDAY: 10% DISCOUNT*

 Réservation Booking  
[vrstudio1850.com](http://vrstudio1850.com)

 VR Studio  
 La Croisette

### LES MENUIRES ⌚ 17h30

**COURS DE POLE DANCE**  
*POLE DANCING CLASSES*

D'autres créneaux sont disponibles : jours et horaires sur demande.

*Other time slots are available: days and times on request.*

 **30€ / personne (2 pers.max / cours)**  
*€30 / pers. (2 pers.max / lesson)*

 Réservation Booking  
 +33 6 73 05 14 31

 Hôtel L'Ours Blanc  
*L'Ours Blanc Hotel*

## DIMANCHE 18 JANVIER

SUNDAY, JANUARY 18<sup>TH</sup>

### SAINT-MARTIN ⌚ 10h30

**MESSE**  
*MASS*

 Eglise  
 Church

### LES MENUIRES ⌚ 18h

**MESSE**  
*MASS*

 Espace Maurice Romanet  
*M. Romanet Hall*

### LES MENUIRES ⌚ 18h

**PILATES**  
*PILATES*

### LES MENUIRES ⌚ 19h

**MOBILITÉ ET ASSOUPLISSEMENTS**  
*MOBILITY AND FLEXIBILITY*

 **30€ / personne**  
*€30 / pers.*

 Réservation Booking  
 +33 7 69 52 02 40

 Hôtel L'Ours Blanc  
*L'Ours Blanc Hotel*

## LUNDI 19 JANVIER

MONDAY, JANUARY 19<sup>TH</sup>

### SAINT-MARTIN ⌚ 18h

**RENDEZ-VOUS MUSICAUX**  
*SILENZIO D'AMURI CONCERT*

Concert « Silenzio d'Amuri » par le consort musical de Claire Duchâteau. Un voyage poétique mêlant harpe, luth, guitare, flûtes et chant, autour des sonorités anciennes et traditionnelles revisitées avec douceur et émotion.

*«Silenzio d'Amuri» concert by Claire Duchâteau's musical consort. A poetic journey combining harp, lute, guitar, flutes and song, around ancient and traditional sounds revisited with gentleness and emotion.*

 Eglise  
 Church



### SAINT-MARTIN ⌚ 18h15

**YOGA AVEC KATE**  
*YOGA WITH KATE*

 **16€ / personne**  
*€16 / pers.*

 Réservation Booking  
 +33 7 78 24 59 65

 Salle des fêtes  
*Village hall*

# ANIMATIONS

ENTERTAINMENTS

## MARDI 20 JANVIER

TUESDAY, JANUARY 20<sup>TH</sup>

### LES MENURIES 15h

#### RENCONTRE AVEC UN PISTEUR MEETING WITH A TRACKER

Entrez dans l'univers des secours en montagne avec la Montagnette Immersive, une expérience gratuite et familiale aux Menuires. Pendant 2 heures, échangez avec un pisteur-sauveteur : témoignages, explications concrètes, bons réflexes et découverte du métier (secours, dégivrage, avalanches), le tout dans une structure immersive avec écran 180°. Pour les plus curieux, prolongez l'expérience en participant à la fermeture des pistes aux côtés des pisteurs et découvrez l'envers du décor.

*Enter the world of mountain rescue with Montagnette Immersive, a free, family-friendly experience in Les Menuires.*

*For two hours, chat with a ski patroller and rescue worker: hear their stories, get practical explanations, learn the right reflexes and discover the job (rescue, grooming, avalanches), all in an immersive structure with a 180° screen. For the more curious among you, extend the experience by taking part in closing the slopes alongside the ski patrollers and discover what goes on behind the scenes.*

 **Dès 12 ans**  
From 12 y.o.

 **Inscription Registration**  
Office de Tourisme / +33 4 79 00 79 00

 **La Croisette**  
Sommet  **Menuires**

### LES MENURIES 17h - 19h

#### CRAZY AFTER SKI CRAZY AFTER SKI

Foot en réalité virtuelle (FPV), show de sculpture sur glace et ateliers Fort Boyard pour les plus petits : de quoi mêler fun, défi et créativité !

Si vous apportez votre verre, un chocolat chaud vous sera offert.

*Virtual reality football (FPV), ice sculpture show and Fort Boyard workshops for the little ones: a great mix of fun, challenge and creativity! If you bring your own glass, a hot chocolate will be provided.*

 **Les Bruyères**  
Les Bruyères

### LES MENURIES 18h

#### DÉCOUVERTE D'UN ALPAGE À LA LUEUR D'UN FLAMBEAU DISCOVERING AN ALPINE PASTURE BY TORCHLIGHT

 **10 - 13 ans : 10€ / + 13 ans : 18€**  
10-13 y.o.: €10 / + 13 y.o.: €18

 **Réservation Booking**  
billetweb.fr/pro/chezpepenicolas

 **Restaurant Chez Pépé Nicolas**  
Entre Les Menuires et Val Thorens

## DU LUNDI AU VENDREDI

### SAINT-MARCEL 10h - 12h30 et 14h - 16h30

#### BALADE EN TRAÎNEAU À CHIENS DOG SLED RIDE

 **La balade dure environ 20 à 25 minutes**  
*The trip lasts roughly 20 to 25 minutes*

 **Réservation Booking**  
[chien-traineau-menuires.com](http://chien-traineau-menuires.com)

 **2 personnes : 100 €**  
*2 people: €100*

**2 adultes + 1 enfant (-12 ans) : 130 €**  
*2 adults + 1 child (under 12): €130*

**2 adultes + 2 enfants (-12 ans) : 150 €**  
*2 adults + 2 children (under 12): €150*

**Pour les moins de 3 ans**  
*Free for children under 3*



## MERCREDI 21 JANVIER

WEDNESDAY, JANUARY 21<sup>ST</sup>

### LES MENURIES 8h

#### FIRST TRACK

Descente à l'aube sur pistes fraîchement damées, encadrée par des professionnels, suivie d'un petit-déjeuner au sommet avec vue panoramique.  
*Dawn descent on freshly groomed slopes, supervised by professionals, followed by breakfast at the summit with panoramic views.*

Tarif unique : 35€  
*One price: €35*

Inscription obligatoire le mardi avant 12h:  
points de vente ou sur [skipass-lesmenuires.com](http://skipass-lesmenuires.com)  
*Booking required by Tuesday, 12pm:  
skipass office or online [skipass-lesmenuires.com](http://skipass-lesmenuires.com)*

Niveau de ski demandé : 3<sup>e</sup> étoile ou Classe 2 + de 8 ans et accompagné par un adulte pour les mineurs

*Minimum level of skiing required: 3rd star or class 2 + 8.y.o. and accompanied by an adult for minors*

