

# LES VALLÉES D'AIGUEBLANCHE & CŒUR DE TARENDAISE

Un territoire à découvrir à l'occasion des  
championnats nationaux de natation estivale



VALMOREL  
Savoie • France

# DÉCOUVRIR NOS VALLÉES



## Un territoire alpin riche en contrastes

Bienvenue au cœur de la **Tarentaise** et dans les **magnifiques Vallées d'Aigueblanche**, entre **villages de charme**, montagnes accessibles et grands espaces sauvages. Prenez le temps de flâner dans les ruelles de **Moûtiers, ville d'art et d'histoire**, où la cathédrale Saint-Pierre, les musées et les fresques de street art racontent les mille vies de ce carrefour de montagne.

## Portez un autre regard sur les vallées

Partez à la découverte de **villages typiques** comme les Avanchers-Valmorel, Nâves ou Saint-Martin-de-Belleville nichés à flanc de montagne, où églises, chapelles, fours anciens et granges traditionnelles jalonnent les sentiers.



## Vous aimez l'action ?

**Sensations** garanties avec la **tyrolienne** de Valmorel, les parcours **d'accrobranche**, le **canyoning**, la **trottinette** tout terrain ou encore le **bike park** labellisé FFC.

## Vous êtes plutôt contemplatif ?

Optez pour la **balade** vers le **plan d'eau de Malatrai** ou une marche tranquille jusqu'au **lac du Bozon**.

## Âmes curieuses ou gourmandes

Ne manquez pas les visites de **fermes, distilleries, marchés locaux** ou ateliers artisanaux. Découvrez des **producteurs passionnés** et des **savoir-faire** bien ancrés : fromages fermiers, huiles de noix, pâtes artisanales, spiritueux de montagne...



## Parenthèse bien-être

Nos vallées regorgent d'adresses où se ressourcer : **spas, massages, soins naturels** ou balades sur la thématique des plantes de montagne. **La Léchère-les-Bains** vous accueille notamment dans son **spa thermal**, idéal pour recharger les batteries après une journée d'exploration.

# ÉCHAPPÉE SPORTIVE

Que vous soyez adeptes de sensations fortes ou de balades paisibles, les Vallées d'Aigueblanche et Coeur de Tarentaise vous réservent une multitude d'activités à savourer en pleine nature. Nichées au cœur de paysages époustouflants, elles offrent un terrain d'aventures accessible à tous les profils !

## ACTIVITÉS SENSATIONS



Les plus intrépides commenceront leur escapade en altitude, entre **parapente**, **acrobranche** et **tyrolienne** à Valmorel. Des expériences uniques à vivre.

Pour ceux qui préfèrent garder les pieds sur terre, profitez d'une activité ludique et rafraîchissante avec le **canyoning**, ou parcourez les forêts à bord d'un **Swincar**, ce véhicule tout-terrain électrique aussi surprenant qu'original. Laissez-vous tenter par une sortie en **trottinette électrique**, accompagnée d'un guide diplômé. Cette balade de 1h30 à 2h30 vous fera découvrir la montagne autrement.

## SORTIES VTT

### Parcours VAE (Vélo Assistance électrique)

*Les vignes et vergers sur les coteaux d'Aigueblanche*

**NIVEAU : très facile**

 14,4km

 460m D+

Au départ d'Aigueblanche, ascension au milieu des vergers pâturés jusqu'à l'église baroque de Villargerel, puis redescente par l'ancien sentier des vignes pour finir par la traversée d'Aigueblanche par les berges de l'Isère et la découverte de la vieille ville et de l'ancien château.

### VTT Descente

*L'enduro folie's E22*

**NIVEAU : bleu**

 17,8km

 1525m D-

Depuis le sommet de la télécabine de Planchamp à Valmorel, partez pour la plus longue descente VTT de la vallée : un tracé impressionnant de 17km pour 1525 mètres de dénivelé négatif. L'itinéraire alterne entre chemins de traverse, passages en forêt et sentiers sinueux, menant jusqu'au village de Doucy puis Bellecombe.



### Sorties VTT accompagnées

Partez pour une sortie accompagnée inoubliable avec nos moniteurs passionnés et découvrez la «Balade à la ferme d'alpage» à Nâves !

