



LES **CONTAMINES**  
RÉSERVE NATURELLE D'ÉMOTIONS



PRACTICAL INFORMATION GUIDE

# GUIDE PRATIQUE



ÉTÉ / SUMMER 2021  

[WWW.LESCONTAMINES.COM](http://WWW.LESCONTAMINES.COM)



LES THERMES  
SAINT-GERVAIS  
MONT BLANC  
— DEPUIS 1806 —

L'UNIQUE SPA  
À L'EAU THERMALE DU MONT BLANC

SUIVEZ-NOUS



WWW.THERMES-SAINT-GERVAIS.COM



BIENVENUE  
AUX CONTAMINES-MONTJOIE,  
RÉSERVE NATURELLE D'ÉMOTIONS

Welcome to Les Contamines-Montjoie

L'authentique village des Contamines-Montjoie est une source inépuisable de plaisirs, de découvertes sportives, culturelles et gourmandes. Sous l'œil bienveillant du Mont-Blanc et muni de ce petit guide, vos vacances ne peuvent qu'être réussies !

*The village of Les Contamines-Montjoie is a source of pleasure and adventure, a hive of sporting, cultural and even gourmet activities. Under the watchful eye of Mont-Blanc, equipped with this booklet, your holiday promises to be a great success!*



Le label de référence pour réussir vos vacances en famille ! La station des Contamines-Montjoie s'est engagée dans une démarche globale en faveur de l'accueil des familles. Vous identifierez dans ce guide nos partenaires labellisés grâce au logo Famille Plus. A label of reference for a successful family holiday! Les Contamines-Montjoie is highly involved in a global process in favour of families. Identify our certified resort partners by the logo "Famille Plus".



Chouquette, la mascotte des Contamines, vous présentera dans ce guide les bons plans pour des vacances en famille réussies. In this booklet, Chouquette, the official mascot of Les Contamines proposes a number of good ideas for a successful family holiday.



La promesse d'un accueil cycliste de qualité. Le label Accueil Vélo garantit également des services et des équipements spécifiquement adaptés aux besoins des touristes à vélo le long des itinéraires cyclables en France. The label "Accueil Vélo" is the promise of good quality cycling and the guarantee of services and equipment specifically tailored to the needs of cyclo-tourists along cycling routes in France.



La commune est classée en "station de tourisme". Une attribution donnée par arrêté préfectoral, qui fait suite à l'étude de près de 45 critères et qui confirme l'investissement des Contamines-Montjoie pour une offre touristique adaptée et un accueil de qualité et d'excellence. Les Contamines-Montjoie is classified as a "tourist resort". This classification, awarded according to 45 different criteria, confirms the continual effort made by the resort to offer excellent tourist facilities and a friendly welcome for our guests.



C'est en 2014 que l'Office de Tourisme a obtenu pour la première fois la marque d'état Qualité Tourisme™ puis renouvelée en 2020. Pour parfaire la qualité des prestations de la station, l'enquête "Les Contamines & vous" a été mise en place. Nous attendons vos remarques ! In 2014, the Tourist Office was awarded the Qualité Tourisme™ status mark for the first time and renewed in 2020. In order to improve the quality of our services, we conduct "Les Contamines & you" survey. Your opinion is valuable so please take the time to give us your feedback!

PARTENAIRES / PARTNERS



ENGAGEMENTS QUALITÉ TOURISME THE QUALITÉ TOURISME™ COMMITMENTS.....	5
RÉSERVE NATURELLE THE NATURE RESERVE ...	6
VACANCES EN FAMILLE FAMILY VACATION .....	8
GARDERIE ET CENTRE DE LOISIRS NURSERY & PLAYSCHEMS .....	10
PARC DE LOISIRS LEISURE PARK.....	12
MONTAGNE ALPINE ACTIVITIES.....	19
TOURS ET TREKS TOURS AND TREKS.....	23
BIEN-ÊTRE WELL-BEING.....	24
ACTIVITÉS CULTURELLES CULTURAL ACTIVITIES.....	26
ÉVÉNEMENTS & ANIMATIONS EVENTS & ENTERTAINMENT .....	28
HÉBERGEMENTS ACCOMMODATION.....	31
RESTAURANTS.....	38
RESTAURANTS D'ALTITUDE MOUNTAIN RESTAURANTS .....	41
BARS .....	42
COMMERGES SHOPS .....	43
MAGASINS DE SPORTS SPORTS SHOPS .....	44
SERVICES .....	44
PLAN DU VILLAGE VILLAGE MAP .....	46
ARTISANS ARTISANS & TRADESMEN .....	48
JEUX GAMES .....	49
DESSIN - SOLUTIONS DES JEUX DRAWING - ANSWERS TO GAMES .....	50
INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION .....	52

Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique. Les renseignements et tarifs indiqués dans ce guide pratique sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés. Les Contamines Tourisme ne peut être tenu responsable d'éventuels changements. The information and prices listed in this document are provided as a guideline and are subject to modification. The Contamines Tourist Office may not be held responsible for any possible changes.

# Votre supermarché à la montagne

Your mountain supermarket

100%  
Montagne  
Coopérative

## Ouvert 7/7

### Sandwichs

«fait maison» à emporter

Commandez vos fondues,  
raclettes, nous vous prêtons  
l'appareil gratuitement !

Faites vos courses en ligne,  
commandez dès à présent  
sur [www.sherpa.net](http://www.sherpa.net)



Sherpa Les Contamines  
Centre Village

7 route de Notre Dame de la Gorge  
04 50 90 23 38

[Sherpa.net](http://Sherpa.net)

Suivez toute l'actualité Sherpa sur Facebook

# sherpa

## SUPERMARCHÉ



# ENGAGEMENTS QUALITÉ TOURISME™ THE QUALITÉ TOURISME™ COMMITMENTS



Les Contamines Tourisme a obtenu la marque d'État Qualité Tourisme™ en 2014. Le dernier renouvellement date du mois de septembre 2020 conformément à la démarche qualité des Offices de Tourisme de France.

Les Contamines Tourisme obtained the Qualité Tourisme™ state-guaranteed brand in 2014. The last renewal dates from September 2020 in accordance with the quality approach of the Tourist Offices of France.

### Nos engagements : vous garantir des vacances au sommet !

### Our commitments to guarantee a successful holiday!

- 1 Un accueil chaleureux
- 2 Un personnel attentif et formé
- 3 Une maîtrise des langues étrangères
- 4 Des prestations personnalisées
- 5 Des informations claires et précises
- 6 Une propreté et un confort assurés
- 7 Un espace ouvert et accueillant (exposition, espace enfants, vidéo, tablette)
- 8 La découverte d'une destination
- 9 La prise en compte de votre avis

- 1 A warm welcome
- 2 Attentive, well trained staff
- 3 Competence in foreign languages
- 4 Personalised services
- 5 Clear and accurate information
- 6 Cleanliness and comfort
- 7 An open and welcoming reception area (exhibitions, children's play area, videos, digital tablet)
- 8 The possibility to discover our destination
- 9 Consideration of your opinion



Vous souhaitez apporter des remarques sur l'Office de Tourisme des Contamines-Montjoie et sur notre village-station ? Un questionnaire de satisfaction est à votre disposition à l'Office de Tourisme et sur le site internet. Nous vous invitons à vous exprimer et vous remercions de nous aider dans notre démarche d'amélioration permanente.

If you wish to comment on the services provided by the Tourist Board or on the resort in general, please complete the questionnaire available at the Tourist Office and on the website. By doing so, you are actively helping us to make continual improvements.

[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)



# RÉSERVE NATURELLE

## THE NATURE RESERVE



Bienvenue dans la plus haute réserve naturelle de France. Des portes du village des Contamines à 1100 m, à l'Aiguille Nord de Tré-la-Tête à 3892 m, la Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie vous offre une nature préservée et des paysages uniques. Les milieux naturels sont fragiles et la faune sensible aux dérangements. Prenez-en soin en respectant la réglementation, (les animaux de compagnie doivent être tenus en laisse).

*Welcome in the highest nature reserve in France, located in Les Contamines-Montjoie. Ranging from the entrance at 1100m to the Aiguille Nord de Tré-la-Tête at 3892m, this protected yet fragile environment boasts preserved fauna, flora and unique landscapes. Remember, do not disturb the wildlife and keep all pets on a lead.*

### À la découverte d'un territoire préservé / Discover a preserved territory

Profitez des 135 km de sentiers balisés au cœur d'une nature remarquable et paisible. Prenez le temps d'observer et de contempler ses richesses (lacs, torrents, alpages, faune, flore...). De la balade familiale à la conquête des plus hauts sommets, en autonomie ou accompagné d'un professionnel de la montagne, chacun trouvera chaussure à son pied ! (voir p.19 à 23).

*Enjoy 135 km of signposted trails set in remarkable and peaceful natural surroundings. Take the time to observe and contemplate lakes, torrents, pastures, fauna and flora. Enjoy a family stroll or set out on a hike to the highest peaks, in solo or accompanied by a mountain professional. There's something for everyone! See page 19 to 23.*

### L'application Rando Nature Haute-Savoie / Hiking App "Rando Nature Haute-Savoie" **NOUVEAU**

Cette nouvelle application propose de nombreux itinéraires de randonnée dans la réserve naturelle sous forme de carte et de projection 3D. L'objectif est de découvrir la montagne et en savoir plus sur le milieu que l'on traverse grâce à différents critères : 4 filtres (difficulté, durée, dénivelé, longueur), 9 thématiques (géologie, lac et glacier, point de vue, refuge, faune, flore, pastoralisme, sommet, histoire) et 2 types de parcours (boucle ou aller-retour). Ce service est également accessible sur le site internet [rando.nature-haute-savoie.fr](http://rando.nature-haute-savoie.fr).

*This new app proposes many hiking routes in and around the nature reserve (map and 3D projection). Discover the mountains and learn more about the surrounding environment according to specific criteria: 4 filters (difficulty, duration, gradient, length), 9 themes (geology, lakes and glaciers, view points, mountain refuge huts, fauna, flora, pastoralism, summits, history) and 2 types of itineraries (circuit or there and back). This service is also available online at: [candidature-haute-savoie.fr](http://candidature-haute-savoie.fr)*

### L'Espace "Nature au sommet" / Nature at the summit



Expositions photographiques et scientifiques, films, animations nature... Dans cette salle dédiée à la réserve naturelle, vous pourrez découvrir tous les trésors de ce site protégé exceptionnel.

Horaires : ouvert tous les jours de 9h à 19h.

Entrée libre - Lieu : entrée Mairie.

*"Nature au Sommet" is an exhibition hall dedicated to photographic and scientific exhibitions, films and entertainment concerning the local nature reserve. Here, visitors can discover the natural treasures of this exceptional and protected site.*

Opening hours: open every days from 9am to 7pm.

Free entry - Location: Town Hall entrance hall.



L'Espace "Nature au sommet" c'est aussi pour les enfants ! Activités ludiques et interactives, coin lecture, films, dessins animés, ateliers créatifs et scientifiques... Le lieu idéal pour la découverte de la nature en famille !

*Nature at the summit is also for children! Choose from fun interactive activities, a reading corner, films, cartoons, creative and scientific workshops. This is the ideal place to discover nature as a family!*

**Asters CEN74** - Gestionnaire de la Réserve Naturelle

+33 (0)4 50 58 09 28

[www.cen-haute-savoie.org/reserve-naturelle/contamines-montjoie](http://www.cen-haute-savoie.org/reserve-naturelle/contamines-montjoie)

Réserve naturelle nationale des Contamines-Montjoie

# LE HUSKY BISTROT

RESTAURANT ET BAR

SPÉCIALITÉS SAVOYARDES ET CUISINE DE SAISON

BELLE TERRASSE ENSOLEILLÉE

VUE SUR LES DÔMES DE MIAGE ET LE MONT-JOLY

Au centre du village, à 100 mètres de l'Office de Tourisme - +33(0)4 50 47 03 13

Site classé - depuis 1875



Visitez le chemin suspendu et admirez les 5 cascades des

# Gorges de la Diosaz

Une visite à ne pas manquer au Pays du Mont-Blanc !  
L'une des plus belles gorges aménagées en France

*A visit not to be missed in Mont-Blanc's valley !  
One of the nicest equipped gorges in France*

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

© Laurent Viard



# VACANCES EN FAMILLE

## FAMILY VACATION



### Les Contamines-Montjoie, une station labellisée "Famille Plus" !

Les Contamines-Montjoie, a resort that boasts the "Family Plus" label!

Depuis toujours, Les Contamines-Montjoie accorde une importance toute particulière à l'accueil et au bien-être des familles. De cette tradition est née la volonté de s'engager auprès d'une démarche qualité ce qui a valu à la station l'attribution du label Famille Plus en 2017.

*Les Contamines-Montjoie has always given special importance to the welcome and well-being of families. This tradition was rewarded with the award of the Famille Plus label in 2017.*

#### Les 6 engagements "Famille Plus"

- 1 Un accueil personnalisé pour les familles
- 2 Des animations adaptées pour tous les âges
- 3 Du plus petit au plus grand : à chacun son tarif
- 4 Des activités pour petits et grands, à vivre ensemble ou séparément
- 5 Tous les commerces et services sous la main
- 6 Des enfants choyés par nos professionnels

#### The 6 commitments "Famille Plus"

- 1 A personalized welcome for families
- 2 Varied entertainment for all age groups
- 3 Prices adapted to each age group
- 4 Activities for all age groups, to be enjoyed together or separately
- 5 Shops and services within close proximity
- 6 Professional childcare

Depuis, près de 50 partenaires de la station se sont à leur tour engagés dans cette démarche de qualité et ont obtenu le label. Ils assurent aux familles et aux enfants, un accueil adapté et des vacances réussies !