**Forfait de ski en cours de validité obligatoire**  
*Valid ski pass required*

**Places limitées**

*Limited places*

**Sous réserve de conditions météo favorables**  
*Subject to favorable weather conditions*

Pointe de la Masse  
Accès via Pointe de la Masse

### SAINT-MARTIN 10h

#### CANI-RANDO

##### DOG HIKING

Dès 7 ans

*From 7 y.o.*

55€ / personne | -13 ans : 40€  
*€55/pers. | -13y.o.: €40*

Réservation Booking

Rêve nordique : +33 6 75 41 74 94

Départ Parking du Cochet  
*Starting point: Cochet car park*

### LES MENURIES 11h et 16h30

## LES JEUX DU BOUKTY

*BOUKTY'S GAMES*

Le «Boukty Snow Camp» s'anime pour les plus petits !  
*Boukty Snow Camp comes to life for the little ones!*

De 3 à 6 ans  
*From 3 to 6 y.o.*

Espace Boukty Snow Camp, La Croisette  
*Boukty Snow Camp area, La Croisette*

### LES MENURIES 17h - 19h

#### CONSTRUCTION D'IGLOO\*

##### IGLOO CONSTRUCTION\*

*'Sous réserve d'enneigement suffisant / Subject to the snow conditions*

45€ / enfant (5 - 13 ans)  
*€45 / child (5 - 13 y.o.)*

Réservation Booking  
[locationlesmenuires.com](http://locationlesmenuires.com)

Audacius  
*La Croisette*

### LES MENURIES 18h - 19h15

#### DÉCOUVERTE D'UN ALPAGE

#### À LA LUEUR D'UN FLAMBEAU

*DISCOVERING AN ALPINE PASTURE  
BY TORCHLIGHT*

10 - 13 ans : 10€ / + 13 ans : 18€  
*10 - 13y.o.: €10 / + 13 y.o.: €18*

Réservation Booking  
[billetweb.fr/pro/chezpepenicolas](http://billetweb.fr/pro/chezpepenicolas)

Restaurant Chez Pépé Nicolas  
*Entre Les Menuires et Val Thorens*

### LES MENURIES 18h

#### PILATES

##### PILATES

30€ / personne  
*€30 / pers.*

Réservation Booking  
+33 7 69 52 02 40

Hôtel L'Ours Blanc  
*L'Ours Blanc Hotel*

### LES MENURIES 19h

#### MOBILITÉ ET ASSOUPISSEMENTS

*MOBILITY AND FLEXIBILITY*

30€ / personne  
*€30 / pers.*

Réservation Booking  
+33 7 69 52 02 40

Hôtel L'Ours Blanc  
*L'Ours Blanc Hotel*

# ANIMATIONS

ENTERTAINMENTS



## LES 3 VALLÉES À PORTÉE DE MAIN LAISSEZ-VOUS GUIDER

LES 3 VALLÉES WITHIN REACH  
LET US GUIDE YOU



Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play

### JEUDI 22 JANVIER

THURSDAY, JANUARY 22<sup>nd</sup>

#### LES MENUIRES 11h

#### VISITE DE LA SALLE DES MACHINES

VISIT OF THE MACHINE ROOM

Découvrez les coulisses de la télécabine Pointe de La Masse : motorisation, accélération, embrayage, cabine, pylône... Dans une salle ouverte et ludique au sommet de la remontée, une maquette LEGO ravira petits et grands.

*Discover the inner workings of the Pointe de La Masse cable car: motorization, acceleration, clutch, cabin, pylon... In an open and playful room at the top of the lift, a LEGO model will delight young and old.*

Offert avec tous les forfaits permettant d'emprunter la télécabine Pointe de La Masse  
*Included with all passes allowing access to the Pointe de La Masse gondola*

Pointe de la Masse  
Accès via Pointe de la Masse

#### LES MENUIRES 14h30

#### LES SECRETS ET LES SAVEURS DU MIEL À MELLIFERA

THE SECRETS AND FLAVORS OF HONEY IN MELLIFERA

Accompagnés par Kelly, découvrez le monde fascinant des abeilles.

*Join Kelly as she explores the fascinating world of bees.*

Dès 5 ans  
*From 5 y.o.*  
 8€ / personne | -18 ans : 5€  
*€8/pers. | -18y.o.: €5*  
 Inscription obligatoire  
auprès de l'Office de Tourisme  
*Register at the Tourist Office*  
 Mellifera  
Plan de l'Eau des Bruyères

#### LES MENUIRES 15h

#### RENCONTRE AVEC UN PISTEUR MEETING WITH A TRACKER

Entrez dans l'univers des secours en montagne avec la Montagnette Immersive, une expérience gratuite et familiale aux Menuires. Pendant 2 heures, échangez avec un pisteur-sauveteur : témoignages, explications concrètes, bons réflexes et découverte du métier (secours, dégâts, avalanches), le tout dans une structure immersive avec écran 180°. Pour les plus curieux, prolongez l'expérience en participant à la fermeture des pistes aux côtés des pisteurs et découvrez l'envers du décor.

*Enter the world of mountain rescue with Montagnette Immersive, a free, family-friendly experience in Les Menuires.*

*For two hours, chat with a ski patroller and rescue worker: hear their stories, get practical explanations, learn the right reflexes and discover the job (rescue, grooming, avalanches), all in an immersive structure with a 180° screen. For the more curious among you, extend the experience by taking part in closing the slopes alongside the ski patrollers and discover what goes on behind the scenes.*

Dès 12 ans  
*From 12 y.o.*

Inscription Registration  
Office de Tourisme / +33 4 79 00 79 00

La Croisette  
Sommet Menuires

#### SAINTE-MARIE 17h30

#### RAQUETTES, DÎNER EN ALTITUDE ET DESCENTE AUX FLAMBEAUX

SNOWSHOEING, DINNER AT ALTITUDE AND TORCHLIGHT DESCENT

-10 ans : 25€  
+10 ans : à partir de 50€ (hors boissons)  
*-10y.o.: €25  
+10 y.o.: from €50 (excluding drinks)*

Réservation Booking  
restaurantlaloy.fr

Restaurant La Loy

**LES MENUIRES**  18h - 19h30

**EXPÉRIENCE CAVE**

**CAVE EXPERIENCE**

Immersion dans la cave à fromage. Découverte de l'histoire du chalet et de l'alpage racontée par Valentin, paysan des Belleville, passionné par le monde agricole et le savoir-faire traditionnel.