Profitez d'une randonnée facile et conviviale vers la ferme des Granges, à la rencontre des alpagistes. Cette sortie est idéale pour les débutants comme pour les amateurs de vélo en quête de découverte.

***Vous pouvez réaliser les sorties en autonomie ou accompagnés par un moniteur. Location de VTT possible à Valmorel, Doucy, Nâves et Moûtiers.***

# Côté nature

À pied, la découverte continue avec les randonnées emblématiques de nos vallées

## Randonnées avec vue :

### Boucle de Crève tête - B15

Depuis Valmorel, cette randonnée mène jusqu'à 2 342 m avec une vue imprenable à 360° sur le Mont-Blanc et les massifs alpins, en passant par alpages, crêtes, forêts et chalets.

 15km  
 1000m D+  
 env. 7h



## À travers les alpages de Nâves - B28

Depuis la Maison de Nâves, suivez un ancien sentier muletier à la découverte du pastoralisme local : cheminées de fée, chalets d'alpage, troupeaux et oratoires jalonnent le parcours, avec de belles vues sur le Quermoz, le Col de la Madeleine et le massif de la lauzière.

 7 km  
 460m D+  
 env. 2h30



## Randonnées thématiques :

### Sentier thématique du Morel

Un itinéraire familial au bord d'un torrent transformé en havre de fraîcheur : cascades, bassins, sentiers ombragés, 10 stations thématiques et une cascade finale racontent l'histoire étonnante du Morel dans les Vallées d'Aigueblanche.

 1,5 km  
 120m D+  
 env. 1h30



### Sentier artistique d'Hautecour - boucle liberté

Au départ du plan d'eau de la Trappe, ce sentier artistique en plein air vous invite à découvrir plus de 70 œuvres réalisées avec des matériaux naturels tout en explorant des hameaux typiques et des paysages magnifiques.

 4,3 km  
 260m D+ / D-  
 env. 2h30



## Randonnées fraîcheurs :

### Lac du Bozon via Hautecour

Depuis les Chalets de Faverges, suivez le sentier vers le Passage de Bozon, découvrez le lac de Bozon et son refuge, puis continuez sur la crête avant de redescendre en passant par les lacs du Saut, du Bouchet et de Prariond.

 9km  
 480m D+  
 env. 2h30



### Boucle des cascades à Valmorel - B14

Depuis le hameau du Mottet, cette randonnée à travers forêt et alpage mène aux magnifiques cascades et offre une vue imprenable sur la vallée du Morel et le Mont Blanc depuis le sommet de la télécabine de Planchamp.

 8km  
 530m D+  
 env. 4h30



## Aventures en famille

Pour les plus jeunes, la randonnée devient un jeu grâce à **Valmo'bourricot** et ses **ânes** attachants, ou une aventure avec Les écuries de Grand-Coeur et leurs balades à cheval. Pour les amoureux de verticalité, les sites **d'escalade** de Notre-Dame-du-Pré et Hautecour sont idéaux, avec la possibilité de louer le matériel.

À Aigueblanche, vivez une journée inoubliable en famille dans un cadre naturel apaisant grâce à **CanopyPark**, proche du centre aquatique du Morel. **Tyroliennes, trampolines géants, accro'kids, jeux d'adresse, kart à pédales...** il y en a pour tous les âges et tous les goûts, sans limite de temps !



## Culture

**Moûtiers**, ville d'art et d'histoire, vous ouvre les portes de sa **cathédrale Saint-Pierre**, de ses **musées** (histoire, traditions populaires), de ses rues animées par le **street art**. Nos vallées abritent de nombreux **villages typiques** où l'on croise **chapelles, moulins** et **fours anciens** au détour d'un chemin. Les visites culturelles vous sont proposées dans l'agenda !