*Since then, nearly 50 partners of the station have committed themselves to this quality approach and have obtained the label. In this way, they provide families and children with a suitable welcome and a successful holiday!*



### Besoin de changer bébé ? / Baby needs a change?



Table à langer publique (voir plan p.46-47) : / Public changing table (see page 46 to 47) :

Office de tourisme / Tourism office.....	H5
Parvis de l'église du village / Forecourt of the village church.....	J4
Zone de Loisirs des Loyers / Loyer leisure zone.....	J5
Parc de Loisirs du Pontet / Le Pontet Leisure Park.....	P2



Retrouvez tous nos partenaires engagés à l'aide de ce logo  
Find all our partners involved with this logo



Les + d'une activité labellisée /  
The + of an activity certified

- Des activités adaptées et encadrées / Adapted and supervised activities
- Des tarifs adaptés / Adapted rates



Les + d'un loueur de matériel labellisé /  
The + of equipment renting certified

- Matériel pour toute la famille / Equipment for the all family
- Priorité sur la sécurité des enfants / Children's safety is their priority



Les + d'un restaurant labellisé /  
The + of a restaurant certified

- Des formules "pour manger comme les grands" / Formulas "to eat like grown-ups"
- Des chaises hautes ou réhausseurs / High chair or booster
- Un coin change pour bébé / A changing area for baby



Les + d'un hébergement labellisé /  
The + of an accommodation certified

- Un équipement adapté aux plus petits / Suitable equipment to the littlest
- Des tarifs attractifs et/ou un geste d'accueil particulier / Attractive rates and/or special attention
- Des jeux en intérieur ou en extérieur / Outdoor or indoor games

Horreur,  
je suis Choupette la mascotte des Conta!  
Retrouve-moi à la fin de ce guide et  
tout au long de tes vacances pour t'amuser.

*Hoo Hoo, I'm Choupette, the mascot of Les Conta!  
Find me at the end of this guide  
and during your holiday to have fun.*



### Chaque semaine / Every week

Les animateurs de la station te donnent rendez-vous pour de nombreuses activités gratuites. Tu pourras peut-être rencontrer Choupette pendant l'une d'entre elles ! Retrouve le programme détaillé à l'office de tourisme, dans les commerces et sur l'agenda en ligne sur [www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

*Meet the village's hosts for plenty of free activities. You might bump into Choupette during one of those! Find the entertainment programme at the tourist office, in shops or online at [www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)*



# GARDERIE ET CENTRE DE LOISIRS

## NURSERY & PLAYSCHÈMES



### Pour les plus petits, La Galipette (3 mois à 6 ans)

#### Nursery for infants age 3 months to 6 years

Cette structure accueille les enfants à partir de 3 mois jusqu'à 6 ans. Ceux-ci disposent d'espaces de jeux adaptés et variés, d'un espace extérieur aménagé et fermé et d'un encadrement spécialisé. Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30. Réservation souhaitée.

*La Galipette nursery welcomes children from age 3 months to 6 years. It boasts various play areas, both indoor and out, and a team of qualified staff. Open Monday to Friday, from 8.30am to 5.30pm. Advanced booking recommended.*

- **À l'unité / Per session**
- Demi-journée après-midi (13h-17h30).....23 €  
*Half day afternoon (1pm to 5.30pm)*
- Grande matinée avec repas (8h30-13h).....35 €  
*Long morning with lunch (8.30am to 1pm)*
- Journée avec repas (8h30-17h30).....44 €  
*Full day with lunch (8.30am to 5.30pm)*

- **5 jours / 5 days**
- 5 demi-journées matin ou après-midi.....103 €  
*5 half-days morning or afternoon*
- 5 grandes matinées avec repas.....157 €  
*5 long mornings with lunch*
- 5 journées avec repas.....198 €  
*5 full days with lunch*
- Heure supplémentaire / Extra hour.....10 €

#### LA GALIPETTE

 +33 (0)4 57 44 01 59  
 [garderie@lescontamines.com](mailto:garderie@lescontamines.com)  
 [www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

### Pour les plus grands, le Centre de Loisirs (3-11 ans)

#### Playscheme for children age 3 to 11 years

Cette structure accueille les enfants pour la journée (prise en charge au départ des Contamines). Nombreuses activités variées : ateliers manuels, grands jeux, piscine, minigolf, camping, sorties pique-nique, patinoire...

De 8h30 à 18h du lundi au vendredi. Repas et goûter compris.  
*A daily playscheme for kids age 3 to 11 (collected from Les Contamines). Activities include: arts & crafts, outdoor games, swimming, mini golf, camping, picnics, ice skating etc. From Monday to Friday from 8.30am to 6pm. Lunch and Snacks included.*

Inscriptions / Enrolment: **MJC**  
 +33 (0)4 50 47 73 40  
 [mjcstgervais@wanadoo.fr](mailto:mjcstgervais@wanadoo.fr)  
 [www.mjcsaintgervais.com](http://www.mjcsaintgervais.com)

### Camps Ados (10-14 ans) / Summer Camps (10-14 years)

Apprentissage, autonomie, vie de groupe, découverte d'activités... sont les maîtres-mots de ces camps. Du lundi au vendredi : semaines à thèmes où les adolescents rentrent chez eux le soir et mini camps (randonnée bivouac, parc d'attractions...). / *Learning, independence, group life and discovering new activities are the main focus of these camps. From Monday to Friday: theme weeks (teenagers go home every night) and mini camps.*

*Activities include hiking, camping and theme park outings.*

Inscriptions / Enrolment: **MJC**

 +33 (0)4 50 47 73 40

 [mjcstgervais@wanadoo.fr](mailto:mjcstgervais@wanadoo.fr)

 [www.mjcsaintgervais.com](http://www.mjcsaintgervais.com)

### Assistantes maternelles, baby-sitters / Childminders, babysitters

L'Office de Tourisme tient à votre disposition une liste des baby-sitters et des assistantes maternelles. Cette liste n'engage en rien la responsabilité de l'Office de Tourisme.

*You can ask the Tourist Office for a list of babysitters and childminders. The Tourist Office can not be held accountable for this list.*

### Location puériculture / Baby equipment rental

- Les Contamines Réservation propose :  
*Available through Les Contamines Central Booking Office:*
- Poussette / Pushchair, jour / day.....5 €
- Semaine / week.....22 €
- Réhausseur / Booster seat, semaine / week.....5 €

Lit bébé / Cot, semaine / week .....14 €  
Retrouvez en pages 44 et 45 les magasins de sports proposant des équipements pour les enfants (poussettes, porte-bébé,...)  
*Pages 44 and 45: List of sports shops that propose equipment for children (pushchairs, baby carriers etc.).*



# PARC DE LOISIRS DU PONTET

## LEISURE PARK



Découvrez le plus grand parc de loisirs du Pays du Mont-Blanc avec ses 30 hectares et plus de 25 activités pour toute la famille ! / Discover the largest leisure park in the Pays du Mont-Blanc area (30 hectares), with more than 25 activities for all the family!



### Conta Pass

	Adulte Adult*	Enfant Children**
<b>Conta Pass journée</b> Daily Conta Pass	10 €	8 €
<b>Conta Pass semaine</b> Weekly Conta Pass	50 €	35 €
<b>Conta Pass saison</b> Season Conta Pass	70 €	57 €
<b>Conta Pass Tribu</b> Conta Family Pass	10% de réduction sur l'achat simultané d'au moins 4 Conta Pass dont 2 adultes. 10% discount for the simultaneous purchase of 4 Conta Pass including 2 adults.	

Gratuits pour les moins de 5 ans / Free for children under 5.

\* 15 ans et plus / age 15+ \*\* de 5 à 14 ans inclus / age 5 to 14

Une formule pour profiter d'un maximum de bons plans sur les activités de loisirs et chez nos partenaires du village. This pass enables you to enjoy a range of leisure activities and special deals with our resort partners.

- Les activités comprises dans le Conta Pass journée / Activities included in the daily Conta Pass :
  - 1 aller/retour la Gorge - l'Etape / 1 round trip to the Gorge - l'Etape
  - 1 entrée au lac de baignade / 1 entrance to the swimming lake
  - 1 seau de 50 balles au practice de golf / 1 bucket of 50 balls at the golf practice
  - Médiathèque (emprunt à la journée) / Media Library (daily loan)
  - 10 % de réduction chez de nombreux prestataires et activités sur présentation de la carte\* / 10% discount on presentation of your pass\*
- Les activités comprises dans le Conta Pass semaine / Activities included in the weekly Conta Pass :
  - Remontées mécaniques : forfait Evasion 6 jours en accès illimité / Ski lifts: 6 day Evasion package with unlimited access
  - Accès illimité au lac de baignade / Unlimited access to swimming lake
  - 1 seau de 50 balles au practice de golf 1 fois par jour / 1 bucket of 50 balls 1 time per day at the golf practice
  - Médiathèque (adhésion court séjour) / Media Library (short stay membership)

- 1 carnet découverte du patrimoine local / A guide to local heritage
- 1 masque en tissu aux couleurs des Contamines-Montjoie / 1 fabric mask in the colours of the Contamines-Montjoie.
- 10 % de réduction chez de nombreux prestataires et activités sur présentation de la carte\* / 10% discount on presentation of your pass\*

- Activités comprises dans le Conta Pass saison / Activities included in the season Conta Pass
  - Accès illimité au lac de baignade / Unlimited access to swimming lake
  - 10 seaux de 100 balles au practice de golf / 10 buckets of 100 balls at the golf practice
  - Médiathèque (adhésion saison offerte) / Media Library (season membership offered)
  - 10 % de réduction sur une sélection d'activités proposées par nos partenaires\* / 10% discount on presentation of your pass\*

\* Nos partenaires : Nash Mountain Games, parcours aventure 4 saisons, domaine nordique 4 saisons, cours de golf, Contamines Tennis Club et bureau des guides et accompagnateurs / Our partners : Nash Mountain Games, 4 seasons Adventure Park, Nordic Domain 4 Seasons, golf lessons, Contamines Tennis Club, mountain guides and leaders (Bureau des Guides).

Pass en vente à l'Office de Tourisme et au lac de baignade. Carte nominative, numérotée et datée. / Pass for sale at the Tourist Office and at the swimming lake. Nominative pass, numbered and dated.

Retrouvez tous les tarifs sur / Rates available online at [www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

Grâce à ce pictogramme, retrouvez toutes les activités comprises dans le Conta Pass ainsi que les activités à tarifs réduits de nos partenaires. / This pictogram illustrates the activities included in the Conta Pass as well as other discounted activities.

#### Les Contamines Tourisme

+33 (0)4 50 47 01 58  
[info@lescontamines.com](mailto:info@lescontamines.com)  
[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

### Aires de jeux et de pique-nique / Playgrounds and picnic areas

Toboggans, balançoires, animaux à ressort, tyrolienne, échelles, passerelles... Nombreuses tables et barbecues à disposition pour déjeuner.

Swings & slides, zip wires, ladders and footbridges. Picnic tables and barbecues for your use at lunchtime.

## NASH MOUNTAIN GAMES



### Paddlers



À partir de 2 ans / From 2 years old

Des mini-bateaux pour les enfants sur un bassin dédié et sécurisé. / Mini-boats for children only, in a safe area.

Durée / Duration: 30 min

### Barques, pédalos, paddles et kayaks

#### Boat, pedalo, paddle and kayak hire



À partir de 4 ans / From 4 years old

Des pédalos et des barques (4 à 6 places) ainsi que des kayaks (1 à 2 places) vous attendent pour une escapade familiale sur le lac du Pontet. / Enjoy a family adventure on the Pontet lake: pedalos and rowing boats (4-6 seats), kayaks (1-2 seats).

Durée / Duration: 30 min

### Élasto-trampoline / Bungy trampoline



À partir de 1 an / From 1 year old

Venez vous éclater dans les airs avec l'élasto-trampoline. Sensations fortes assurées ! Experience thrills and spills as you fly through the air on the bungy trampoline!

Durée / Duration: 10 min

### Mini Golf



À partir de 2 ans / From 2 years old

Testez votre swing sur un parcours de 18 trous. / Test your swing on this 18-hole mini-golf course.

### Quads



À partir de 6 ans / From 6 years old

Les enfants pourront s'initier à la conduite de quads électriques sur un circuit sécurisé. / Electric quad bikes for children, on a safe circuit.

Durée / Duration: 8 min

### Structures gonflables / Inflatables



À partir de 2 ans / From 2 years old

Différentes structures gonflables pour les enfants de tous âges ! Coin ombragé pour les parents.

Various inflatables are available for children of all ages! Shaded waiting area for parents.

Durée / Duration: 30 min

### Trampoline géant / Giant trampoline



À partir de 2 ans / From 2 years old

Vos enfants vont adorer cette structure en filets suspendus. À l'intérieur, les petits pourront s'éclater avec les filets rebondissants, les cordes de Tarzan et les balles géantes.

A fun trampoline equipped with nets, Tarzan ropes and giant bouncy balls.

Durée / Duration: 20 min

### Tarifs des activités Nash Mountain Games / Nash Mountain Games Prices

1 activité = 1 jeton / 1 activity = 1 token

1 jeton / token ..... 5 €

5 jetons / tokens ..... 22,50 €

10 jetons / tokens ..... 40 €

20 jetons / tokens ..... 70 €

30 jetons / tokens ..... 90 €

Vente des jetons à l'entrée de l'espace de jeux "Nash Mountain Games". / Tokens for sale at the entrance to "Nash Mountain Games".

Ouvert 7j/7 de 10h à 19h. / Open 7 days a week, from 10am to 7pm.

+33 (0)6 63 21 49 45

[www.nashgames.fr](http://www.nashgames.fr)

Nash Mountain Games



Cette édition ne saurait tenir compte des activités qui pourraient être ajoutées par le gestionnaire. Pour plus de renseignements, merci de vous rapprocher de Nash Mountain Games. This edition cannot take into account activities that may be added to the programme. For more information, please contact Nash Mountain Games.



## Ânes et Mômes : randonnez avec des ânes / Donkeys and Children: hiking with a donkey



À partir de 3 ans / From 3 years old

Vivez l'aventure de la randonnée avec un âne. Il portera vos sacs et marchera à votre rythme. Randonner avec un âne signifie randonner léger ! Animal idéal pour parcourir la montagne en famille. Aide sur le choix d'itinéraire, réservation en refuge, logistique, ouvert 7J/7.

*Hiking with a donkey means hiking light. A donkey will carry your bags and walk at your pace. An ideal way to discover the mountains with your family. Open 7 days a week for advice on routes, mountain refuge huts, logistics etc.*

- À partir de 3 ans / From 3 years old  
1h30 ..... 15 €
- À partir de 4 ans / From 4 years old  
1 jour / day ..... 50 €
- À partir de 5 ans / From 5 years old  
2 jours / days ..... 100 €  
3 jours / days ..... 150 €
- À partir de 6 ans / From 6 years old  
5 jours / days ..... 250 €

☎ +33 (0)6 62 50 75 05  
 🌐 [www.anesetmomes.com](http://www.anesetmomes.com)  
 📘 ânes et mômes

## Balades en poneys / Pony rides



À partir de 3 ans / From 3 years old

À l'entrée du parc de loisirs. Les "Poneys du Pontet", baptêmes à poney (avec un adulte accompagnateur) sur un parcours ludique et varié, aménagé pour les jeunes enfants.