*Immersion in the cheese cellar. Discover the history of the chalet and the alpine pasture as told by Valentin, a farmer from Belleville, passionate about the agricultural world and traditional know-how.*

 **Dès 16 ans**  
From 16 y.o.

**6 personnes max. / Tenue chaude conseillée**  
Max. 6 pers. / Warm clothing recommended

 **50€ / personne**  
€50/pers.

 **Réservation Booking**  
[billetweb.fr/pro/chezpepenicolas](http://billetweb.fr/pro/chezpepenicolas)

 **Restaurant Chez Pépé Nicolas**  
Entre Les Menuires et Val Thorens



**LES MENUIRES**  **Dès 18h**

**THURSDAY NIGHT SHOW**

**THURSDAY NIGHT SHOW**

Venez danser sur du rock'n'roll avec le groupe Cachemire ! Terminez la nuit en beauté avec un feu d'artifice grandiose. Si vous apportez votre verre, un chocolat chaud vous sera offert.

*Be dazzled by a captivating fire show from the Farandole company, followed by a dazzling fireworks display. A magical moment to share for young and old alike. If you bring your own glass, a hot chocolate will be provided.*

 **La Croisette**  
La Croisette



**SAINT-MARTIN**  18h30 - 20h

**VISITE GUIDÉE NOCTURNE**

**AUX FLAMBEAUX :  
IL ÉTAIT UNE FOIS SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**

**TORCHLIGHT GUIDED NIGHT TOUR: ONCE UPON A TIME IN SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**

Plongez dans l'histoire de Saint-Martin-de-Belleville lors d'une visite guidée à la lueur des flambeaux. Parcourez les ruelles du village, découvrez son riche passé agropastoral et terminez au musée, où objets et saveurs d'antan vous attendent. La visite se clôt par une dégustation de Beaufort et de vin de Savoie, avec sirop pour les enfants.

*Immerse yourself in the history of Saint-Martin-de-Belleville on a torchlit guided tour. Stroll through the village's narrow streets, discover its rich agricultural and pastoral past, and end at the museum, where artifacts and flavors of yesteryear await. The tour concludes with a tasting of Beaufort cheese and Savoy wine, with syrup for the children. In French only.*

 **Dès 8 ans**  
From 8y.o.

**8€ / personne | -18 ans : 5€**  
€8/pers. | -18y.o.: €5

 **Inscription obligatoire auprès de l'Office de Tourisme, au plus tard le jour même avant 12h**  
*Register at the Tourist Office by 12 pm on the day*

 **RDV à la Maison du Tourisme**  
*Meeting point: Tourist Office*

# ANIMATIONS

## ENTERTAINMENTS

### SAMEDI 24 JANVIER

SATURDAY, JANUARY 24<sup>TH</sup>

#### LES MENURIES 10h - 19h

##### EXPÉRIENCE EN SALLE DE RÉALITÉ VIRTUELLE / HAPPY SAMEDI

10% DE RÉDUCTION

VIRTUAL REALITY ROOM EXPERIENCE  
HAPPY SATURDAY: 10% DISCOUNT

 Réservation Booking  
vrstudio1850.com

 VR Studio  
La Croisette

#### LES MENURIES 17h30

##### COURS DE POLE DANCE POLE DANCING CLASSES

D'autres créneaux sont disponibles : jours et horaires sur demande.

Other time slots are available: days and times on request.

 30€ / personne (2 pers.max / cours)  
€30 / pers. (2 pers.max / lesson)

 Réservation Booking  
+33 6 73 05 14 31

 Hôtel L'Ours Blanc  
L'Ours Blanc Hotel

### DIMANCHE 25 JANVIER

SUNDAY, JANUARY 25<sup>TH</sup>

#### SAINT-MARTIN 10h30

##### MESSE MASS

 Eglise  
Church

#### LES MENURIES 18h

##### MESSE MASS

 Espace Maurice Romanet  
M. Romanet Hall

#### LES MENURIES 18h

##### PILATES PILATES

#### LES MENURIES 19h

##### MOBILITÉ ET ASSOUPLISSEMENTS MOBILITY AND FLEXIBILITY

 30€ / personne  
€30 / pers.

 Réservation Booking  
+33 7 69 52 02 40

 Hôtel L'Ours Blanc  
L'Ours Blanc Hotel

### LUNDI 26 JANVIER

MONDAY, JANUARY 26<sup>TH</sup>

#### LES MENURIES 18h - 19h15

##### CONCERT DES BELLEVILLE MUSIQUES TURQUES CONCERT

Les musiciens de Fatum Fatras sont des explorateurs sonores, cherchant constamment à innover. Ils puisent aussi leur inspiration auprès de groupes actuels comme Altin Gün, Omar Souleyman et Sarab, enrichissant leur répertoire d'influences contemporaines.

*The musicians of Fatum Fatras are sound explorers, constantly seeking to innovate. They also draw inspiration from contemporary groups such as Altin Gün, Omar Souleyman and Sarab, enriching their repertoire with contemporary influences.*

 Espace Maurice Romanet  
M. Romanet Hall



#### SAINT-MARTIN 18h15

##### YOGA AVEC KATE YOGA WITH KATE

 16€ / personne  
€16 / pers.

 Réservation Booking  
+33 7 78 24 59 65

 Salle des fêtes  
Village hall

## MARDI 27 JANVIER

TUESDAY, JANUARY 27<sup>TH</sup>

### LES MENUIRES 15h

#### RENCONTRE AVEC UN PISTEUR MEETING WITH A TRACKER

Entrez dans l'univers des secours en montagne avec la Montagnette Immersive, une expérience gratuite et familiale aux Menuires. Pendant 2 heures, échangez avec un pisteur-sauveteur : témoignages, explications concrètes, bons réflexes et découverte du métier (secours, dégâts, avalanches), le tout dans une structure immersive avec écran 180°. Pour les plus curieux, prolongez l'expérience en participant à la fermeture des pistes aux côtés des pisteurs et découvrez l'envers du décor.

*Enter the world of mountain rescue with Montagnette Immersive, a free, family-friendly experience in Les Menuires.*

*For two hours, chat with a ski patroller and rescue worker: hear their stories, get practical explanations, learn the right reflexes and discover the job (rescue, grooming, avalanches), all in an immersive structure with a 180° screen. For the more curious among you, extend the experience by taking part in closing the slopes alongside the ski patrollers and discover what goes on behind the scenes.*

 **Dès 12 ans**  
From 12 y.o.

 **Inscription Registration**  
Office de Tourisme / +33 4 79 00 79 00

 **La Croisette**  
Sommet  **Menuires**



### LES MENUIRES 17h - 19h

#### CRAZY AFTER SKI CRAZY AFTER SKI

Au programme : puissance 4 géant version basketball, nija interactif, show de VTT Trial par un ancien champion du monde et chasse au trésor glacé pour les plus petits.

Si vous apportez votre verre, un chocolat chaud vous sera offert.