## Produits du terroir

Côté **terroir**, les producteurs locaux vous proposent des produits authentiques en vente directe. Visitez la **Coopérative laitière** de Moûtiers ou le **moulin à huile de noix** d'Aigueblanche. Rendez-vous à la **ferme** des Granges de Nâves, pour déguster : fromages, viandes et charcuteries de qualité. **L'épicerie «Au cherche midi»**, à Nâves, propose crozets et pâtes bio réalisés localement et de façon artisanale à indice glycémique bas, idéal pour les sportifs, ainsi que des produits artisanaux à déguster sur place. Du côté de Pussy, la **Chèvrerie des Combettes** vous accueille pour découvrir ses fromages de chèvre et sa viande Angus. Et à Celliers, sur la célèbre route du Col de la Madelaine, retrouvez la **Bergerie du Pachu**, ou encore la **Ferme de Nils et Léa** qui propose du fromage au lait de brebis. Enfin, ne manquez pas les **distilleries** locales, dont Maison M et L'Eau Folle, qui élaborent des spiritueux aux plantes de montagne dans le respect du savoir-faire artisanal.



## Bien-être

Après l'effort, place au réconfort ! Les vallées débordent d'adresses bien-être pour prendre soin de soi. À La **Léchère-les-Bains**, profitez d'un moment de détente dans un **spa thermal**, ou laissez-vous chouchouter à Valmorel et Grand-Aigueblanche, entre **massages** suédois, thaïlandais, **réflexologie, ostéopathie**, ou encore **soins énergétiques** proposés par des praticiens passionnés. Pour une immersion nature en douceur, la **balade « Tisane et Élixir »** vous entraîne à la découverte des plantes de montagne et de leurs vertus : une façon douce de renouer avec le vivant, en pleine conscience.



# Agenda

Du 18 au 24 août



8h30-12h30 : Marché de La Léchère  
9h-13h : Atelier d'arts à Saint-Martin-de-Belleville \*

**18** Lundi  
AOÛT



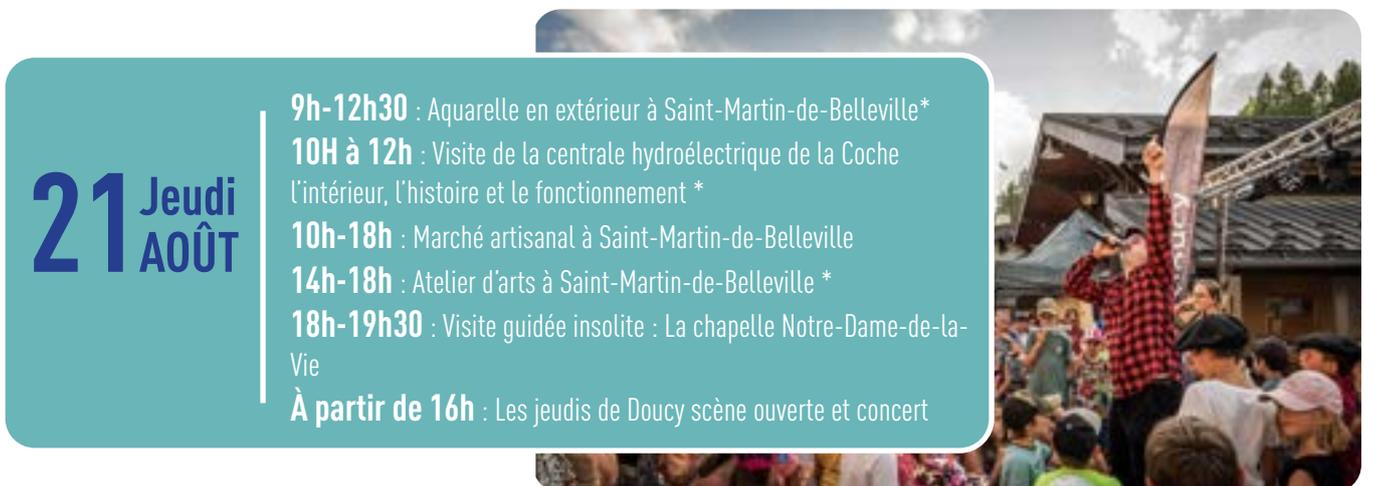
**19** Mardi  
AOÛT

8h30-12h : Marché de Moûtiers  
9h15-10h15 : Réveil musculaire avec Valérie à Valmorel \*  
9h-12h30 : Aquarelle en extérieur à Saint-Martin-de-Belleville \*  
10h : Saint-Martin tous azimut jeu d'orientation / gratuit \*  
14h-15h : Visite guidée du musée des traditions populaires à Moûtiers\*  
14h - 16h : Visite guidée du village des Avanchers patrimoine et histoire \*  
14h-18h : Atelier d'arts à Saint-Martin-de-Belleville \*  
18h15 : Cabaret télé Bruno à La Léchère-les-Bains - Entrée libre