*Pony rides for children (accompanied by an adult) along a fun itinerary located at the entrance to the leisure park.*

10 minutes ..... 7 €

☎ +33 (0)6 09 85 94 94

## Biathlon



À partir de 8 ans / From 8 years old

Vivez l'expérience biathlon running avec les animateurs diplômés. Vous découvrirez les subtilités de l'activité et jouerez agilement avec le curseur vitesse et précision. Accessible à tous. Ouvert 7j/7 de 10h à 18h. Réservation conseillée. *Experience Biathlon running with a qualified instructor. Discover the technicalities of this activity, the speed and precision necessary. Accessible to all, 7 days a week from 10am to 6pm. Booking recommended.*

Le snack Café Alpinum vous propose des hamburgers, pâtes fraîches, tartes, crêpes et glaces à partir du mois de juin. Demandez la carte ! / *The snack bar Café Alpinum serves burgers, fresh pasta, pies, pancakes and ice cream. Open from June onwards. Take a look at the menu!*

Retrouvez tous les tarifs en vous connectant sur / *To find out all prices, please connect you on [www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)*



Tous les mercredis à 17h, participez au Challenge Biathlon Familles et Amis spécialement conçu pour les petits et les grands. 15€/pers. Résultats autour d'un apéritif. / *Every Wednesday at 5pm, take part in a fun biathlon challenge specially designed for all the family and friends! 15 €/person. Results around an aperitif.*

**Informations : Chalet du Domaine Nordique 4 saisons**  
 ☎ +33 (0)6 58 07 70 95  
 🌐 [www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)  
 📘 Club Alpinum

## Canis-rando



À partir de 6 ans / From 6 years old

Découverte et balade ludique avec un contact et un lien affectif avec votre compagnon d'aventure. Nous évoluons au rythme de l'humain et non à celui des chiens.

*Enjoy a fun hike with a four-legged friend. Outing at a human pace and not at the dogs' pace.*

Durée / Duration: 2h30.

Adulte / Adult ..... 25 €  
 Enfant -12 ans / Child under 12 ..... 18 €

**Le Parc du chien polaire / Polar Dog Park**

☎ +33 (0)6 21 83 52 39

✉ [stritchmatter.b@free.fr](mailto:stritchmatter.b@free.fr)

🌐 [www.lescontamines.net/musher/](http://www.lescontamines.net/musher/)

## Centre équestre / Riding Centre



Exceptionnellement fermé cette année. / *Exceptionally closed this year.*

Pour toutes informations, contactez l'Office de Tourisme.

*For further information, please contact the Tourist Office.*

**Les Contamines Tourisme**

☎ +33 (0)4 50 47 01 58

## Golf



À partir de 5 ans / From 5 years old

### • Cours de golf / Golf lessons

Cours individuels, cours pour 2 personnes, cours collectifs, stages en compagnie d'un professeur diplômé d'État de golf. *Private lessons, lessons for 2, group lessons for beginners and courses, all with a qualified golf pro.*

Cours individuels / *Private lessons* ..... 30 → 225 €

Cours pour 2 pers. / *Lessons for 2* ..... 60 → 270 €

Cours collectifs/pers ..... 20 → 25 €

*Group lessons/person*

Stages/pers. / *Courses/person* ..... 140 → 290 €

Tarif découverte 1h / *Discovery rate 1h* ..... 20 €

Apéro Golf / *Golf happy hour* ..... 19 €

### • Practice de golf / Golf driving range

Terrain d'entraînement avec postes de swing sous abri et putting green. Ouvert 7j/7 de 10h à 12h et de 15h à 19h. Location de club sur place (2 €) / *Practice range with a sheltered driving range and a putting green. Open 7 days a week from 10am to noon and from 3pm to 7pm. Club rental on site: €2.*

Seau de 50 balles / *Bucket of 50 balls* ..... 5 €

Seau de 100 balles / *Bucket of 100 balls* ..... 8 €

10 seaux de 50 balles / *10 buckets of 50 balls* ..... 30 €

10 seaux de 100 balles / *10 buckets of 100 balls* ..... 45 €

**David Mollier**

☎ +33 (0)6 77 52 91 81

✉ [david.mollier74@gmail.com](mailto:david.mollier74@gmail.com)

🌐 [www.david.mollier.free.fr](http://www.david.mollier.free.fr)

**Les Contamines Tourisme**

☎ +33 (0)4 50 47 01 58

✉ [info@lescontamines.com](mailto:info@lescontamines.com)

🌐 [www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)



## Lac de baignade / Swimming lake



3 800 m<sup>2</sup> d'aire de baignade surveillée pour petits et grands, des plages de sable, des pelouses... et un toboggan géant ! Ouvert 7j/7 de 11h à 18h. L'accès est interdit aux animaux.

*The supervised bathing lake in Les Contamines covers an area of 3,800 m<sup>2</sup>. Suitable for all ages, its boasts sandy beaches, lush lawns and a giant slide! Open 7 days a week from 11am to 6pm. Pets forbidden.*

Journée adulte / Full day - Adult .....4 €

Journée enfant (- 15 ans) / Full day - Child (under 15) .....3 €  
Carte 10 entrées / 10 entries .....30 €  
Pass semaine / Weekly pass :  
Adulte / Adult .....18 €  
Enfant / Child .....14 €  
Gratuit pour les moins de 5 ans / Free of charge for under 5's

+33 (0)4 57 44 01 52

## Parc du chien polaire / Polar Dog Park



À partir de 3 ans / From 3 years old

Avec plus de 20 ans de pratique et d'expérience du Grand Nord sibérien, "Les Voyageurs de l'hiver" vous feront partager leur passion.

*With more than 20 years experience in the Great North, "Les Voyageurs de l'hiver" are keen to share their passion for Polar dogs.*

• **Visite de l'enclos / Visit the husky dog enclosure**  
Enfant - 12 ans / Child under 12 .....7,50 €  
Adulte / Adult .....8 €

• **Expérience insolite / Unusual experience**  
Durant l'automne, participez à la préparation des attelages pour la saison hivernale.  
*During the autumn, participate in the preparation of the dogs for the winter season.*  
La journée tout compris / Full day, all inclusive .....120 €

+33 (0)6 21 83 52 39

stritmatter.b@free.fr

www.lescontamines.net/musher/

## Parcours Aventure 4 saisons / Four seasons Adventure Park



À partir de 2 ans et demi / From 2 and a half years old

60 jeux répartis sur 4 parcours en ligne de vie continue, 100 % sécurisés. Dès 2 ans et demi, en famille ou entre amis, osez l'aventure... / 60 obstacles spread over 4 different courses for adults and children age 2,5+. Experience an adventure with your family and friends.

• **NOUVEAUTÉ !** Parcours Le Petit Aventurier (2 ans ½ et 1m minimum) / **NEW!** The little adventurer course (from age 2,5 - minimum height 100 cm) .....10 €  
• Parcours Kid (5 ans minimum) .....10 €  
*Kid's course (age 5 minimum)*  
• Parcours Découverte (7 ans et 1m20 minimum) .....18 €  
*Discovery course (from age 7 - minimum height 120 cm)*  
• Parcours Sensation (11 ans et 1m40 minimum) .....23 €  
*Sensation course (from age 11 - minimum height 140 cm)*

• **Tarifs de groupe / Group rates :**  
- Parcours Kid (vert / green) .....8 €  
- Parcours Découverte (jaune et bleu / yellow and blue) .....15 €  
- Parcours Sensation (rouge / red) .....19 €  
- Parcours Le Petit Aventurier .....8 €  
Les enfants de moins de 12 ans doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte. / Children under 12 years old must be accompanied by an adult.

+33 (0)6 21 83 52 39

contaparcours@free.fr

www.acrobatic-island.com

## Piste de ski à roulettes et roller / Roller Ski and Roller Blade Track



À partir de 8 ans (roller possible pour les plus petits) / From 8 years old (rollerblades possible for younger children)

Découvrez la piste de ski roues de 2,5 km sur laquelle s'entraînent nos champions biathlètes et fondeurs. Vous trouverez sur place location de matériel et encadrement si besoin. Accès réglementé. Forfait de ski "comme en hiver" en vente au chalet du Domaine Nordique 4 saisons.

*Discover the 2.5 km roller ski slope on which our biathletes and cross-country champions regularly train. Equipment rental and coaching facilities available on site. Regulated access. Pass for sale at the 4 seasons Nordic chalet.*

Le snack Café Alpinum vous propose des hamburgers, pâtes fraîches, tartes, crêpes et glaces à partir du mois de juin.

Demandez la carte ! / The snack bar Café Alpinum serves burgers, fresh pasta, pies, pancakes and ice cream. Open from June onwards. Take a look at the menu!

Retrouvez tous les tarifs en vous connectant sur / To find out all prices, please connect you on [www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)

**Informations : Chalet du Domaine Nordique 4 saisons**

+33 (0)6 58 07 70 95

[www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)

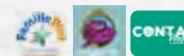
Facebook Club Alpinum

## Rocher d'escalade de la Duchère / La Duchère climbing rock

L'une des plus belles et plus vastes écoles d'escalade de Haute-Savoie. Accès libre. Topo-guide en vente au Bureau des Guides et Accompagnateurs et à la Maison de la Presse. Initiation et perfectionnement avec le Bureau des Guides (voir en page 20).

*One of the largest and most beautiful rock climbing sites in the Haute-Savoie region. Free access. Guide books can be purchased from the Mountain Guides' Office and local newspapers. Beginner and advanced sessions available with the local Mountain Guides (see p. 20).*

## Tennis



À partir de 4 ans / From 4 years old

• **Pratique non encadrée / Without an instructor**  
**Location des courts de tennis / Court hire**  
1h .....16 €  
1h (entre 13h et 15h / between 1pm and 3pm) .....13 €  
5h / 10h / 20h .....75 € / 130 € / 220 €  
• **Pratique encadrée par des enseignants professionnels diplômés d'État / With a state qualified instructor**  
**Leçons individuelles / Private lessons**  
30 min .....25 €  
1h .....45 €  
1 h / 2 pers. / people .....65 €  
**Stages du lundi au vendredi**  
**Courses from Monday to Friday**  
- À partir de 4 ans / From age 4+,  
1h30 / jour / day .....145 €  
1h30 de tennis + 1h30 d'activités .....195 €  
*1h30 of tennis + 1h30 of activities*

- Adulte 1h30/jour (à partir de 18 ans)  
*Adult: 1h30 / day (from age 18+)* .....155 €  
- **NOUVEAUTÉ !** Stage Full Tennis .....295 €  
De 9h à 15h, de 11 à 17 ans, ce stage conjugue préparation physique, entraînement tennis (technique, tactique) et la participation à un tournoi officiel de jeunes. Déjeuner au club (prévoir pique-nique).  
**NEW!** Full Tennis Course. From 9am to 3pm, adapted for youngsters aged 11 to 17, this course combines physical training, tennis practice (technique and tactics) plus participation in an official youth tournament. Lunch at the tennis club (picnic required).

+33 (0)6 65 68 69 12

contact@tennisescontamines.fr

www.tennisescontamines.fr

## Terrains de sport / Sports grounds

Vous disposez de terrains de foot, basket, beach volley, badminton, pétanque et de tables de ping-pong.

Football, basketball, beach volley, badminton and table tennis.

## Tir à l'arc / Archer À partir de 6 ans / From 6 years old



Tous les jeudis à 17h, participez à un concours de tir à l'arc ludique spécialement conçu pour petits et grands ! / Every Thursday at 5pm, participate in a fun archery competition specially designed for all the family!

Retrouvez tous les tarifs de cette activité en vous connectant sur / To find out prices of this activity please connect you on [www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)

**Informations : Chalet du Domaine Nordique 4 saisons**

+33 (0)6 58 07 70 95

[www.lescontamines-nordique.fr](http://www.lescontamines-nordique.fr)

Facebook Club Alpinum

Un moniteur fédéral vous accueille et vous conseille tout au long de votre temps d'activité. Réservation conseillée.

Activity run by a federal instructor. Booking recommended.

Retrouvez dans le centre du village / Enjoy the following facilities in the village centre:

## Mur d'escalade indoor / Indoor climbing wall

Profitez des plaisirs de la grimpe en indoor, à l'UCPA.

Enjoy the pleasures of indoor climbing at the UCPA.

Renseignements à l'Office de Tourisme.

Further information available at the Tourist Office.

**Les Contamines tourisme**

+33 (0)4 50 47 01 58

[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

## Pump track et rampe de skateboard / Pumptrack and skateboard ramp

Rendez-vous dans la zone de loisirs des Loyers pour découvrir ces équipements et modules spécialement conçus pour s'amuser en skateboard, rollers, trottinette ou vélo !

Located in the Loyers leisure zone, these facilities are specifically designed for skateboards, rollerblades, scooters and bikes.

**Les Contamines tourisme**

+33 (0)4 50 47 01 58

[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

**Au Virage**  
**MERMOUD**  
*Sports*

**E-BIKE, VTT & ROUTE**  
Location, vente et réparations

**TOUT**  
POUR LES  
**CYCLES**

MÉCANICIEN PROFESSIONNEL



Tél. 04 50 47 04 46

210, route du Nant Fandraz - Les Contamines-Montjoie - [mermoudsports@wanadoo.fr](mailto:mermoudsports@wanadoo.fr)



# MONTAGNE

## ALPINE ACTIVITIES



## Le Patou / The Patou (Great Pyrenees sheep dog)

Face à la prédation, les troupeaux ovins et caprins sont de plus en plus souvent gardés par des chiens de protection, appelés communément "patous". À l'approche d'un alpage, en randonnée, trail ou VTT, adoptez le bon comportement : ralentissez votre allure et contournez le plus largement possible le troupeau. Le chien de protection peut s'approcher pour vous identifier. Dans ce cas, arrêtez vous et restez calme. Vous pouvez aussi mettre un objet comme une casquette ou un sac à dos entre lui et vous. Quand le chien de protection se détourne, poursuivez tranquillement votre chemin.