*On the programme: Connect 4 giant basketball version, interactive ninja, mountain bike trial show by a former world champion and ice treasure hunt for the little ones. If you bring your own glass, a hot chocolate will be provided.*

 **La Croisette**  
La Croisette

### LES MENUIRES 18h

#### DÉCOUVERTE D'UN ALPAGE À LA LUEUR D'UN FLAMBEAU DISCOVERING AN ALPINE PASTURE BY TORCHLIGHT

 **10 - 13 ans : 10€ / + 13 ans : 18€**  
10-13 y.o.: €10 / + 13 y.o.: €18

 **Réservation Booking**  
[billetweb.fr/pro/chezpepenicolas](http://billetweb.fr/pro/chezpepenicolas)

 **Restaurant Chez Pépé Nicolas**  
Entre Les Menuires et Val Thorens



# REFUGE DU LAC DU LOU



Le refuge a une capacité de 25 places en demi pension. Pour de belles soirées en plein cœur de la montagne.



Notre restaurant vous accueille les midis et les soirs sur réservation (fermé le lundi). Cuisine de montagne bio et/ou locale.



Vous pouvez nous rejoindre en raquettes par le sentier balisé n°18 ou en skis via les hors pistes\* de la Cime Caron, Boismint et la Pointe de la Masse.

\*Le ski en dehors des pistes n'est ni balisé ni sécurisé, il se fait sous votre propre responsabilité, nous vous conseillons d'être accompagné d'un professionnel de la montagne.

## MERCREDI 28 JANVIER

WEDNESDAY, JANUARY 28<sup>TH</sup>

### LES MENURIES 8h

#### FIRST TRACK

Descente à l'aube sur pistes fraîchement damées, encadrée par des professionnels, suivie d'un petit-déjeuner au sommet avec vue panoramique.  
*Dawn descent on freshly groomed slopes, supervised by professionals, followed by breakfast at the summit with panoramic views.*

**€ Tarif unique : 35€**

*One price: €35*

**📍 Inscription obligatoire le mardi avant 12h: points de vente ou sur skipass-lesmenuires.com**  
*Booking required by Tuesday, 12pm:  
 skipass office or online skipass-lesmenuires.com*

**📍 Niveau de ski demandé : 3<sup>e</sup> étoile ou Classe 2 + de 8 ans et accompagné par un adulte pour les mineurs**

*Minimum level of skiing required: 3rd star or class 2 + 8.y.o. and accompanied by an adult for minors*

**Forfait de ski en cours de validité obligatoire**  
*Valid ski pass required*

**Places limitées**

*Limited places*

**Sous réserve de conditions météo favorables**

*Subject to favorable weather conditions*

**📍 Pointe de la Masse**

**Accès via 🚚 Pointe de la Masse**

### SAINT-MARTIN 10h

#### CANI-RANDO DOG HIKING

Voir détails au mercredi 7 janvier  
*Refer to Wednesday, January 7<sup>th</sup>*

### LES MENURIES 11h et 16h30

#### LES JEUX DU BOUKTY BOUKTY'S GAMES

Le «Boukty Snow Camp» s'anime pour les plus petits !  
*Boukty Snow Camp comes to life for the little ones!*

**📍 De 3 à 6 ans**

*From 3 to 6 y.o.*

**📍 Espace Boukty Snow Camp, La Croisette**  
*Boukty Snow Camp area, La Croisette*

### LES MENURIES 17h - 19h

#### CONSTRUCTION D'IGLOO\* IGLOO CONSTRUCTION\*

*Sous réserve d'enneigement suffisant / Subject to the snow conditions*

**€ 45€ / enfant (5 - 13 ans)**

*€45 / child (5 - 13 y.o.)*

**📍 Réservation Booking**

*locationlesmenuires.com*

**📍 Audacius**

*La Croisette*

### LES MENURIES 18h - 19h15

#### DÉCOUVERTE D'UN ALPAGE À LA LUEUR D'UN FLAMBEAU

*DISCOVERING AN ALPINE PASTURE  
BY TORCHLIGHT*

**€ 10 - 13 ans : 10€ / + 13 ans : 18€**

*10-13 y.o.: €10 / + 13 y.o.: €18*

**📍 Réservation Booking**  
*billetweb.fr/pro/chezpepenicolas*

**📍 Restaurant Chez Pépé Nicolas**  
*Entre Les Menuires et Val Thorens*

### LES MENURIES 18h

#### PILATES

#### PILATES

**€ 30€ / personne**

*€30 / pers.*

**📍 Réservation Booking**  
*+33 7 69 52 02 40*

**📍 Hôtel L'Ours Blanc**  
*L'Ours Blanc Hotel*

### LES MENURIES 19h

#### MOBILITÉ ET ASSOUPISSEMENTS

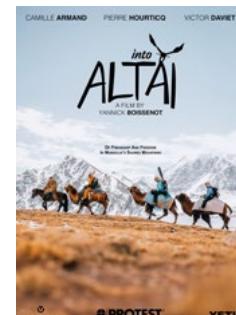
*MOBILITY AND FLEXIBILITY*

**€ 30€ / personne**

*€30 / pers.*

**📍 Réservation Booking**  
*+33 7 69 52 02 40*

**📍 Hôtel L'Ours Blanc**  
*L'Ours Blanc Hotel*



# ANIMATIONS

ENTERTAINMENTS

## JEUDI 29 JANVIER

THURSDAY, JANUARY 29<sup>TH</sup>

### LES MENURIES 11h

#### VISITE DE LA SALLE DES MACHINES VISIT OF THE MACHINE ROOM

Découvrez les coulisses de la télécabine Pointe de La Masse : motorisation, accélération, embrayage, cabine, pylône... Dans une salle ouverte et ludique au sommet de la remontée, une maquette LEGO ravira petits et grands. *Discover the inner workings of the Pointe de La Masse cable car: motorization, acceleration, clutch, cabin, pylon... In an open and playful room at the top of the lift, a LEGO model will delight young and old.*

-  **Offert avec tous les forfaits permettant d'emprunter la télécabine Pointe de La Masse**  
*Included with all passes allowing access to the Pointe de La Masse gondola*
-  **Pointe de la Masse**  
Accès via  **Pointe de la Masse**

### LES MENURIES 14h30

#### LES SECRETS ET LES SAVEURS DU MIEL À MELLIFERA

*THE SECRETS AND FLAVORS OF HONEY IN MELLIFERA*

Accompagnés par Kelly, découvrez le monde fascinant des abeilles.