9h-12h30 : Aquarelle en extérieur à Saint-Martin-de-Belleville\*  
14h-18h : Atelier d'arts à Saint-Martin-de-Belleville\*  
14h : Atelier manuel création de savon à La Léchère \*

**20** Mercredi  
AOÛT



**21** Jeudi  
AOÛT

9h-12h30 : Aquarelle en extérieur à Saint-Martin-de-Belleville\*  
10h à 12h : Visite de la centrale hydroélectrique de la Coche l'intérieur, l'histoire et le fonctionnement \*  
10h-18h : Marché artisanal à Saint-Martin-de-Belleville  
14h-18h : Atelier d'arts à Saint-Martin-de-Belleville \*  
18h-19h30 : Visite guidée insolite : La chapelle Notre-Dame-de-la-Vie  
À partir de 16h : Les jeudis de Doucy scène ouverte et concert

\* Payant / sur réservation

# Agenda



8h30-12h : Marché de Moûtiers

9h15-10h15 : Réveil musculaire avec Valérie à Valmorel\*

10h-12h : Visite guidée : les aventures des Ménuires

10h-11h : Balade commentée de street art à Moûtiers \*

14h : Tournoi de pétanque à la Léchère \*

14h-18h : Atelier d'arts à Saint-Martin-de-Belleville \*

14h30-18h30 : Visite du moulin à huile de noix à Aigueblanche  
accès libre

19h30-22h : Concours de pétanque à Moûtiers gratuit

**20h30 - Spécial championnats Natation au Centre**

**Aquatique** : show VTT, démonstration sauvetage aquatique,  
kayak, rafting et spectacle de natation artistique / restauration  
rapide sur place

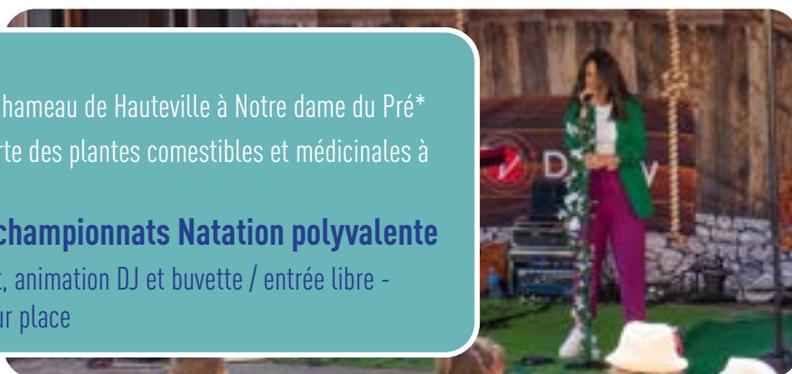
**22** Vendredi  
AOÛT

**23** Samedi  
AOÛT

14h : Découverte du hameau de Hauteville à Notre dame du Pré\*

14h-17h : Découverte des plantes comestibles et médicinales à  
Notre Dame du Pré \*

**20h30 - Spécial championnats Natation polyvalente  
du Morel** : Concert, animation DJ et buvette / entrée libre -  
restauration rapide sur place



9h30-17h30 : Valmorel La Bielle. Rassemblement de  
voitures de collection. Présentation des voitures dans le  
parc thermal de La Léchère et rallye entre Valmorel et  
Doucy

**24** Dimanche  
AOÛT

\* Payant / sur réservation

**Pour plus d'informations rendez-vous sur nos sites :**



**Valmorel**



**Moûtiers**

**DU 22 AU 24  
AOÛT 2025  
GRAND-AIGUEBLANCHE  
SAVOIE**

**CHAMPIONNATS  
NATIONAUX DE  
NATATION ESTIVALE  
(INTERCLUBS, CRITÉRIUM,  
TROPHÉE BENJAMINS)**

TEAM UP

SUIVEZ NOUS SUR    YouTube [ffnatation.fr](https://ffnatation.fr)



PARTENAIRE PRINCIPAL



PARTENAIRES OFFICIELS