In danger from predators, sheep and goat herds are often guarded by protective dogs, commonly called "Patous". When approaching a pasture whilst hiking, trail running or mountain biking, remember to adopt the following behavior: slow down your pace and bypass the herd as widely as possible. The dog may approach to identify you. In this case, stand still and remain calm. Place an item such as a cap or backpack between you and the dog. When the dog turns away, calmly continue on your way.

## Alpinisme / Mountaineering

### • Stages / Courses

Immersion totale dans l'univers de la montagne et contact privilégié avec le guide. Stage de 2 à 6 jours / Express total immersion in the alpine world accompanied by a mountain guide. 2 to 6 days courses.

### • Courses collectives / Group outings

Un programme hebdomadaire de courses pour entreprendre l'ascension d'un sommet. / A weekly programme of different outings to undertake the ascension of a mountain summit.

### • Engagement / Private guiding

L'engagement privé est une tradition qui vous permet de réaliser une course ou une randonnée adaptée à vos attentes avec un accompagnateur ou un guide. / Private guiding is a tradition that enables you to achieve a climb or a hike tailored to your expectations with a mountain leader or a a guide.

Pour connaître les tarifs de cette activité, veuillez prendre contact avec le bureau des guides et accompagnateurs. / To find out the prices of this activity, please contact the Mountain Guides Office.

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

+33 (0)4 50 47 10 08

[contact@guides-mont-blanc.com](mailto:contact@guides-mont-blanc.com)

[www.guides-mont-blanc.com](http://www.guides-mont-blanc.com)

Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

## Canyoning / Canyoning À partir de 9 ans et 1m50 minimum / From age 9 and 150 cm

Activité ludique, sauts dans les cascades, toboggans et nage dans les vasques. Venez découvrir les canyons de notre région. Combinaison, casque et baudrier fournis. Accessible en fonction de la physiognomie de l'enfant et avec de bonnes connaissances en natation.

This fun activity combines jumping into waterfalls, natural waterslides and swimming in rock pools. Come and discover our region's canyons. Wet suit, helmet and harness supplied. Accessible according to the physiognomy of the child and with good knowledge in swimming.

Pour connaître les tarifs de cette activité, veuillez prendre contact avec le bureau des guides et accompagnateurs. / To find out the prices of this activity, please contact the Mountain Guides Office.

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

+33 (0)4 50 47 10 08

[contact@guides-mont-blanc.com](mailto:contact@guides-mont-blanc.com)

[www.guides-mont-blanc.com](http://www.guides-mont-blanc.com)

Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

## Eaux vives / White water sports

À 20 km des Contamines, venez découvrir notre passion des sports d'eau vive : rafting, hydrospeed, canoraft, kayak raft, mini-raft et stand up paddle sur la rivière.

*Come and discover a range of white water sports only 20 km from Les Contamines: rafting, hydrospeed, canoraft, kayak raft, mini-raft and stand-up paddle on the river.*

- **Rafting** (6 à 8 pers. - Enfant de 7 à 10 ans et 1m50 mini. Accessible en fonction de la physiognomie de l'enfant. / 6 to 8 people - Children from 7 to 10 years old - minimum height 150 cm. Accessible according to the physiognomy of the child.)  
**Mini raft** (4 pers., à partir de 8 ans / 4 people, from age 8) Selon les parcours / Depending on the chosen itinerary Adultes / Adults .....40 €  
Enfants / Children .....30 €
- **Canoë-Raft** (2 pers. - À partir de 12 ans ou à partir de 10 ans si l'enfant est accompagné. / 2 people - From age 12 or 10 if the child is accompanied.) - **Kayak-raft** (1 pers. - À partir de 12 ans / From age 12) .....40 €

- **Stand up paddle de rivière** .....50 €
- **Hydrospeed** - Selon les parcours .....50 €  
*Depending on the chosen itinerary*
- **½ journée river explorer** .....70 €  
*½ day exploring the river*

**NOUVEAU**

- **Centre Test Packraft / Packraft Center Test** .....60 €
- **Stage semaine** pagaies couleurs FFCK (1 pers.) .....350 €  
*Course week paddles colors FFCK (1 pers.)*

### Boutique Alley Oop

+33 (0)4 50 47 02 60

### Session Raft

+33 (0)4 50 93 63 63

www.sessionraft.fr

Sessionraft

## Escalade / Climbing

### École d'escalade / Climbing school

À proximité du village, la falaise de la Duchère offre une multitude de possibilités nous permettant de vous proposer des activités de tous niveaux pour enfants et adultes. Séances privées en famille ou entre amis (de 1 à 6 personnes).

*Located close to the village, La Duchère climbing rock boasts a wealth of activities for children and adults at all levels. Private sessions with your family or friends (from 1 to 6 people per session).*

Pour connaître les conditions de cette activité, veuillez prendre contact avec le bureau des guides et accompagnateurs. / To find out the conditions of this activity, please contact the Mountain Guides Office.

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

+33 (0)4 50 47 10 08

contact@guides-mont-blanc.com

www.guides-mont-blanc.com

Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

## Parapente / Paragliding



Pour prendre de l'altitude, des vols pour enfants (- 30 kg) sont organisés le matin.

*Paragliding flights for kids (under 30 kg) are organised in the morning.*

À partir de / From .....65 €

### • Biplace / Tandem paragliding flights

Vols en biplace pour découvrir la montagne vue d'en haut. Découvrez les montagnes de dessus sur un vol en parapente tandem.

.....85 → 140 €

### • Vols montagne / Flights in the mountains

Monter à pied, redescendre en parapente, c'est le rêve de beaucoup d'alpinistes !

*Hike up and fly down... a dream for many mountaineers!*  
Selon les parcours ..... 200 → 1 350 €  
*Depending on the itinerary*

### • Marche et Vol / Hike & fly

Quoi de plus insolite que de parcourir les Alpes du Nord en marchant et de redescendre en volant ? / Discover the Northern Alps on foot and in flight!

À partir de/jour/pers From/day/person .....140 €

### Cîme et Ciel

+33 (0)6 38 87 91 87 (Tout l'été / All summer)

+33 (0)6 07 79 56 95 (Autres infos / Further information)

cimeetciel@gmail.com

www.cime-et-ciel.com

## Pêche / Fishing

### Fédération Nationale de la Pêche en France

#### National Fisheries Federation

Pour la pêche en torrents et lacs d'altitude, un permis est nécessaire (en vente à l'Office de Tourisme). A licence is required to fish in the mountain lakes and streams (available for purchase at the Tourist Office).

Permis hebdomadaire / Weekly licence .....20 → 33 €

Permis journalier / Daily licence:

Adulte / Adult .....12,10 → 16 €

Enfant de 12 à 18 ans / Child age 12 to 18 .....11,20 €

Enfant -12 ans / Child under 12 .....6 €

### Les Contamines Tourisme

+33 (0)4 50 47 01 58

info@lescontamines.com

www.lescontamines.com

## Randonnées / Hikes



Jetez un coup d'œil au programme des randonnées à thème, à partir de 8 ans, disponible au bureau des guides et accompagnateurs.

*The local mountain guides propose a programme of themed hikes for participants age 8 plus.*

### Pratique encadrée / Hiking with a guide

#### • Randonnées demi-journée et journée / Half day or day hikes

Une expérience unique pour découvrir la montagne autrement ! / A unique experience to discover the mountains in a whole new way !

#### • Randonnées itinérantes de 3 à 7 jours / 3 to 7 itinerant day hikes

Ces randonnées sont organisées avec originalité et de l'expérience. / Get off the beaten track on one of these original, well organised hikes.

Pour connaître les tarifs de cette activité, veuillez prendre contact avec le bureau des guides et accompagnateurs. / To find out the prices of this activity, please contact the Mountain Guides Office.

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

+33 (0)4 50 47 10 08

contact@guides-mont-blanc.com

www.guides-mont-blanc.com

Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

### Pratique non encadrée / Hiking without a guide

Pour randonner et découvrir seul la montagne des Contamines et du Val Montjoie :

- Une carte des randonnées du Val Montjoie est en vente à l'Office de Tourisme
- Des cartes et guides de randonnées sont en vente au Tabac Presse Merlin et dans les magasins de sports
- If hiking in solo in and around Les Contamines Montjoie:*
- A map is available from the Tourist Office
- A selection of maps and guide books are available from the local newsagents and sports shops

## Télécabines / Gondola lifts



Que vous soyez piétons ou VTTistes, deux télécabines vous facilitent l'accès aux sommets et au départ de randonnées. Elles fonctionnent 7 jours sur 7, du 26 juin au 5 septembre 2021. Télécabine de la Gorge : de 8h45 à 17h30, télécabine du Signal : de 9h à 12h30 et de 13h45 à 17h. Les horaires peuvent être modifiés, en particulier en cas de mauvais temps. Les chiens sont acceptés.

Tickets en vente à la caisse située au départ de la télécabine de la Gorge et à l'office de tourisme. Vente de passage à l'unité au sommet des télécabines pour la descente uniquement.

*Whether on foot or on a mountain bike, two gondola lifts carry you to the summits and the starting point of your walk or ride. The gondolas run 7 days a week from June 26<sup>th</sup> to September 5<sup>th</sup> 2021. Opening times are as follows: La Gorge gondola runs from 8.45am to 5.30pm, Le Signal gondola runs : from 9am to 12.30pm and from 1.45pm to 5pm. Opening times are subject to change, particularly in the event of bad weather. Dogs allowed.*

Tickets are available from the sales desk at the foot of the Gorge gondola and Tourist Office.

	Adulte/Sénior* Adult/Senior*	Enfant ** Child **
Journée Contamines Full day - Contamines	16,10 €	12,70 €
Aller-retour Étape Round trip - Etape	6,20 €	5 €
Aller-retour Signal Round trip - Signal	14,60 €	11,30 €

\* à partir de 65 ans / from 65 years old

\*\* de 5 à 14 ans inclus / from 5 to 14 years old

### SECMH : remontées mécaniques / Lift company

+33 (0)4 50 47 02 05

info@lescontamines.net

www.lescontamines.net

SECMH - les Contamines

## Via ferrata

Une approche de la verticalité à l'aide d'échelles, de câbles et de ponts népalais (groupe de 5 personnes maximum).  
*Progress vertically in the mountains using ladders, ropes and high-wire bridges (groups of 5 people maximum)*



La via ferrata c'est aussi pour les enfants à partir d'1m40. / *Via ferrata is also for children from 140 cm.*

Pour connaître les tarifs de cette activité, veuillez prendre contact avec le bureau des guides et accompagnateurs. / *To find out the prices of this activity, please contact the Mountain Guides Office.*

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

 +33 (0)4 50 47 10 08

 [contact@guides-mont-blanc.com](mailto:contact@guides-mont-blanc.com)

 [www.guides-mont-blanc.com](http://www.guides-mont-blanc.com)

 Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

## VTT / Mountain biking

### • Parcours aménagé "Les Clarines" / "Les Clarines" trail

Recommandé à partir de 12 ans et 1m50 minimum / *Recommended from age 12 and 150 cm*

Long de 3 km avec un dénivelé de 430 m (départ au Signal et arrivée à l'Étape), ce parcours de descente de niveau bleu, au milieu des alpages avec des passages en forêt, est agrémenté de 4 zones ludiques (passerelle, table, woops). En complément, à l'Étape, vous trouverez une zone d'apprentissage.

*Suitable for all levels, this 3 km long downhill trail (starting from Le Signal and ending at l'Étape) runs down through alpine pastures and forests and comprises 4 fun zones (bridges, tables & woops). A beginner's zone to practice your skills is located at l'Étape.*

### • Itinéraires balisés / Signposted trails

Découvrez 6 itinéraires balisés pour tous les niveaux. / *Discover signposted trails for all levels.*

Cartes disponibles à l'office de tourisme ou sur notre site internet / *Maps available at the Tourist Office or on our website:*

[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)

	Adulte/Sénior* Adult/Senior*	Enfant** Child**
Journée Contamines Full day - Contamines	16,10 €	12,70 €
10 passages / 10 rides	35,40 €	
Carte 30 passages / 30 rides	70,40 €	

\* à partir de 65 ans / *from 65 years old*

\*\* de 5 à 14 ans inclus / *from 5 to 14 years old*

### • SECMH : remontées mécaniques / Ski lift company

 +33 (0)4 50 47 02 05

 [info@lescontamines.net](mailto:info@lescontamines.net)

 [www.lescontamines.net](http://www.lescontamines.net)

 SECMH - les Contamines

- **Carte des parcours VTT au Pays du Mont-Blanc en vente à l'Office de Tourisme / A map of mountain biking circuits in the Mont-Blanc region is for sale at the Tourist Office.**

## À deux roues / On two wheels

Partez à l'assaut des plus beaux paysages ! Que ce soit à vélo tout terrain, en VTT à assistance électrique, en FAT bike ou en VTT de descente, il y a toujours une pratique faite pour vous ! Retrouvez tous nos loueurs en page 44.



Labellisée "Accueil Vélo", l'office de tourisme répond aux attentes de la clientèle cycliste ou aux adeptes des vacances à mobilité douce. Un kit de réparation et des bornes de recharge pour VAE sont mis à votre disposition en libre-service devant l'office de tourisme.

L'office de tourisme est à votre disposition pour tous renseignements complémentaires.