*Join Kelly as she explores the fascinating world of bees.*

-  **Dès 5 ans**  
*From 5 y.o.*
-  **8€ / personne | -18 ans : 5€**  
*€8/pers. | -18y.o.: €5*
-  **Inscription obligatoire**  
auprès de l'Office de Tourisme  
*Register at the Tourist Office*
-  **Mellifera**  
Plan de l'Eau des Bruyères

### LES MENURIES 15h

#### RENCONTRE AVEC UN PISTEUR MEETING WITH A TRACKER

Entrez dans l'univers des secours en montagne avec la Montagnette Immersive, une expérience gratuite et familiale aux Menuires. Pendant 2 heures, échangez avec un pisteur-sauveteur : témoignages, explications concrètes, bons réflexes et découverte du métier (secours, dégâts, avalanches), le tout dans une structure immersive avec écran 180°. Pour les plus curieux, prolongez l'expérience en participant à la fermeture des pistes aux côtés des pisteurs et découvrez l'envers du décor.

*Enter the world of mountain rescue with Montagnette Immersive, a free, family-friendly experience in Les Menuires.*

*For two hours, chat with a ski patroller and rescue worker: hear their stories, get practical explanations, learn the right reflexes and discover the job (rescue, grooming, avalanches), all in an immersive structure with a 180° screen. For the more curious among you, extend the experience by taking part in closing the slopes alongside the ski patrollers and discover what goes on behind the scenes.*

-  **Dès 12 ans**  
*From 12 y.o.*

-  **Inscription Registration**  
Office de Tourisme / +33 4 79 00 79 00

-  **La Croisette**  
Sommet  **Menuires**

### SAINT-MARTIN 17h30

#### RAQUETTES, DÎNER EN ALTITUDE ET DESCENTE AUX FLAMBEAUX SNOWSHOEING, DINNER AT ALTITUDE AND TORCHLIGHT DESCENT

-  **-10 ans : 25€**  
**+10 ans : à partir de 50€ (hors boissons)**  
*-10y.o.: €25*  
*+ 10 y.o.: from €50 (excluding drinks)*
-  **Réservation Booking**  
[restaurantlaloy.fr](http://restaurantlaloy.fr)
-  **Restaurant La Loy**

**LES MENUIRES**  18h - 19h30

**EXPÉRIENCE CAVE**  
**CAVE EXPERIENCE**

Immersion dans la cave à fromage. Découverte de l'histoire du chalet et de l'alpage racontée par Valentin, paysan des Belleville, passionné par le monde agricole et le savoir-faire traditionnel.

*Immersion in the cheese cellar. Discover the history of the chalet and the alpine pasture as told by Valentin, a farmer from Belleville, passionate about the agricultural world and traditional know-how.*

 **Dès 16 ans**  
From 16 y.o.

**6 personnes max. / Tenue chaude conseillée**  
Max. 6 pers. / Warm clothing recommended

 **50€ / personne**  
€50 / pers.

 **Réservation Booking**  
[billetweb.fr/pro/chezpepenicolas](http://billetweb.fr/pro/chezpepenicolas)  
 **Restaurant Chez Pépé Nicolas**  
Entre Les Menuires et Val Thorens



**LES MENUIRES**  Dès 18h45

**THURSDAY NIGHT SHOW**  
**THURSDAY NIGHT SHOW**

Laissez-vous éblouir par un spectacle de feu envoûtant de la compagnie Farandole, suivi **D'UN FEU D'ARTIFICE** étincelant. Un moment magique à partager pour les petits et les grands. Si vous apportez votre verre, un chocolat chaud vous sera offert.

*Be dazzled by a captivating fire show from the Farandole company, followed by a dazzling fireworks display. A magical moment to share for young and old alike. If you bring your own glass, a hot chocolate will be provided.*

 **Les Bruyères**  
Les Bruyères



**SAINT-MARTIN**  18h30 - 20h

**VISITE GUIDÉE NOCTURNE**  
**AUX FLAMBEAUX :**  
**IL ÉTAIT UNE FOIS SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**

**TORCHLIGHT GUIDED NIGHT TOUR: ONCE UPON A TIME IN SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE**

Plongez dans l'histoire de Saint-Martin-de-Belleville lors d'une visite guidée à la lueur des flambeaux. Parcourez les ruelles du village, découvrez son riche passé agropastoral et terminez au musée, où objets et saveurs d'antan vous attendent. La visite se clôt par une dégustation de Beaufort et de vin de Savoie, avec sirop pour les enfants.

*Immerse yourself in the history of Saint-Martin-de-Belleville on a torchlit guided tour. Stroll through the village's narrow streets, discover its rich agricultural and pastoral past, and end at the museum, where artifacts and flavors of yesteryear await. The tour concludes with a tasting of Beaufort cheese and Savoy wine, with syrup for the children. In French only.*

 **Dès 8 ans**  
From 8 y.o.

 **8€ / personne | -18 ans : 5€**  
€8 / pers. | -18y.o.: €5

 **Inscription obligatoire auprès de l'Office de**  
**Tourisme, au plus tard le jour même avant 12h**  
*Register at the Tourist Office by 12 pm on the day*

 **RDV à la Maison du Tourisme**  
*Meeting point: Tourist Office*



Piscine, espace Wellness, massages et soins, Cosy Bar : tout est pensé pour se détendre, se ressourcer et partager des moments conviviaux en famille ou entre amis.

*Swimming pool, wellness area, massages and treatments, Cosy Bar: everything is designed to help you relax, recharge and share convivial moments with family or friends.*

**107 rue des Ravines,  
Saint-Martin-de-Belleville  
+33(0)4 79 55 35 51**  
**Tous les jours, 10h - 20h  
Every day, 10am - 8pm**  
**Tous les tarifs All prices:  
sportwellnesslesbelleville.com**



## ESPACE WELLNESS

Wellness area

Alternez chaleur, fraîcheur et détente : bassin balnéo, saunas, hammam et bassin froid vous procurent un parcours spa complet à prolonger dans le corner relaxation.

*Alternate between warmth, coolness and relaxation: the balneotherapy pool, saunas, hammam and cold plunge pool provide you with a complete spa circuit to extend in the relaxation corner.*

**7j/7 : 11h30 - 19h30**  
**Open 7 days a week: 11.30am - 7.30pm**  
**Wellness (+ 16 ans) Wellness (+16 y.o.)**  
**Entrée : 29 €**  
**Pass 6 jours\* : 130,50 €**  
**Ticket: €29 / 6-day pass: €130,50**

## PISCINE

Swimming pool

Vivez l'expérience aquatique panoramique ultime : bassin intérieur, cascades, jets massants et solarium pour un moment de détente et de plaisir confidentiel, face aux sommets.

