

alpe*huez

DOSSIER DE PRESSE

**L'ALPE D'HUEZ
PLUS QU'UNE
STATION
UNE MONTAGNE
DE PLAISIRS**

HIVER 2026



SOMMAIRE

- ✓ **TOP 10 DES ATOUTS DU DOMAINE SKIABLE**
Page 3-4
- ✓ **LES 4 GRANDS ITINÉRAIRES SKI**
Page 5-7
- ✓ **UN DOMAINE PARFAIT POUR LES DÉBUTANTS**
Page 8
- ✓ **LE PLAISIR DU SKI AU-DELÀ DU HANDICAP**
Page 9-11
- ✓ **TOP 5 DES ACTIVITÉS GLISSE SANS SKI**
Page 12
- ✓ **COMPRENDRE L'HISTOIRE DE LA STATION**
Page 13-14
- ✓ **UNE BONNE DOSE D'ADRÉNALINE**
Page 15
- ✓ **TRANQUILLE ÉMILE**
Page 16-17
- ✓ **LA MÉTÉO EST CAPRICIEUSE ? PAS DE PROBLÈME**
Page 18-20
- ✓ **EN QUÊTE DE SILENCE**
Page 21
- ✓ **AUJOURD'HUI POUR DEMAIN**
Page 22-24
- ✓ **AGENDA**
Page 25



Pour s'inscrire
à notre
photothèque,
cliquez [ICI](#)

TOP 10 DES ATOUTS DU DOMAINE SKIABLE



1 Un domaine progressif facilement compréhensible et visible

Plus on monte en altitude, plus les pistes deviennent difficiles et techniques. C'est ainsi plus sécurisant pour les skieurs débutants qui restent à proximité de la station. Les skieurs intermédiaires et les experts trouvent un terrain de jeu adapté à leurs niveaux.



4 De longues descentes et de grands dénivelés pour de la glisse qui dure

On peut skier jusqu'à 1 heure sans prendre de remontées mécaniques avec 4 itinéraires de 1000 à plus de 1800 m de dénivelé. Le compteur affiche 16 pistes noires incluant des itinéraires mythiques comme la piste de Sarenne, longue de 16 km, sans oublier la piste du Tunnel qui traverse la montagne de part en part.

2 Des pistes faciles pour les débutants accessibles en front de neige

Pour un apprentissage de la glisse en douceur, 36 pistes vertes et 29 bleues sont desservies par les remontées mécaniques directement accessibles depuis la station. Trois sont mêmes accessibles gratuitement.

3 3 pistes ludiques animent le domaine skiable :

La Marcel's Farm, tout de rose vêtue, qui part du sommet du Signal, Roger le Berger sur le secteur éponyme, Jacques le Bûcheron à Auris-en-Oisans. Le petit dernier, Léo, le retour skieurs qui part du front de neige à 1800 pour rejoindre l'office de tourisme.

5 Un domaine skiable vaste et varié

Les stations reliées conservent le charme traditionnel des villages de montagne. Chaque secteur offre une ambiance différente : glacier, sapins, gorges, vastes étendues, lacs gelés et grands espaces.

6 Le snowpark des Jeux

Rails, rotations et autres enchaînements de figures sont au rendez-vous sur un snowpark de plus de 20 hectares, l'un des plus vastes des Alpes ! Avec une exposition plein sud et un accès privilégié sur le front de neige du secteur des Grandes Rousses 1800, le Snowpark des Jeux répond à toutes les attentes et tous les niveaux, du débutant à l'expert en passant par le niveau intermédiaire.

7 Un retour skis aux pieds garanti, tout au long de la saison

La présence d'enneigeurs sur les points stratégiques du domaine permet d'assurer un retour station skis aux pieds jusqu'à la fin du mois d'avril.



10 Cinquante kilomètres de ski nordique

L'Alpe d'Huez aime les fondeurs et elle ne les oublie pas : que ce soit en skating ou en alternatif, les 50 km de pistes de ski nordique offrent un domaine varié pour tous les niveaux avec entre autres la boucle de Brandes (6 km), la boucle de Poutran (10 km) et la boucle de la Rochette (8 km).



8 Le Pic Blanc : un panorama à 360° à couper le souffle

Le point fort du domaine est incontestablement le panorama du Pic Blanc qui culmine à 3330 mètres d'altitude, accessible grâce au téléphérique du Pic Blanc. Classé 3 étoiles au Guide Vert Michelin, il dispose d'une vue imprenable. Par beau temps, on peut voir le mont Ventoux, le Taillefer, Belledonne, la Chartreuse, la Meije, la Muzelle sans oublier le Mont-Blanc et les Aiguilles d'Arves.