*Awarded the label of quality "Accueil Vélo", the Tourist Office meets the expectations of cycling fans and amateurs of sustainable mobility. A repair kit and charging stations for electric-assisted bikes are available for self-service in front of the Tourist Office.*

*For more information, please contact the Tourist Office.*



# TOURS ET TREKS

## TOURS AND TREKS



Randonnez sur le mythique GR du "Tour du Mont-Blanc", partez en trek à la découverte du Val Montjoie, empruntez les variantes du Tour du Mont-Blanc ! Les Contamines-Montjoie, vous accueille et vous propose : *Hike around the Mont-Blanc along the famous "GR Tour du Mont-Blanc", go on a trek to discover Val Montjoie, take variations from the standard itineraries of Tour du Mont-Blanc ! Les Contamines-Montjoie is located along these itineraries. Several options are available to you:*

- **Le Tour du Mont-Blanc en formule tout compris "sacs légers"** avec un accompagnateur en montagne / *All-inclusive "Tour du Mont-Blanc" hiking adventure with lightweight bags and a qualified mountain leader ...985 €*

### • La Traversée du Val Montjoie **NOUVEAU**

Encadré par un accompagnateur en montagne, découvrez des panoramas à couper le souffle ! Pendant 5 jours, vous traverserez les plus beaux alpages et cols de la région nichés sous les célèbres Dômes de Miage. Accessible de 4 à 6 personnes.  
*New! Val Montjoie Hiking Tour* Under the supervision of a mountain leader, undertake a 5 day hiking tour of the Val Montjoie. Enjoy breathtaking panoramic views and discover some of our most beautiful mountain pastures (nested below the famous Dômes de Miage). Groups of 4 to 6 people...770 €

### Bureau des guides et accompagnateurs Mountain Guides & Leaders

 +33 (0)4 50 47 10 08

 [contact@guides-mont-blanc.com](mailto:contact@guides-mont-blanc.com)

 [www.guides-mont-blanc.com](http://www.guides-mont-blanc.com)

 Compagnie des Guides de Saint Gervais / Les Contamines

- **Le Tour du Mont-Blanc "autrement"** en empruntant les variantes du Tour du Mont-Blanc *A different "Tour du Mont-Blanc", along less crowded paths, offering a variation from the standard itinerary.*

 [www.les-variantes-du-tour-du-mont-blanc.fr](http://www.les-variantes-du-tour-du-mont-blanc.fr)

- **Des cartes et guides de randonnées** en vente au Tabac Presse Merlin / *Maps and guide books for sale at the local newsagents.*

- **Une liste des refuges et des gîtes** le long du parcours disponible à l'office de tourisme. *A list of refuge huts and gites located along the itinerary is available from the Tourist Office.*

- **Un site internet** pour réserver en ligne votre tour du Mont-Blanc / *The official website for online reservations: [www.montourdumontblanc.com](http://www.montourdumontblanc.com)*



# BIEN-ÊTRE WELL-BEING



## LES THERMES DE SAINT-GERVAIS / SAINT-GERVAIS THERMAL BATHS

À Saint-Gervais Mont Blanc, nous pensons que la force de l'eau peut changer le cours des choses et déplacer les montagnes. Niché en pleine nature, au cœur d'un parc de 10 hectares, le spa thermal est un lieu d'exception où l'eau multimillénaire est tombée du ciel il y a plus de 6500 ans.

Pour quelques heures de bien-être ou en séjour, le spa thermal ressource, régénère, apaise. Holistique et bienfaisant, les Bains du Mont Blanc offrent une expérience toujours plus sensorielle. Chaque émotion se vit intensément au travers des 3 univers du parcours.

L'eau est au cœur de la scénographie et son voyage incroyable y est conté comme dans un recueil de poésie. En intérieur et à ciel ouvert, ce sont 6 bassins d'eau thermale entre 34° et 38° qui se succèdent. Après la roche et les glaciers, c'est un espace immersif inédit de 200 m² autour de la forêt qui fait son apparition. Une multitude d'alcôves pour prendre le temps de ressourcer sa peau, son corps et son esprit. Les cabines de soin deviennent des bulles de déconnexion où les praticiennes offrent des massages sur-mesure inspirés par la nature.

Tarif adulte ..... à partir de 42 €/personne (selon horaire et période)

Massages ..... à partir de 59 €/personne Accessible dès 13 ans à partir d'1m50. Réservation obligatoire, ouvert 7J/7 et jours fériés de 9h à 21h en haute saison.

Accueil famille le mercredi après-midi, samedi matin et dimanche matin sur réservation de 3 à 13 ans.



Le spa thermal accueille les enfants de 5 mois à 13 ans sur des créneaux qui leur sont réservés afin de privilégier leur confort.

*At specific times during the week, the baths welcome children from age 5 months to 13 years, accompanied by an adult.*

*In Saint-Gervais Mont Blanc, we believe that the strength of water can move mountains. Nestled amidst nature, at the heart of a 10-hectare park, the thermal spa is the source of millennium spring water that fell as rain more than 6,500 years ago.*

*For a few hours or more, the Mont-Blanc Baths are the ideal venue to relax and unwind, a soothing, holistic and sensory experience.*

*The spa circuit is designed to represent water in every shape and form, on its incredible journey through the rocks. Indoors and out, 6 thermal pools range from 34 to 38°. After the initial rock and glacier theme, this season boasts a new 200 sq-m area on a forest-theme. Visitors can discover a multitude of relaxing alcoves, the ideal opportunity to replenish body, mind and soul. Complete the experience in one of our relaxing treatment bubbles where qualified practitioners offer bespoke nature-inspired massage treatments.*

Adult rate ..... from 42 €/person (depending on time and period)

Massages ..... from 59 €/person Accessible from 13 years of age, over and above 1m50 in height.

Booking compulsory. Open 7 days a week from 9.00 am to 9.00 pm in high season.

Family sessions on Wednesday afternoons, Saturday and Sunday mornings on reservation only (for children age 3 to 13).



### Réservation / Reservations:

+ 33 (0)4 50 47 54 57

accueilspta.tsgmb@loreal.com

www.thermes-saint-gervais.com

Suivez-nous / Follow us on: Facebook, Instagram, LinkedIn

## PRESTATAIRES BIEN-ÊTRE WELL BEING

### Massage bien-être à domicile / Home massage

Cloé Borghini +33 (0)6 73 85 91 59

Mathilde Gaudry +33(0)6 99 09 64 29

www.vitality-massage.fr

### Massage Shiatsu à domicile / Home Shiatsu massage

Mikie Osuga +33 (0)7 82 53 75 40

### Naturopathe / Naturopath

Carine Dancla +33 (0)6 25 78 14 57

### Massage Tuina à domicile / Home Tuina massage

Julie Ponsin +33 (0)6 21 95 30 76

### Sophrologue-relaxologue et préparation mental / Sophrologist, relaxation therapist and mental preparation

Ludovic Callamard + 33 (0)6 33 86 01 45

www.lc-sophrologue.fr

### Rando-sophro / Hiking & sophrology

Cécile Demargne +33 (0)6 76 61 86 83

www.randosophro.com

### Thérapeute énergétique Reiki / Energy therapist Reiki

Lucas Giovanni Moreira + 33 (0)6 58 38 14 09

www.être-habité-et-habiter-pleinement-son-corps.fr

### Massage Ayurvédique Abhyanga / Ayurvedique Abhyanga massage

Claire Sicre +33 (0)6 66 31 44 66

### Sophrologie caycédienne / Caycedian sophrology

Géraldine Pignatelli +33 (0)6 03 18 55 11

www.sophrologie-lecrindesoi.com

BAR - RESTAURANT - CRÊPERIE  
**LE GLACIER**

TERRASSE ENSOLEILLÉE  
CENTRE DU VILLAGE  
04 50 47 04 56

SCONTAMINES RESERVATION

Un grand choix d'hébergements pour vos vacances tout au long de l'année

CHALETs - APPARTEMENTS - HÔTELS  
SÉJOURS TOUT COMPRIS - ACTIVITÉS - SERVICES

+33(0)4 50 47 05 10 - reservation@lescontamines.com  
www.reservation.lescontamines.com



# ACTIVITES CULTURELLES

## CULTURAL ACTIVITIES



### La Médiathèque / The Media Library



Située à côté de l'Espace Animation, la Médiathèque vous propose une multitude d'ouvrages, d'activités, d'expositions et d'ateliers. Elle met également à disposition des jeux à destination du public. Wifi gratuit.

**Horaires :** lundi, mardi, jeudi, vendredi de 16h à 19h - mercredi, samedi de 9h à 12h et de 15h à 17h. Fermée les jours fériés.

*Located next to the village hall, the Media Library proposes a multitude of books, board games, activities, exhibitions and workshops. Free wifi on site.*

**Opening hours: School holidays:** Monday, Tuesday, Thursday, Friday from 4pm to 7pm - Wednesday, Saturday from 9am to 12pm and from 3pm to 5pm. Closed on public holidays.

Adhésion / *Membership:*  
 Annuelle / *Annual* ..... 10 €  
 Saisonnière / *Seasonal* ..... 6 €  
 Court séjour / *Short stay* ..... 3 €  
 Gratuit pour les enfants et les étudiants / *Free for children and students.*

78, chemin des Écoles  
 +33 (0)4 50 47 52 65  
 biblio@mairie-lescontamines.com  
 www.mairie-lescontamines.com

### Églises de la Sainte-Trinité et de Notre-Dame de la Gorge

#### The church of the Blessed Trinity (Sainte Trinité) and the church of Notre Dame de la Gorge

Ces deux églises s'inscrivent dans l'exceptionnel patrimoine baroque religieux de Savoie. Horaires des messes disponibles à l'office de tourisme. Un sentier du baroque propose de partir à la découverte de remarquables églises, oratoires et chapelles des Contamines à Combloux.

*These two churches are part of the region's baroque and religious heritage. Mass times are available from the Tourist Office. A baroque footpath also enables you to discover other outstanding churches, oratories and chapels located between Les Contamines and Combloux.*

### Galerie d'art Laurence Verhoeven / Laurence Verhoeven Art Gallery

Depuis 20 ans, Laurence pose son regard de peintre sur les paysages de Bretagne et des Alpes. Contempler les brumes, écouter le silence des cimes, le crissement des pas sur la neige, le bruit des vagues et du vent, voilà ce qu'elle aime retranscrire sur ses toiles, de retour à l'atelier.

*For 20 years, Laurence has been painting the landscapes of Brittany and the Alps. She spends her time contemplating*

*the mists, listening to the silence of the peaks, the sound of footsteps on the snow or the breaking of the waves, before transcribing her memories to canvas in her artist's studio.*

19, route de Nant Fandraz  
 +33 (0)6 23 30 54 44  
 www.artactif.com/fr/artist/verhoeven

### Sentier de découverte / Discovery trail



Du centre du village à Notre-Dame de la Gorge, ce sentier pédagogique d'environ 4 kilomètres vous emmènera à la découverte du patrimoine naturel et culturel des Contamines. Pour vous accompagner sur ce circuit, un dépliant est disponible à l'office de tourisme.

Pour que les Contamines n'ait plus de secret pour vous, retrouvez l'ensemble des richesses du village dans un carnet découverte en vente à l'office de tourisme (1€) et dans un film documentaire à visionner également à l'office de tourisme (gratuit).

*Running from the village centre towards Notre-Dame de la Gorge, this 4km educational heritage trail enables you to discover the natural and cultural heritage of Les Contamines-Montjoie. A comprehensive leaflet is available from the Tourist Office.*

*For those interested in the historical secrets of the village, an information guide is available for purchase at the Tourist Office (€1). Visitors can also watch a documentary on site, free of charge.*

### Visites guidées / Guided visits



Ne manquez pas ces incontournables rendez-vous culturels pour petits et grands !  
*Don't miss out on cultural entertainment for all the family !*

- **Visite du village :** pour retrouver toute l'histoire des Contamines de son origine à aujourd'hui. Détail de la prestation dans le programme des animations disponible à l'office de tourisme.
- **Visite du patrimoine :** les Guides du Patrimoine, l'Association "Histoire, Mémoire et Patrimoine" et l'office de tourisme vous proposent trois fiches pour découvrir les petits trésors cachés des Contamines.
- **Village visit:** discover the complete history of Les Contamines, from its origins to today. Further details in the entertainment programme available from the Tourist Office.
- **Local heritage visit:** the local heritage guides, a local heritage association and the Tourist Office have compiled three information sheets to help you discover the hidden treasures of Les Contamines.

### Sur les pas de Samivel / Following in Samivel's footsteps

Aquarelliste, poète, romancier, cinéaste, explorateur, Samivel a profondément marqué le monde de la montagne. Fréquentant les Contamines dès son plus jeune âge, Samivel a été très attaché au village. Découvrez ses plus belles aquarelles dans un musée en plein air, situé juste derrière l'église Sainte-Trinité.

*Watercolourist, poet, novelist and filmmaker, Samivel has had a profound impact on the alpine world. A frequent visitor to Les Contamines since his earliest days, Samivel was deeply attached to the village. Discover his most beautiful watercolours in an open-air museum, located just behind the Church of the Blessed Trinity.*

### Livre audio " La légende de Choupette " / Audiobook "The legend of Choupette"



Faites découvrir les richesses de la réserve naturelle des Contamines-Montjoie à vos enfants avec les aventures de notre mascotte Choupette !  
 En vente à l'office de tourisme.

*Children can discover the riches of the nature reserve with the adventures of our mascot Choupette!  
 On sale at the Tourist Office.*



# ÉVÉNEMENTS & ANIMATIONS

## EVENTS & ENTERTAINMENT



**Ciné Drive** : tous les lundis pendant la période estivale du 5 juillet au 16 août  
**Ciné Drive**: every Monday during the summer holidays from July 5 to 16 August

DU / FROM 03 07  
 AU / TO 10 07  
**Stage de chant choral**  
 Choral singing workshop

13 07  
**Bal des Pompiers**  
 Annual Firefighters' Ball

& 20 07  
 & 21 07  
**Tournée des refuges**  
 Mountain Refuge Huts Tour  
 Le 20/07: Concert au refuge des Prés / Refuge des Prés  
 Concert  
 Le 21/07: Concert au refuge des Conscrêts / Refuge des Conscrêts  
 Concert

\* Compte-tenu des conditions sanitaires exceptionnelles liées à la Covid-19, les temps forts proposés sont susceptibles d'être reportés ou annulés. Pour plus d'informations, merci de contacter l'office de tourisme ou de consulter notre site internet.  
 Given the exceptional sanitary conditions related to Covid-19, the events and entertainment proposed are more than likely to be postponed or cancelled. For further information, please contact the Tourism Office or visit our website.  
[www.lescontamines.com](http://www.lescontamines.com)



**Slack That Festival**  
 DU / FROM 18 06  
 AU / TO 20 06



**NOUVEAU** 22 07 29 07  
 05 08 EN NOCTURNE / EVENING MARKET  
 12 08  
**Marché des Artisans**  
 Craft Fair



**OPENS DES C**  
 haute savoie le Département  
 24<sup>e</sup> Open International de Tennis des Contamines et Femmes au Sommet  
 24<sup>th</sup> International Open Tennis Tournament and Women at the Summit  
 DU / FROM 18 07  
 AU / TO 25 07



DU / FROM 31 07  
 AU / TO 01 08  
**Fête des Guides**  
 Guide's Festival



18 07  
**Fête du Village**  
 Village Festival



15 08  
**Fête de Notre-Dame de la Gorge**  
 Notre-Dame de la Gorge Festival



DU / FROM 11 07  
 AU / TO 16 07  
**Semaine du violoncelle**  
 Cello Week



DU / FROM 25 08  
 AU / TO 27 08  
**Ultra Trail du Mont-Blanc**  
 Mont-Blanc Ultra Trail



01 08  
**Village Nature**  
 Nature Village  
 DU / FROM 02 08  
 AU / TO 08 08  
**Semaine Nature**  
 Nature Week



& 04 09  
 & 05 09  
**Faites des Sports Outdoor**  
 Outdoor Sports Festival

# Groupe Favret Automobiles

Partenaire des Contamines-Montjoie



Way of Life!