*Experience the ultimate panoramic water park: indoor pool, waterfalls, massage jets and solarium for a moment of relaxation and private pleasure, facing the mountain peaks.*

**7j/7 : 11h30 - 19h**  
**Open 7 days a week: 11.30am - 7pm**  
**Piscine (+16 ans) Swimming pool (+16 y.o.)**  
**Entrée : 9,50 €**  
**Pass 6 jours\* : 42,80 €**  
**Ticket: €9.50 / 6-day pass: €42.80**  
**Piscine (3-15 ans) Swimming pool (3-15 y.o.)**  
**Entrée : 7,50 €**  
**Pass 6 jours\* : 33,80 €**  
**Ticket: €7.50 / 6-day pass: €33.80**  
**Piscine (-3 ans) Swimming pool (-3 y.o.)**  
**Offert Free**

**€ Cours d'aquagym : 12€**  
**Aquagym: €12**

**Cours d'aqua training : 14€**  
**Aqua training: €14**

**Sur inscription, la veille à partir de 11h :  
sur place ou par téléphone**  
*Registration required the day before, starting at 11am:  
on site or by telephone.*

## ESPACE MASSAGES & SOINS

Massages & cares area

**7j/7 : 10h - 20h**  
**Open 7 days a week: 10am - 8pm**

Vous êtes le centre de l'attention. Laissez vos tensions s'envoler entre les mains expertes de nos praticiens. Massages relaxants, soins du corps ou du visage : chaque instant est une invitation à la sérénité.  
*You are the center of attention. Let your tensions melt away in the expert hands of our practitioners. Relaxing massages, body or facial treatments: every moment is an invitation to serenity.*

## SERVICE BAGAGERIE ET/OU DOUCHE

Luggage shop and shower service

**7j/7 : 10h - 20h**  
**Open 7 days a week: 10am - 8pm**  
**Bagagerie : 4€ / bagage**  
**Luggage shop: €4/luggage**  
**Douche : 5€ / personne**  
**Shower: €5/shower/person**  
**Sur place ou on site or  
locationsaintmartin.com**

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h30	Bébés-nageurs		Aqua Bike	Aqua Gym	Family Time	Aqua Gym	Aqua Training
19h00			Aqua Gym	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Gym	Aqua Boxing



## RESTAURANT «LE GRENIER»

Le Bistrot Chic de l'Hôtel Saint-Martin.  
Venez partager sa cuisine savoureuse  
qui réchauffe les papilles.

Idéalement situé au pied des pistes,  
au sommet du village  
de Saint-Martin-de-Belleville.

### OUVERT MIDI ET SOIR

*Grenier restaurant invites you  
for sharing its gourmet meals.*

*Right by the ski slopes.  
Open for lunch & dinner.*

#### Hôtel Saint-Martin | Restaurant Le Grenier

Rue des Grangeraines  
73440 Saint-Martin-de-Belleville  
[www.hotel-stmartin.com](http://www.hotel-stmartin.com)

Piste du Biolley  
Accès direct domaine des 3 Vallées

+33 (0)4 79 00 88 00  
[reservation@hotel-stmartin.com](mailto:reservation@hotel-stmartin.com)





Piscine, espace Wellness, salles de fitness et de musculation, terrains multisport indoor, massages, soins bien-être et fun park pour les enfants : au Break, tout est réuni pour bouger, se ressourcer et partager des instants suspendus.

*Swimming pool, wellness area, fitness and weight training rooms, indoor multi-sport courts, massages, wellness treatments and fun park for children: at Break, everything is there to move, recharge and share suspended moments.*

- La Croisette, Les Menuires**
- +33 4 79 01 08 83
- Tous les jours, 9h - 21h**  
Every day, 9am-9pm
- Tous les tarifs All prices:**  
[sportwellnesslesbelleville.com](http://sportwellnesslesbelleville.com)



## PISCINE

*Swimming pool*

Entre le grand bassin intérieur aménagé, les cours collectifs et la zone enfants avec toboggan, choisissez votre façon de nager, jouer ou vous relaxer face à la montagne !

*Between the large indoor pool, group classes and the children's area with a slide, choose how you want to swim, play or relax facing the mountain!*

- 7j/7 : 11h30 - 20h**  
Open 7 days a week: 11.30am-8pm

### **Piscine (+16 ans) Swimming pool (+16 y.o.)**

Entrée : 9,50 €

Pass 6 jours\* : 42,80 €

Ticket: €9.50 / 6-day pass\*: €42.80

### **Piscine (3-15 ans) Swimming pool (3-15 y.o.)**

Entrée : 7,50 €

Pass 6 jours\* : 33,80 €

Ticket: €7.50 / 6-day pass\*: €33.80

### **Piscine (-3 ans) Swimming pool (-3 y.o.)**

Offert Free

### **€ Cours d'aquagym : 12€**

Aquagym: €12

### **Cours d'aqua training : 14€**

Aqua training: €14

## ESPACE WELLNESS

*Wellness area*

Profitez d'une parenthèse détente : saunas, hammam et jacuzzis vous invitent à un véritable moment de relaxation.

*Enjoy a relaxing break: saunas, hammam and jacuzzis invite you to a true moment of relaxation.*

- 7j/7 : 11h30 - 20h40**  
Open 7 days a week: 11.30am - 8.40pm
- Wellness (+ 16 ans) Wellness (+16 y.o.)**  
Entrée : 23 €  
Pass 6 jours\* : 103,50 €  
Ticket: €23 / 6-day pass\*: €103,50

## MUSCULATION FITNESS

*Cardio Training / Fitness*

- 7j/7 : 9h - 20h45**  
Open 7 days a week:  
9am - 8.45pm

### **€ Musculation : 15€**

Bodybuilding: €15

### **Cours de fitness : 12,50€**

Fitness lesson: €12,50



## AQUAGYM & AQUATRAINING

Aquagym & Aquatraining

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30	Aqua'Phobie*		Circuit Aqua Training*	Circuit Aqua Training*	Bébés-nageurs*	Circuit Aqua Training*	Aqua'Boxing*
10h30	Aqua'Fitness	Aqua'Fitness	Aqua'Fitness	Aqua'Fitness	Aquati'Kids*	Aqua'Fitness	Aqua'Fitness
12h30					Aqua'Phobie*		
20h00		Entrainement natation adultes	Nage libre	Aqua'Palmes	Entrainement natation adultes	Aquabike*	Entrainement natation adultes

\*Inscription obligatoire au Break la veille à partir de 11h \*Registration required at the Break the day before from 11am

## FITNESS

Fitness

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h30	Calisthenics	Hatha Yoga	Pump	Stép Débutant	Gym Douce	Cross Training	Renfo Intégral
11h30			Gym Douce	Pilates	Stretching	Mobilité	Stretching
16h30					Circuit Renfo		
17h30			Up Trampo	Baila Danse	Step Intermédiaire	Un corps sans douleurs	Mobilité
18h30	Circuit Renfo	Cross Training	Un corps sans douleurs	Mobilité	Cross Training	Circuit Renfo	HIIT
19h30	Stretching	Pilates	Cross Training	Calisthenics	Hatha Yoga	Stretching	Stretching

## TOURNOIS

Tournaments

**9,50€ / tournoi**  
€9/tournament

 **Inscription sur place avant 17h**  
Registration on site before 5pm

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
18h00	Badminton	Squash	Ping-pong	Squash

## SERVICE BAGAGERIE

### ET/OU DOUCHE

Luggage shop and shower service

 **Samedi : 8h- 20h**  
(autres jours sur demande)  
Saturday: 8am-8pm  
(other days on request)

 **Bagagerie : 4€ / bagage**  
Luggage shop: €4/luggage  
**Douche : 5€ / personne**  
Shower: €5/shower/person

## ESPACE MASSAGES & SOINS

Massages & cares area

Massages relaxants\*\*, soins du corps et du visage... composez votre moment privilégié, façon détente ou récupération après une journée active en montagne.