\*Un style de vie!



## FAVRET AUTOMOBILES

DOMANCY / SALLANCHES - 04 50 93 90 06

THONON-LES-BAINS - 04 50 75 01 90

suzuki.fr - Retrouvez-nous

Modèle présenté : Suzuki Vitara 1.4 Boosterjet Hybrid Style option peinture métallisée So'Color.  
Consommations mixtes gamme Suzuki Vitara (WLTP) : 5,4 à 6,5 l/100 km. Émissions CO2 cycle mixte (WLTP) : 121 à 146 g/km.

Crédits photos : Jean-Pol GRANDMONT, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons - Suzuki



## HÉBERGEMENTS ACCOMMODATION

- |  |   |  |   |  |   |
|--|---|--|---|--|---|
|  | Nombre d'appartements<br><i>Number of apartments</i>  |  | Lave-linge<br><i>Washing machine</i>  |  | TV dans la chambre<br><i>Tv in bedrooms</i>                   |
|  | Nombre de chambres<br><i>Number of rooms</i>  |  | Linge compris<br><i>Linen included</i>  |  | Wifi<br><i>Wifi</i>   |
|  | Animaux acceptés<br><i>Animals accepted</i>   |  | Local matériel fermé<br><i>Locked storage</i>                                 |  | Ouvert à l'année<br><i>Open year-round</i>                    |
|  | Ascenseur<br><i>Lift</i>  |  | Location de linge<br><i>Linen Hire</i>  |  | Court séjour<br><i>Short stay</i>                             |
|  | Bagagerie<br><i>Luggage room</i>  |  | Piscine<br><i>Swimming pool</i>   |  | Accueil groupes<br><i>Groups welcome</i>                      |
|  | Bar<br><i>Bar</i>   |  | Réservation de matériel de sports /<br><i>Reservation of sports equipment</i> |  | Offres spéciales famille<br><i>Special family offers</i>      |
|  | Chambres accessibles aux personnes à mobilité réduite<br><i>Room with wheelchair access</i> |  | Restaurant<br><i>Restaurant</i>   |  | Réservation en ligne<br><i>Online booking</i>                 |
|  | Coffre-fort<br><i>Safe</i>  |  | Salle de fitness<br><i>Fitness room</i>                                       |  | Carte bleue<br><i>Credit cards accepted</i>                   |
|  | Coin cuisine<br><i>Kitchen area</i>   |  | Salle de réunion<br><i>Conference room</i>                                    |  | Chèque-Vacances<br><i>'Chèque-Vacances' accepted</i>          |
|  | Équipement bébé<br><i>Baby equipment</i>  |  | Salon<br><i>Lounge</i>  |  | Situation sur le plan<br><i>Location on map</i>               |
|  | Garage ou parking privé<br><i>Garage or private car park</i>                                |  | Sauna et/ou hammam<br><i>Sauna and/or hammam</i>                              |  | Labellisé Famille Plus<br><i>'Famille Plus' certification</i> |
|  | Bain à remous<br><i>Jacuzzi</i>   |  | Service ménage<br><i>Housekeeping service</i>                                 |  | Labellisé Accueil Vélo<br><i>'Label Velo' certification</i>   |
|  | Jeux pour enfants<br><i>Games for children</i>  |  | Terrasse ou solarium<br><i>Terrace or solarium</i>                            |  |   |

## GÎTES - ACCUEIL EN DORTOIR - REFUGES

### GÎTES - DORMITORY ACCOMMODATION - MOUNTAIN REFUGE HUTS

- |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  | Nombre de places en dortoirs<br><i>Number of places in dormitories</i> |  | Équipement cuisson<br><i>Cooking equipment</i>                           |  | Terrasse<br><i>Terrace</i>                           |
|  | Nombre de places en chambres<br><i>Number of places in rooms</i>       |  | Garage ou parking privé<br><i>Garage or private car park</i>             |  | Restauration<br><i>Food served</i>                   |
|  | Animaux acceptés<br><i>Animals accepted</i>                            |  | Local matériel fermé<br><i>Locked storage</i>                            |  | Wifi<br><i>Wifi</i>                                  |
|  | Couettes<br><i>Duvets</i>  |  | Petite épicerie<br><i>Small grocery shop</i>                             |  | Carte bleue<br><i>Credit cards accepted</i>          |
|  | Douches<br><i>Showers</i>  |  | Prise électrique (usage limité)<br><i>Electric sockets (limited use)</i> |  | Chèque-Vacances<br><i>'Chèque-Vacances' accepted</i> |

## HÔTELS HOTELS

**1** **CHALET-HÔTEL LA CHEMENAZ \*\*\*\***  40

 +33 (0)4 50 47 02 44  
 info@chemenaz.com  
 www.chemenaz.com  
 Chalet Hôtel La Chemenaz  
 @chalet.hotel.la.chemenaz

## CHALETS-RÉSIDENCES CHALET STYLE RESIDENCES

**10 ALPINE LODGE** 1:1 9



☎ +33 (0)4 50 47 07 00  
 ✉ info@alpinelodge.fr  
 🌐 www.alpinelodge.fr  
 📘 Alpine Lodge

Tarifs sur demande / Prices on request

**11 LE NÉVEZ (NEMEA)** 1:1 30



☎ +33 (0)5 57 26 99 31 (Centrale générale)  
 +33 (0)4 50 91 93 35 (Résidence)  
 ✉ info@nemea.fr  
 🌐 www.nemea.fr

4 pers. / 4 people : 200 → 645 €. 6 pers. / 6 people : 215 → 725 €. 8 pers. / 8 people : 290 → 850 €. 10 pers. / 10 people : 425 → 1320 €

## CHALETS-VILLAGES VACANCES HOLIDAY VILLAGE

**12 UCPA** 200 lits



☎ +33 (0)4 50 47 01 60  
 ✉ contamines@ucpa.asso.fr  
 🌐 www.contamines.ucpa.com  
 📘 UCPA Les Contamines  
 📷 @ucpalescontamines

Tarifs sur demande / Prices on request

## MAISONS FAMILIALES FAMILY GUEST HOUSES

**13 L'AVENIÈRE** 54



☎ +33 (0)4 50 47 04 30  
 ✉ contact@lacite-lescontamines.fr  
 🌐 www.lacite-lescontamines.fr

PC : 305 → 405 € - Exclusivement ouvert pour des groupes à partir de 20 personnes / Only open for groups from 20 people

**14 LA CITÉ MONTJOIE** 33



☎ +33 (0)4 50 47 04 30  
 ✉ contact@lacite-lescontamines.fr  
 🌐 www.lacite-lescontamines.fr

PC : 305 → 405 €

## GRAND CHALET EN GESTION LIBRE LARGE SELF-CATERED CHALET

**15 LES ARCHANGES** 51



☎ +33 (0)6 08 47 94 96  
 ✉ assopater@gmail.com

À partir de/jour/pers. / From/day/ pers. : 11 €

## CAMPING CAMPSITE

**16 CAMPING DU PONTET \*\*\*** 154



☎ +33 (0)4 50 47 04 04  
 ✉ campinglepontet74@orange.fr  
 🌐 www.campinglepontet.fr  
 📘 Camping Le Pontet

2 pers. + voiture + emplacement (2 people + car + camping pitch) : 18,30 € - Tente TMB 1 pers. (TMB tent 1 pers.) : 10,20 €

## CHALETS INDIVIDUELS INDIVIDUALS CHALETs

**16 LES CHALETs DU PONTET** 12 chalets de 4 pers. et de 5 à 6 pers. / 2 chalets for 4 people and 5 to 6 people



☎ +33 (0)4 50 47 04 04  
 ✉ campinglepontet74@orange.fr  
 🌐 www.campinglepontet.fr  
 📘 Camping Le Pontet

Semaine / Week : 305 → 645 € - Nuitée / Overnight stay : 52 → 155 €

## LOCATIONS D'APPARTEMENTS ET CHALETs APARTMENTS AND CHALETs RENTALS

### LES CONTAMINES RÉSERVATION

☎ +33 (0)4 50 47 05 10  
 ✉ reservation@lescontamines.com  
 🌐 www.reservation.lescontamines.com

### FONGIA MONT BLANC LES CONTAMINES

☎ +33 (0)4 50 47 01 82  
 ✉ contact@contamines-immobilier.fr  
 🌐 www.contamines-immobilier.fr

### MONT-BLANC IMMOBILIER

☎ +33 (0)4 50 47 04 15  
 ✉ contamines@mb-immobilier.com  
 🌐 www.mont-blanc-immobilier.fr

### ASSOCIATION DES PROPRIÉTAIRES DE MEUBLÉS

Location de particulier à particulier.  
 200 hébergements de qualité classés nouvelles normes.  
 Private rentals. 200 quality rental properties conform to new standards.  
 🌐 www.location-meubles-lescontamines.com

## GÎTES - ACCUEIL EN DORTOIR GÎTES - DORMITORY ACCOMMODATION

	<b>GÎTE D'ÉTAPE DU PONTET</b>	<b>32</b>
	<p>+33 (0)4 50 47 04 04                  campinglepontet74@orange.fr                  www.campinglepontet.fr                  Camping Le Pontet</p>	
DP : 42 → 78 € - PN : 8,50 €		

	<b>CHALET DU CLUB ALPIN FRANÇAIS</b>	<b>26</b>
	<p>+33 (0)4 50 47 00 88                  chaletdescontamines@ffcam.fr                  www.chaletdescontamines.ffcam.fr                  chaletdescontamines.ffcam.fr/reservation.html</p>	
DP : 29,20 → 47,50 € - PDJ : 8,50 € - D : 9,35 → 17 € - PN : 9,50 €		

	<b>GÎTE LES MÉLEZES</b>	<b>4 6</b>
	<p>+33 (0)9 80 89 22 18                  www.gite-lesmelezes.com</p>	
DP : 65 → 75 € - PN : 10 €		

	<b>REFUGE DE NANT-BARRANT (1459 m)</b>	<b>35</b>
	<p>+33 (0)4 50 47 03 57                  refugebantarrant@free.fr                  www.refuge-nantbarrant.com                  www.montourdumontblanc.com (résa. / reservations)                  Refuge de Nant Barrant</p>	
DP : 48 € - PDJ : 8 € - D : 22 € - PN : 11 €		

	<b>REFUGE DES PRÉS (1935 m)</b>	<b>30</b>
	<p>+33 (0)6 61 86 50 43                  contact@lerefugedespres.com                  www.lerefugedespres.com                  Le Refuge des Prés                  @lerefugedespres</p>	
DP : 40 → 70 € - PDJ : 12 € - D : 30 € - PN : 12 € - Réservation obligatoire		

	<b>REFUGE DE LA ROSELETTE (1871 m)</b>	<b>29 (5 tipis / tepees, 2 &amp; 3 roulottes / trailers)</b>
	<p>+33 (0)4 50 47 13 31                  roselette@wanadoo.fr                  www.laroselette.free.fr</p>	
DP : 52 → 58 € - PDJ : 14 € - D : 26 → 32 € - PN : 14 € - Roulotte / Trailer : 58 €		

	<b>REFUGE DU TRUC (1750 M)</b>	<b>28</b>
	<p>+33 (0)4 50 93 12 48                  aubergedutruc@hotmail.fr                  www.montourdumontblanc.com                  (résa./reservations)</p>	
DP : 42 € - PDJ : 9 € - D : 16 € - PN : 10 €		

## REFUGES MOUNTAIN REFUGE HUTS

	<b>REFUGE DE LA BALME (1706 m)</b>	<b>22 20</b>
	<p>+33 (0)4 50 47 03 54                  refuge-labalme@outlook.fr                  www.montourdumontblanc.com                  Refuge de la Balme                  @refuge_de_la_balme</p>	
DP : 80€ en chambre "Charme", 66€ en chambre privative, 55€ en dortoir - PDJ : 12 € - PN : 14 €		

	<b>REFUGE DES CONSCRITS (2600 m)</b>	<b>90</b>
	<p>+33 (0)4 79 89 09 03                  refuge.conscricts@gmail.com                  www.refugedesconscricts.ffcam.fr                  (résa. / reservations)                  Refuge des Conscricts</p>	
DP : 68 € - PDJ : 11 € - D : 32 € - PN : 12 € - Réservation obligatoire		



**ASSOCIATION DES MEUBLÉS DES CONTAMINES**

**200** hébergements de qualité  
 Location de particulier à particulier

**www.location-meubles-lescontamines.com**

CLASSES NOUVELLES NORMES QUALITÉ

PDJ : petit déjeuner (prix par personne et par jour) / breakfast (daily price per person) - D : dortoir (prix par personne et par nuitée) / dormitory (price per person per night)  
 PN : pique-nique / picnic - DP : demi-pension / Half board



# RESTAURANTS

## RESTAURANTS



### RESTAURANTS

Type de restauration  
Type of restaurant

- Cuisine régionale  
*Regional cuisine*
- Spécialités étrangères  
*Foreign specialties*
- Cuisine gastronomique  
*Gourmet cuisine*
- Cuisine traditionnelle  
*Traditional cuisine*
- Pizzeria
- Crêperie
- Restauration rapide  
*Fast-food*
- Glacier  
*Ice-cream bar*
- À emporter  
*Takeaway*
- Menu enfant  
*Children's menu*
- Plat du jour  
*Dish of the day*

Équipements et services  
Equipment and services

- Accessible aux personnes à mobilité réduite  
*Disabled access*
- Terrasse / *Terrace*
- Wifi / *Wifi*
- CB non acceptée  
*Credit cards not accepted*
- Chèque Déjeuner  
*"Chèque Déjeuner" accepted*
- Ticket Restaurant  
*"Ticket Restaurant" accepted*
- Chèque-Vacances  
*"Chèque-Vacances" accepted*
- Labellisé Famille Plus  
*"Famille Plus" certification*
- Situation sur le plan  
*Location on map*

### BARS

- Café / bar
- Bar d'ambiance  
*Lounge bar*
- Salon de thé  
*Tea rooms*
- Petite restauration  
*Light meals*
- Glacier  
*Ice-cream bar*
- Retransmission sportive  
*Sports broadcasting*
- Labellisé Famille Plus  
*"Famille Plus" certification*

**LES AIRELLES**

J4

+33 (0)4 50 47 10 49  
www.creperielesairrelles.fr  
Crêperie Les Airlles @creperielesairrelles

**AUBERGE DU BARATTET**

M3

+33 (0)4 50 47 09 21  
Auberge du Barattet

**LA BÉRANGÈRE**

I4

+33 (0)4 50 47 07 62

**AU BISTRO GOURMAND**

I4

+33 (0)4 50 47 16 41  
Au Bistro Gourmand

**CAFÉ ALPINUM**

N2

+33 (0)6 58 07 70 95  
www.lescontamines-nordique.fr

**LE CARNOTZET**

J4

+33 (0)4 50 47 03 93

**LA CASA ROCA**

K4

+33 (0)4 50 91 63 97  
La Casa Roca

**LE CHALET DU LAC**

O2

+33 (0)6 17 76 70 86  
www.lechaletdulac.eatbu.com  
Restaurant "Le Chalet du Lac"

**LA DAMEUSE À PIZZA**

K4

+33 (0)7 66 49 73 01  
www.lo-contamines.com  
La dameuse à pizza

**PIZZERIA LA FRINGALE**

H4

+33 (0)4 50 47 77 29  
La Fringale

**LE GAI SOLEIL**

J4

+33 (0)4 50 47 02 94  
www.gaisoleil.com  
Chalet-Hôtel Gai Soleil Les Contamines-Montjoie  
@hotelgaisoleil

**LA GÉLINOTTE**

O6

+33 (0)4 50 47 01 61  
+33 (0)6 07 96 47 31  
La Gelinotte  
@lagelinotte

**LE GLACIER**

J4



+33 (0)4 50 47 04 56

**LES RHODOS**

K4



+33 (0)6 23 41 02 71  
Brasserie les Rhodos

**LE TY BREIZ**

K4



+33 (0)4 50 47 18 32

**LE HUSKY BISTROT**

H5



+33 (0)4 50 47 03 13  
Le Husky Bistrot

**LE PONTET**

P2



+33 (0)6 51 13 68 64  
Le Pontet

 **RESTAURANTS D'ALTITUDE**  
MOUNTAIN RESTAURANTS

**L'Ô À LA BOUCHE**

K4



+33 (0)4 50 47 81 67  
www.lo-contamines.com  
Ô À la Bouche

**SIMPLY SUSHI**



+33 (0)7 82 53 75 40  
www.simplysushi.fr

**AUBERGE DE COLOMBAZ**



+33 (0)6 88 45 98 10  
www.auberge-colombaz.fr  
L'auberge De Colombaz

**LA BALME**



+33 (0)4 50 47 03 54  
Refuge de la Balme  
@refuge\_de\_la\_balme

**L'OURS NOIR**

K5



+33 (0)4 50 47 06 92  
L'ours Noir  
@restaurant\_lours\_noir\_

**LE STEM**

K4



+33 (0)4 50 47 02 72  
www.lechristiania-hotel.com  
Hôtel le Christiania  
@hotellechristiania

**L'ÉTAPE**



+33 (0)4 50 47 04 68  
www.etape.lescontamines.org  
Chalet Hôtel Restaurant L'Étape

**REFUGE DE NANT-BORRANT**



+33 (0)4 50 47 03 57  
www.refuge-nantborrant.com  
Refuge de Nant Borrant

**AU POIS GOURMAND**

M3



+33 (0)7 72 24 50 51  
Au Pois Gourmand

**LA TABLE D'HÔTES SAVOIE**

J4



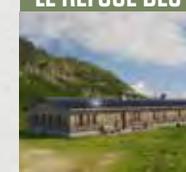
+33 (0)4 50 91 35 73  
www.tabledhotessavoie.fr

**LA ROSELETTE**



+33 (0)4 50 47 13 31  
+33 (0)6 80 63 50 93  
www.laroselette.free.fr

**LE REFUGE DES PRÉS**



+33 (0)6 61 86 50 43  
www.lerefugedespres.com  
Le Refuge des Prés  
lerefugedespres

**LE REPAIRE DES CURIOOS**



+33 (0)7 82 93 95 09  
Le repaire des curioos  
@repairedescurioos

**LA TRABLA**

M3



+33 (0)4 50 47 02 44  
www.chemenaz.com  
Chalet Hôtel La Chemenaz  
@chalet.hotel.la.chemenaz

**LE SIGNAL**



+33 (0)4 50 47 09 12  
www.lescontamines.org

**AUBERGE DU TRUC**



+33 (0)4 50 93 12 48



# BARS

## LA BÉRANGÈRE



+33 (0)4 50 47 07 62

## AU BISTRO GOURMAND



+33 (0)4 50 47 16 41  
Au Bistro Gourmand

## LE CARNOTZET



+33 (0)4 50 47 03 93

## LA CASA ROCA



+33 (0)4 50 91 63 97  
La Casa Roca

## LE CHALET DU LAC



+33 (0)6 17 76 70 86  
www.lechaletdulac.eatbu.com  
Restaurant "Le Chalet du Lac"

## LE GLACIER



+33 (0)4 50 47 04 56

## LE HUSKY BISTROT



+33 (0)4 50 47 03 13  
Le Husky Bistrot

## LE PONTET



+33 (0)6 51 13 68 64  
Le Pontet

## LES RHODOS



+33 (0)6 23 41 02 71  
Brasserie les Rhodos

## RHUMERIE LE SAXO



+33 (0)4 50 58 60 41  
Le Saxo Contamines

## LE TY BREIZ



+33 (0)4 50 47 18 32



# COMMERCES SHOPS

## ALIMENTATION GÉNÉRALE GROCERY STORES

- Carrefour Montagne ..... i4  
+33 (0)4 50 47 01 72
- Sherpa supermarché Centre du village ..... i4  
+33 (0)4 50 90 23 38
- Sherpa supermarché Le Lay ..... M4  
+33 (0)4 50 47 00 03
- Spar ..... J4  
+33 (0)4 50 21 93 70

## ARTISANAT, DÉCORATION, CADEAUX, BIJOUX, SOUVENIRS ARTS AND CRAFTS, DECORATION, GIFTS, JEWELLERY, SOUVENIRS

- Diversités ..... J4  
+33 (0)4 50 47 02 34
- La Pia ..... i4  
+33 (0)4 50 47 08 13
- BC créateurs de meubles ..... B7  
+33 (0)6 83 52 95 94

## ATELIER DE CRÉATION TISSU ET TRICOT KNITTING WORKSHOP

- Florence Bibollet Tisserande / Weaver .....  
+33 (0)6 30 10 93 96

## BOULANGERIE, PÂTISSERIE, CONFISERIE, PETITE RESTAURATION BAKERY, CAKES AND PASTRIES, SWEETS, LIGHT MEALS

- Aux Délices de Montjoie ..... i4  
+33 (0)4 50 47 01 80
- Le Fournil Café Hameau du Lay ..... M3  
+33 (0)4 50 47 01 80

## COIFFURE HAIRDRESSER

- Le Salon ..... H4  
+33 (0)4 50 54 48 41

## LAVERIE AUTOMATIQUE / PRESSING LAUNDERETTE / CLEANERS

- Easy Wash ..... i4  
+33 (0)6 87 34 56 85
- Pressing Fav'Net Sherpa Centre du village ..... i4  
+33 (0)4 50 90 23 38

## GALERIE D'ART - ATELIER ART GALLERY - STUDIO

- Laurence Verhoeven Peintre / Artist painter ..... K4  
+33 (0)6 23 30 54 44

## LIQUORISTE LIQUEUR MAKER

- Liquoristerie du Mont ..... J4  
+33 (0)4 50 89 51 57

## LOCATION DE DRAPS, LINGE DE TOILETTE ET MATÉRIEL PUÉRICULTURE SHEET AND TOWEL RENTAL, BABY EQUIPMENT RENTAL

- Les Contamines Réservation ..... i4  
+33 (0)4 50 47 05 10 sous réserve de stock disponible / subject to availability

## PRODUITS RÉGIONAUX, FROMAGERIE REGIONAL PRODUCE, CHEESE SHOP

- Alpage du Mont ..... J4  
+33 (0)4 50 89 51 57
- La Maison Alp'N ..... J4  
+33 (0)6 79 70 89 85
- Magasin des producteurs des Contamines ..... Q2  
+33 (0)6 63 37 05 70
- La Ferme Sabotdance ..... Q2  
+33 (0)6 74 47 10 48

## QUINCAILLERIE, CADEAUX, SOUVENIRS HARDWARE STORE, GIFTS, SOUVENIRS

- L'Espace Contaminard ..... J4  
+33 (0)4 50 47 01 67

## TABAC PRESSE TOBACCONIST-NEWSAGENTS

- Merlin ..... i4  
+33 (0)4 50 47 06 67



# MAGASINS DE SPORTS

## SPORTS SHOPS

# LOCATION articles sports & puériculture

## RENTAL articles sports & childcare

Pour les enfants / For children

	Vêtements Accessoires Clothing Accessories	VTT Fatbike électrique Electric Fatbike	Raquette de tennis Tennis racket	Trottinette électrique Electric scooter	Skateboard Skateboard	Vélo Bikes	Vélo électrique Electric bike	Matériel escalade Climbing equipment	Chaussures de randonnée Hiking boots	Matériel alpinisme Mountaineering equipment	Vélo pour enfant Kids' bikes	Via Ferrata Alpinisme Via Ferrata Alpinisme	Trotinette Skateboard Scooter Skateboard	Raquette tennis pour enfant Tennis racket for kid	Chaussures randonnée enfant Hiking shoes for kid	Porte bébé (vélo) ou remorque Baby carrier Trailer for bike	Porte bébé (marche) Baby carrier (walking)	Poussette tout terrain All terrain pushchair	Réhausseur Booster seat	Lit parapluie Cot	
J4	Alley Oop	+33 (0)4 50 47 02 60	•		•	•					•		•			•					•
K4	Au Virage Mermoud	+33 (0)4 50 47 04 46	•			•	•		•		•					•					•
i4	Intersport Ronchail	+33 (0)4 50 47 00 26	•					•	•	•		•					•	•			•
i4	JB Sports - Sport 2000	+33 (0)4 50 47 02 38	•					•	•	•							•				•
K4	SKISET SARL Proust	+33 (0)6 61 53 40 05	•	•	•	•			•				•	•	•		•	•			•
J4	Sport 4807 Skimium	+33 (0)4 50 47 18 13	•																		•
i5	Centrale de réservation	+33 (0)4 50 47 05 10																			•



# SERVICES SERVICES

## AGENCES IMMOBILIÈRES

### ESTATE AGENTS

- Agence Immobilière du Lay.. M3  
+33 (0)4 50 47 07 36
- CAPIFRANCE  
Véronique Rey-Thouvard  
+33 (0)6 70 48 61 27
- Foncia Mont Blanc  
Les Contamines ..... K4  
+33 (0)4 50 47 01 82
- IAD France - Tessier Régine  
+33 (0)6 86 51 78 92
- MGM Constructeur  
Carmille Sophie  
+33 (0)6 63 76 25 97
- Mont-Blanc Immobilier..... H5  
+33 (0)4 50 47 04 15

## INFORMATIQUE ET WEB

### IT SERVICES

- Antix Informatique  
+33 (0)6 03 76 58 89
- Macweb Services  
+33 (0)6 03 76 58 89

## TRAITEURS CATERING SERVICES

- La Table d'Hôtes Savoie..... J4  
+33 (0)4 50 91 35 73
- L'Ô à la Bouche ..... K4  
+33 (0)4 50 47 81 67
- Au Pois Gourmand ..... M3  
+33 (0)7 72 24 50 51
- Le Husky Bistrot..... H5  
+33 (0)4 50 47 03 13

## SERVICES ADMINISTRATIFS

### ADMINISTRATIVE SERVICES

- Mairie Town hall ..... i4  
+33 (0)4 50 47 00 20  
Ouverte au public du lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 - Fermée le vendredi. / Open to the general public, Monday to Thursday from 8.30am to noon and 1.30pm to 5.30pm - Closed Fridays.
- Agence postale communale  
Post office ..... i4  
www.lqposte.fr +36 31  
Horaires : lundi au samedi de 8h30-12h et mercredi de 9h-12h. / Opening times: Monday to Saturday from 8.30 am - 12pm and Wednesday from 9am to noon.
- Assistante administrative-correctrice  
Administrative Corrector Assistant  
www.estellebarbier3.wixsite.com/website  
+33 (0)6 08 70 91 47

## SERVICES BANCAIRES

### BANKING SERVICES

- Banque Populaire des Alpes... i4  
+33 (0)4 50 91 42 30  
Automate accessible 7j/7, 24h/24 / Cash point available 24/7
- Crédit Agricole ..... i4  
+33 (0)4 50 19 40 14  
Automate accessible 7j/7, 24h/24 / Cash point available 24/7

## SERVICES DIVERS

### VARIOUS SERVICES

- Déchetterie de Saint-Gervais  
Rubbish tip  
+33 (0)4 50 93 47 26  
L'accès est réglementé : toutes les informations sur www.ccpmb.fr / Regulated access. Further information available at: www.ccpmb.fr

## SERVICES MÉDICAUX

### MEDICAL SERVICES

- Docteur Bosson Médecin généraliste / General practitioner ..... H4  
+33 (0)9 81 81 50 64  
76, chemin des Écoles  
Consultations sur rendez-vous. Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 9h-12h, 14h-18h Samedi : 9h-12h / On appointment only. Mondays, Tuesdays, Wednesdays and Fridays: from 9am to noon and from 2pm to 6pm. Saturdays: from 9am to noon.
- Cabinet d'ostéopathie - Spécialités périnatale et pédiatrique  
Osteopathy surgery - Perinatal and pediatric qualifications ..... H5  
+33 (0)7 63 88 86 02  
72, route de Saint-Gervais  
www.osteopathe-contamines.fr  
Consultations sur rendez-vous les lundis de 9h à 19h, les mardis de 15h à 20h, les mercredis au vendredis de 9h à 20h, les samedis de 9h à 14h. / By appointment only Mondays from 9am to 7pm, Tuesdays from 3pm to 8pm, Wednesdays to Fridays from 9am to 8pm, Saturdays from 9am to 2pm.