\*\* +18 ans . Nos massages sont des soins de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.

*Relaxing massages", body and facial treatments... create your own special moment, whether for relaxation or recovery after an active day in the mountains.*

*"18+. Our massages are wellness and relaxation treatments, not therapeutic or medical.*





# la bulle

LES MÉNURIES | LES BRUYÈRES

Dans le quartier des Bruyères, vivez l'expérience incontournable d'un espace aquatique & Wellness ouvert sur les montagnes.

In «Les Bruyères», experience the unmissable aquatic & wellness area open to the mountains.

**Les Bruyères, Les Menuires**

+33 4 79 00 69 98

**Tous les jours, 10h - 20h30**

Every day, 10am-8.30pm

**Tous les tarifs All prices:**

[sportwellnesslesbelleville.com](http://sportwellnesslesbelleville.com)



© P. Besson - Association Les 3 Vallées



## PISCINE

Swimming pool

Explorez La Bulle avec sa piscine aqua-ludique équipée de rivière à courant, jets massants et jacuzzi debout, son espace pour les enfants et ses nombreux cours encadrés !

Explore La Bulle with its water play pool equipped with a current river, massage jets and a standing jacuzzi, its children's area and its many supervised classes!

**⌚ 7j/7 : 11h - 19h30**

Open 7 days a week: 11am - 7.30pm

**€ Piscine (+16 ans) Swimming pool (+16 y.o.)**

Entrée : 9,50 €

Pass 6 jours\* : 42,80 €

Ticket: €9.50 / 6-day pass\*: €42.80

**Piscine (3-15 ans) Swimming pool (3-15 y.o.)**

Entrée : 7,50 €

Pass 6 jours\* : 33,80 €

Ticket: €7.50 / 6-day pass\*: €33.80

**Piscine (-3 ans) Swimming pool (-3 y.o.)**

Offert Free

**€ Cours d'aquagym : 12€**

Aquagym: €12

**Cours d'aqua training : 14€**

Aqua training: €14

\* consécutifs / consecutives

## ESPACE WELLNESS

Wellness area

Détendez-vous dans une bulle de bien-être : bassin balnéo, hammam, sauna, jacuzzi face aux sommets et tisanerie vous offrent un moment d'évasion apaisant.

Séance de 2h sur réservation : [sportwellnesslesbelleville.com](http://sportwellnesslesbelleville.com)

Relax in a bubble of well-being: a balneotherapy pool, hammam, sauna, jacuzzi facing the peaks and a tea room offer you a soothing moment of escape. 2-hour session by reservation: [sportwellnesslesbelleville.com](http://sportwellnesslesbelleville.com)

**⌚ 7j/7 : 11h - 20h**

Open 7 days a week: 11am - 8pm

**€ Wellness (+ 16 ans) Wellness (+16 y.o.)**

Entrée : 23 €

Pass 6 jours\* : 103,50 €

Ticket: €23 / 6-day pass\*: €103,50

## ESPACE MASSAGES & SOINS

Massages & cares area

Sucombez à la détente absolue avec nos massages\*\*, soins du visage et du corps, ou instants beauté pour les mains et les pieds.

\*\*+18 ans. Nos massages sont des soins de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.

Indulge in complete relaxation with our massages\*\*, facial and body treatments, or beauty treatments for hands and feet.

\*\*18+. Our massages are wellness and relaxation treatments, not therapeutic or medical.

	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h15	Aqua Bike*	Jardin Aquatique (3-5 ans)	Aqua Bike*	Aqua Gym	Aqua Bike*	Aqua Gym	Aqua Bike*
12h30		Pause Aqua Trampo			Pause Aqua Bike		Pause Aqua Bike

# VIVEZ UNE SOIRÉE HORS DU TEMPS



**Au cœur des Bruyères, La Marmite et L'Alpin vous proposent un dîner inoubliable sous tente alpine ou en télécabine privée, face aux sommets enneigés et sous les étoiles. Entre amis ou en famille, profitez d'un cocon chaleureux, décoré avec soin et chauffé à 25°C, pour 3 à 4 personnes en télécabine ou 6 à 9 en tente.**

**In the heart of Les Bruyères, La Marmite and L'Alpin offer a unique dinner under the stars, in a private gondola or alpine tent facing snowy peaks. With friends or family, enjoy a cozy, warmly decorated space heated to 25°C for 3 to 4 in a gondola or 6 to 9 in a tent.**

**Réservation obligatoire via nos sites ou par téléphone**



 [@lamarmite73440](https://www.instagram.com/lamarmite73440)  
Immeuble Le Bellevue  
Quartier des Bruyères  
+33 (0)4 79 00 74 75



 [@alpin\\_stake\\_house](https://www.instagram.com/alpin_stake_house)  
Résidence Les Carlines 1  
Quartier des Bruyères  
+33 (0)4 79 00 61 01



## Soirée insolite

"dans le plus haut restaurant  
des Menuires à 2500m ouvert le soir"

[chalet-du-sunny.com](http://chalet-du-sunny.com)

00 33 (0)6 20 81 71 19

*Sur réservation*

 @Chalet du Sunny

 MENU ENFANT 45€

 MENU FONDUE 75€

 MENU CÔTE DE BOEUF 95€

*Trajet en dameuse inclus 40min aller et retour*



**SCOOT  
EVASION**

00 33 (0)6 13 89 33 11

r.scootevasionlesmenuires@gmail.com

Réservation en ligne  
[scootevasion.com](http://scootevasion.com)

**TOUS LES SOIRS  
BALADES GUIDÉES**

**155€/moto\***

**2 pers, 1h**

(inclus 15 mn de briefing 15mn brief included)

\*une place derrière le guide à 65€ la balade

Encadré par un professionnel diplômé

**PILOTEZ  
VOUS-MÊME  
VOTRE  
MOTO NEIGE**



*ESCAPE WITH  
SCOOT EVASION*

*TAKE TO THE SKIES  
BY DRIVING YOURSELF  
SNOWMOBILE*





# les flocons

CINÉMA - LES MENURIES

Séance supplémentaire si intempéries

*Extra show if the weather is bad*

Programme disponible Program available

[allocine.fr](#)



NEW

Réservation en ligne :  
*Booking online:*  
[lesmenuries.com](#)

Tarif plein

*Full price*

**11€**

**Moins de 12 ans**

*- 12 y.o.*

**7€**

**Étudiants**

*Students*

**9€**

**Carnet de 10 entrées**

*10 tickets*

**90€**

SAMEDI 17	17H30		20H30	L'ÂME IDÉALE
DIMANCHE 18	17H30	BOB L'ÉPONGE - LE FILM Un pour tous, tous pirates ! CINÉ-FAMILLE : 7€ POUR TOUS	20H30	LA FEMME DE MÉNAGE <b>VOSTFR</b> <i>(INT. -12)</i>
LUNDI 19	17H30	CHASSE GARDÉE 2	20H30	SUR UN AIR DE BLUES
MARDI 20	17H30	AVATAR : DE FEU ET DE CENDRES	21H00	LE CHANT DES FORÊTS
MERCREDI 21	17H30	ZOOTOPIE 2	20H30	GREENLAND MIGRATION
JEUDI 22	17H30	L'AFFAIRE BOJARSKI	20H30	LOS TIGRES <b>VOSTFR</b>
<b>VENDREDI 23</b>				
SAMEDI 24	17H30		20H30	FURCY, NÉ LIBRE
DIMANCHE 25	17H30	AVANT-PREMIÈRE <b>MARSUPILAMI</b> <i>(sortie le 4 février)</i>	20H30	LA FEMME DE MÉNAGE <i>(INT. -12)</i>
LUNDI 26	17H30	SUR UN AIR DE BLUES	20H30	L'AFFAIRE BOJARSKI
MARDI 27	17H30	CHASSE GARDÉE 2	19H30	AVATAR : DE FEU ET DE CENDRES <b>VOSTFR</b>
MERCREDI 28	17H30	TAFITI	20H30	CINÉ-RENCONTRE : <b>INTO ALTAI</b> <i>suivi d'un échange avec le réalisateur</i> Tarif unique : 7€ / Voir page 15
JEUDI 29	17H30	ZOOTOPIE 2	20H30	LE MAGE DE KREMLIN
<b>VENDREDI 30</b>				

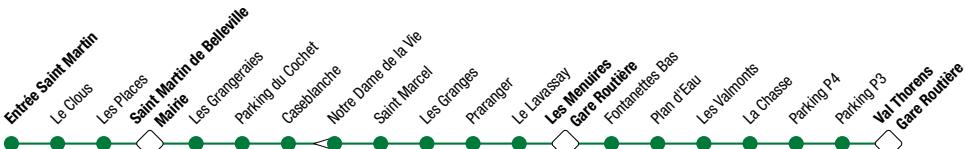
# LES NAVETTES GRATUITES

THE FREE SHUTTLES

## DANS LA VALLÉE

### LIGNE : SAINT-MARTIN

- > LES MENUIRES
- > VAL THORENS



## LES NAVETTES À PORTÉE DE MAIN...

SHUTTLES AT YOUR FINGERTIPS...

Localisation, alertes de votre bus en temps réel et horaires en un seul clic !  
Location, real-time bus alerts and timetables in just one click!

## LES MENUIRES

Tous les jours

Every day

### CIRCUIT A

8h > 20h20 (toutes les 20 min)

20h20 > 23h (toutes les 40 min)

From 8am to 8.20pm (every 20 min)

From 8.20pm to 11pm (every 40 min)

### CIRCUIT B

8h > 20h20 (toutes les 20 min)

20h20 > 23h (toutes les 40 min)

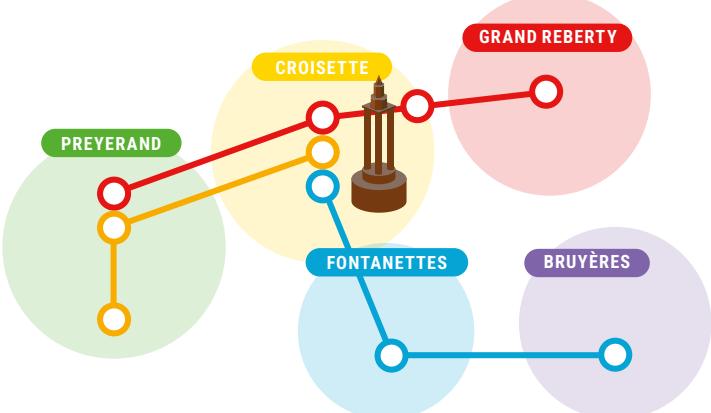
From 8am to 8.20pm (every 20 min)

From 8.20pm to 11pm (every 40 min)

### CIRCUIT C

11 rotations/jour

11 circuits per day



Un service financé par  
A service financed by

  
Cœur de  
TARENTAISE  
COMMUNAUTÉ

  
Belleville

  
transdev  
SAVOIE

Profitez de chaque instant chez Jacks

TOUS LES JOURS  
16H A 17H

HAPPY HOUR



Cocktail  
HOUR

TOUS LES COCKTAILS 10€  
20H A 21H



LES LONGUES JOURNÉES EN MONTAGNE EXIGENT  
UN BON RAVITAILLEMENT ! PRENEZ VOTRE  
DÉJEUNER AU JACKS SUR LA TERRASSE  
ENSOLEILLÉE, OU VOTRE DÎNER AU RESTAURANT,  
COMPOSÉ DE PLATS SAVOYARDS MAISON, DE  
PIZZAS ET DE HAMBURGERS. PASSEZ POUR  
L'APRÈS-SKI, MAIS RÉSERVEZ VOTRE DÎNER À  
L'AVANCE POUR ÊTRE SÛR D'AVOIR UNE PLACE !



Réservez et menus





coopérative  
100%  
montagne



mon super marché  
**sherpa**

Produits régionaux  
*Regional products*

Commande à distance  
*Online order*

Livraison à domicile  
*Home delivery*

Prêt d'appareils à raclette  
et à fondue  
*Loan of raclette and  
fondue appliances*

Menuires Brelin  
04 79 08 38 23

Menuires Les Bruyères  
04 79 00 69 59

Menuires Croisette  
04 79 04 19 34

Menuires Preyerand  
04 79 00 73 37

Menuires Reberty 1850  
04 79 00 05 62

Menuires Reberty 2000  
04 79 01 05 65