## Ambulance

- Ambulance Perrolaz  
+33 (0)4 50 31 68 68

## Cabinet infirmier du Val Montjoie

- Val Montjoie nursing practice  
+33 (0)4 50 93 54 54  
Les mardis et vendredis de 8h45 à 9h30  
Du lundi au samedi de 18h à 19h / Tuesdays and Fridays from 8.45am to 9.30am. Monday to Saturday from 6pm to 7pm.

## Cabinet vétérinaire Veterinary office

- Domancy  
+33 (0)4 50 93 51 46 Du lundi au vendredi : 9h à 19h - Samedi : de 9h à 12h et de 14h à 18h30 / From Monday to Friday from 9am to 7pm. Saturday: from 9am to noon and from 2pm to 6.30pm.

## Hôpital et urgences

- Emergency services  
SAMU  
Emergency ambulance service  
15
- Numéro de secours (portable)  
Emergency services (from a mobile)  
112
- Hôpital de Sallanches  
Sallanches hospital  
+33 (0)4 50 47 30 30

## Kinésithérapeutes Physiotherapists

- Catherine Billon-Doumic ..... M4  
+33 (0)4 50 47 04 19  
Le Lay - 516, route des Moranches  
Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h30 à 19h / Open from Monday to Friday, 9am to noon and 2.30pm to 7pm.
- Laurence Guffond ..... K4  
+33 (0)4 50 47 03 63  
Le Nivorin d'en Bas  
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 19h / Open from Monday to Friday, 8am to 7pm.

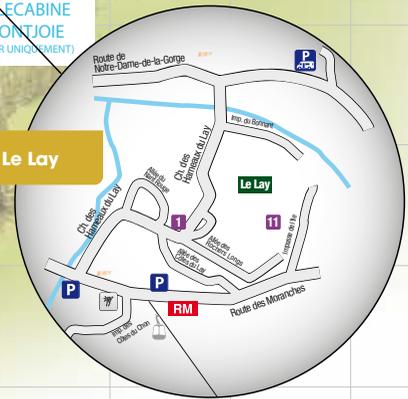
## Pharmacie Drugstore

- Pharmacie Paris ..... J4  
+33 (0)4 50 47 02 28  
Ouverte 7j/7 : 8h30-12h30 et 14h30-19h30  
Service de garde : 3237 / Open 7 days a week, 8.30am to 12.30pm and 2.30pm to 7.30pm. Day-care Service: 3237



# PLAN DU VILLAGE

## VILLAGE MAP



### SERVICES MÉDICAUX

#### MEDICAL SERVICES

	Médecins Doctors	H4
	Pharmacie Chemist	J4
	Kinésithérapeutes Physiotherapists	K4 M4
	Défibrillateurs Defibrillators	H4 - I4 P2

### SERVICES D'ACCUEIL / FACILITIES

Office de Tourisme, Centrale de Réservation, Mairie, Agence postale communale, ESF, Bureau des Guides, Espace "Nature au sommet", Police Municipale i4

*Tourist Office, Central Booking Office, Town Hall, Post Office, ESF French Ski School, Mountain Guides & Leaders, Nature Reserve Exhibition, Traffic Wardens*

### LÉGENDE PLAN / MAP KEY

	Hébergements Accommodation		Rivières Rivers		Cimetière Cemetery
--	-------------------------------	--	--------------------	--	-----------------------

### SERVICES DIVERS

#### VARIOUS SERVICES

	Point argent Cash point	
	Garage (réparation) Garage (repairs)	K4
	Toilettes publiques Public toilet	
	Tables à langer Baby changing area	

### TRANSPORTS

#### TRANSPORT SERVICES

	Taxi	i4
	Arrêt bus Bus stop	
	Parkings gratuits Free car parks	
	Parkings camping car Campervan parks	

### ACTIVITÉS ET ANIMATION

#### ACTIVITIES AND ENTERTAINMENT

	Départ de randonnées Departure point for hiking
	Chemin piétons Footpaths
	Parcours patrimoine Heritage trails
	Remontées mécaniques Mountain railways
	Stand d'information Choupette / Choupette information center



# ARTISANS

## ARTISANS & TRADESMEN

### BOIS DE CHAUFFAGE FIREWOOD

- Alain Roncoroni .....  
☎ +33 (0)6 09 14 05 77

### MENUISERIE-CHARPENTE CARPENTER

- Gilbert Mermoud .....  
☎ +33 (0)6 74 52 96 29
- Yannick Remy .....  
☎ +33 (0)6 14 63 45 11

### PLOMBERIE PLUMBER

- Vincent Charlety .....  
☎ +33 (0)6 28 91 05 21
- Patrick Dunand .....  
☎ +33 (0)4 50 47 06 30
- Didier Lefevre .....  
☎ +33 (0)6 50 90 74 39

### RÉNOVATION CHAUFFERIE BOILER RENOVATIONS

- Vincent Charlety .....  
☎ +33 (0)6 28 91 05 21
- Patrick Dunand .....  
☎ +33 (0)4 50 47 06 30

### TERRASSEMENT LEVELLING WORK

- Ludovic Callamad .....  
☎ +33 (0)6 84 05 67 27
- Jean-Paul Ouvrier-Buffer .....  
☎ +33 (0)6 80 14 19 34
- Marguet Terrassement .....  
☎ +33 (0)6 85 42 82 19

### CONSTRUCTION MÉTALLIQUE

- METAL CONSTRUCTION
- CMVM .....  
☎ +33 (0)4 50 47 00 71

### COUVERTURE ROOFER

- Laurent Guffond .....  
☎ +33 (0)4 50 93 46 11
- Rémi Jacob .....  
☎ +33 (0)4 50 91 50 39

### DÉNEIGEMENT SNOW CLEARING

- Jean-Paul Ouvrier-Buffer .....  
☎ +33 (0)6 80 14 19 34
- Alain Roncoroni .....  
☎ +33 (0)6 09 14 05 77
- Marguet Terrassement .....  
☎ +33 (0)6 85 42 82 19

### ÉLECTRICITÉ ELECTRICIAN

- Didier Lefevre .....  
☎ +33 (0)6 50 90 74 39
- Guillaume Salfati .....  
☎ +33 (0)6 61 83 36 72
- Val Montjoie Électricité .....  
☎ +33 (0)6 41 87 15 18

### ENTREPRISE NETTOYAGE

- PROFESSIONAL CLEANING SERVICE
- Rey Net .....  
☎ +33 (0)4 50 47 08 93

### ENTRETIEN ET PETITES RÉPARATIONS

- MAINTENANCE AND SMALL REPAIRS
- Hervé Revillod .....  
☎ +33 (0)6 83 17 08 15
  - Atelier 14 .....  
☎ +33 (0)6 81 44 94 91
  - Montjoie Services .....  
☎ +33 (0)6 72 83 96 79

### FAÏENCE, CARRELAGE, PIERRE

- TILER, STONEMASON
- Jean-François Monnard .....  
☎ +33 (0)6 70 52 71 27

### MAÇONNERIE BUILDER

- Ludovic Callamad .....  
☎ +33 (0)6 84 05 67 27
- Jean-Paul Ouvrier-Buffer .....  
☎ +33 (0)6 80 14 19 34

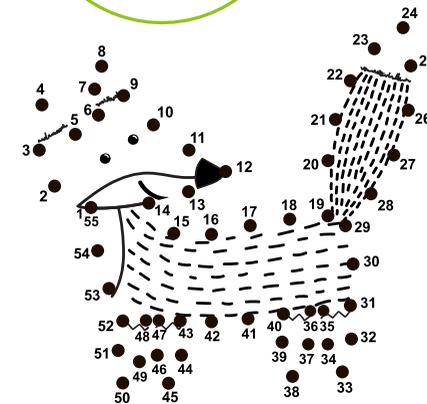
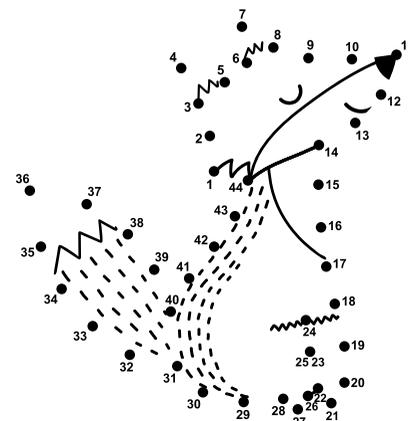


# JEUX

## GAMES

À toi de jouer  
It's up to you now!

Relie les points  
et découvre  
2 petits malins...  
Connects points  
and discovers  
2 little rascals...



	G		E	B	C	A	
D	F		C		H	Z	G
	C	E	D		G		F
B			A		C	D	Z
	H	A		D			B
F		Z	G	B		A	H
E	B			G	Z		A
G		D	B			H	C
H		F		C		G	Z

Complète la grille :  
une lettre ne doit  
apparaître qu'une seule  
fois par ligne et par  
colonne  
Complete the grid; a letter must  
appear only once per line  
and by column





# DESSIN - SOLUTIONS DES JEUX

## DRAWING - ANSWERS TO GAME

Colorie  
notre copine  
la marmotte.  
Let's color  
the marmott.



MONTREZ-NOUS VOTRE COLORIAGE ET REPARTEZ AVEC VOTRE CADEAU ! (RENDEZ-VOUS À L'OFFICE DE TOURISME)  
SHOW US YOUR COLORING AND LEAVE WITH YOUR GIFT! (SEE YOU AT THE TOURIST OFFICE)



Sudoku, page 49



Relie les points / Join the dots, page 49

Solutions  
des jeux  
à gagnes

chalets

# LÁSKA

LES CONTAMINES-MONTJOIE



LIVRAISON NOËL 2021



UNE ÉVIDENCE IMMOBILIÈRE AU  
PAYS DU MONT-BLANC

Appartements du 3  
au 5 pièces.

Piscine intérieure,  
sauna, hammam, fitness,  
Spa Montagnes du Monde®

T. +33 (0)4 50 09 62 62

[www.mgm-constructeur.com](http://www.mgm-constructeur.com)





LES **CONTAMINES**  
RÉSERVE NATURELLE D'ÉMOTIONS

# INFOS PRATIQUES PRACTICAL INFORMATION

## Accès et transports Access and transport

### VOITURE / BY CAR

L'autoroute A40 à 20 min des Contamines : prendre sortie 21 Le Fayet. / Take the A40 motorway and come off at exit 21 for Le Fayet, 20 minutes from Les Contamines.

### TAXI / BY TAXI

- **Taxi Besson** + 33 (0)4 50 93 62 07  
www.taxi-montblanc.com  
Minibus 8 places et monospace 6 places. Sur réservation. / 8-seater minibus and 6-seater people carrier. Advanced booking required.
- **Taxi Christian Parso** +33 (0)6 43 32 16 65

### TRAIN / BY TRAIN

Gare SNCF Saint-Gervais Les Bains Le Fayet

Réservation / Reservation : 36 35  
www.oui.sncf.com

### AVION / BY PLANE

- **Aéroport de Genève** - www.gva.ch  
À 1h des Contamines  
1 hour from Les Contamines
- **Aéroport de Lyon**  
www.lyonaeroports.com  
À 2h des Contamines  
2 hours from Les Contamines

### BUS / BY BUS

- **Sat Mont-Blanc** : + 33 (0)4 50 78 05 33  
(Lignes Pays du Mont-Blanc et liaison avec la gare SNCF / Mont-Blanc regional bus services and train connections)
- **Blablacar** : fr.ouibus.com (Liaison Les Contamines - Genève ou Lyon / Bus service between Les Contamines and Geneva or Lyon).

### NAVETTE GRATUITE / FREE SHUTTLEBUS

Service de navette dans le village, uniquement pendant les vacances scolaires. Horaires disponibles à l'office de tourisme et sur le site internet www.lescontamines.com

A shuttlebus service is available in the village during the French school holidays.

Pick up a timetable from the Tourist Office or online at www.lescontamines.com

## Office de tourisme : sur place Tourist Office: on site

### Horaires d'ouverture saison été pendant les vacances scolaires Summer season opening times during school holidays

Du lundi au samedi de 9h à 13h et de 14h à 19h / Les dimanches et jours fériés de 9h à 12h et de 15h à 19h.

From Monday to Saturday, from 9am to 1pm and 2pm to 7pm / Sundays and public holidays, from 9am to noon and 3pm to 7pm.

### SERVICE BUREAUTIQUE / OFFICE SERVICES

Photocopies et scan. Informations et inscriptions aux activités et animations. Photocopies and scan. Information and enrolment to activities and entertainment.

### RÉSERVATION TRANSPORTS TRANSPORT BOOKINGS

BUS (gare SNCF et aéroport), escapades SAT. Bus (train station and airport), SAT excursions.

### BOULIQUE / SHOP

Vente de produits de la marque officielle des Contamines. / Sale of branded products.

### INTERNET, WIFI GRATUIT FREE WIFI

Zone d'accès wifi (gratuit) / Free WIFI  
**L'hippocket wifi (wi-fi de poche)** : un mini modem que vous pouvez emporter chez vous pour avoir un accès illimité à internet. Tarifs : 1 jour 7 €, 7 jours 39 €.

The WiFi hippocket (pocket WiFi) is a mini modem for unlimited internet access during your stay. Prices: €7/day, €39 for 7 days.

## Les Contamines Réservation

La centrale de réservation est à votre disposition pour votre prochain séjour été ou hiver (de 1 à 300 personnes). À la clé, un large choix d'appartements, chalets, hôtels... et de nombreuses activités sportives et de détente !

The staff of the booking center is available to help you booking your next summer or winter holidays (from 1 to 300 people). Choose from a large selection of apartments, chalets and hotels plus a number of sports and relaxation activities!

### Horaires d'ouverture saison été Summer season opening times

Du lundi au samedi 9h à 12h et 14h à 18h.  
From Monday to Saturday, 9am to noon and 2pm to 6pm.

+33 (0)4 50 47 05 10

reservation@lescontamines.com

www.reservation.lescontamines.com

## Les Contamines Tourisme

18, route de Notre-Dame de la Gorge - 74170 Les Contamines-Montjoie

+ 33 (0)4 50 47 01 58 - info@lescontamines.com - www.lescontamines.com

Rejoignez-nous / Follow us:



facebook.com/LesContaminesMontjoie



twitter.com/les\_contamines



instagram.com/lescontamines



youtube.com/ContaminesTv



fr.linkedin.com/company/les-contamines