9 Un domaine hors-piste d'exception

Le domaine hors-piste est l'un des plus vastes et variés des Alpes françaises ! Il compte plus de 70 itinéraires ! De l'amateur des pentes raides à l'amoureux de grandes balades à ski, les guides de haute montagne de l'Alpe d'Huez proposent des sorties adaptées répondant au niveau et envie de chacun.

LES 4 GRANDS ITINÉRAIRES SKI

L'Alpe d'Huez fait l'exception avec ces grands dénivelés pour du ski en longueur sans remontée mécanique en cours. Nous avons quatre grands itinéraires qui au total cumulent plus de 5800 m de dénivelés.

Avec la Sarenne, 16km de descente non stop

Si l'aube révèle le Pic Blanc et Sarenne dans toute leur majesté, la piste légendaire réserve une expérience mémorable à toute heure de la journée. L'accès exclusif par la télécabine du Pic Blanc ouvre cette session de grand ski avec un panorama exceptionnel, comme le rappelle Pauline Zini-Smith, conseillère municipale déléguée et chargée du tourisme : « Au sommet, la vue est superbe sur la Meije, le Râteau, le plateau d'Emparis. Pour moi, c'est le plus bel endroit pour admirer les aiguilles d'Arves. »

“Le premier run est un peu effrayant, mais Sarenne devient rapidement roulante et très agréable”

Si le début de la descente est marqué par une pente raide, réservée aux skieurs aguerris, le reste de l'itinéraire est moins ardu. « Le premier run est un peu effrayant, mais Sarenne devient rapidement roulante et très agréable », ajoute Pauline Zini-Smith. Rapidement, le tracé s'éloigne des remontées mécaniques et offre un havre de paix où règne le silence.



La piste serpente entre des rochers dans une ambiance sauvage, particulièrement ensoleillée grâce à son orientation méridionale. « La petite traversée finale au bord de la Sarenne est un bon moment de détente après avoir fait chauffer les cuisses ! » se réjouit Pauline Zini-Smith.

Oui, les cuisses en prennent un sacré coup ! Avec plus de 16 kilomètres de descente continue, ponctués de quelques raidards, Sarenne cultive jalousement sa légende : sa longueur record fait d'elle un véritable mythe mondial.

Altitude de départ :
3 330 m
Altitude d'arrivée :
1 510 m

**Dénivelé : 1 820 m
(jusqu'à Alpaunis)**



Un peu d'histoire :

Longtemps itinéraire hors-piste prisé des skieurs chevronnés, Sarenne naît officiellement en tant que piste balisée et sécurisée le 30 janvier 1977. Georges Rajon, l'inventeur des 21 virages numérotés de l'Alpe d'Huez et responsable de la SATA dans les années 1970, lançait un an plus tôt un défi à Christian Reverbel, responsable des pistes : transformer le hors-piste de Sarenne en itinéraire damé.

Mais le conseil d'administration avait affiché son scepticisme et Georges Rajon avait fait appel à Félix Germain, le fondateur du secours en montagne, pour appuyer sa demande. Grâce à l'approbation de ce dernier, le projet est validé et les travaux commencent. La légende naît quelques mois plus tard... et continue de faire rêver les skieurs du monde entier !

Sarenne, premières traces dans la peau d'un pisteur



Chaque mercredi, les premières lueurs du soleil sur la piste mythique de Sarenne sont propices à une descente en avant première, avant même l'ouverture officielle des pistes. Seul mot d'ordre : être les premiers et s'amuser à faire les premières traces ! Ce moment privilégié est accompagné par les professionnels de la montagne qui font découvrir leur métier, leur environnement et leur routine matinale. Après un moment de contemplation à 3330m, c'est parti pour la descente. En bas de la piste, une pause s'impose à l'Auberge de la Combe Haute pour profiter d'un instant gourmandise avant une bonne journée de ski.

La lumière est au bout du Tunnel

En janvier 1959, la Société d'Aménagement Touristique de l'Alpe d'Huez (SATA) est fondée. Dès le crédit financier accordé, la construction du dernier tronçon pour rejoindre le sommet du Pic Blanc débute. La remontée mécanique sera opérationnelle pour la saison 1962 – 1963.

Lorsque le téléphérique du Pic Blanc commence à fonctionner, un problème demeure irrésolu : l'itinéraire de descente, qui passe par le glacier de Sarenne et les gorges du même nom, est très (trop) exigeant, surtout qu'il contraint les skieurs à remonter avec les skis sur le dos jusqu'au village d'Huez, à moins d'emprunter la voie périlleuse de la mine de l'Herpie.

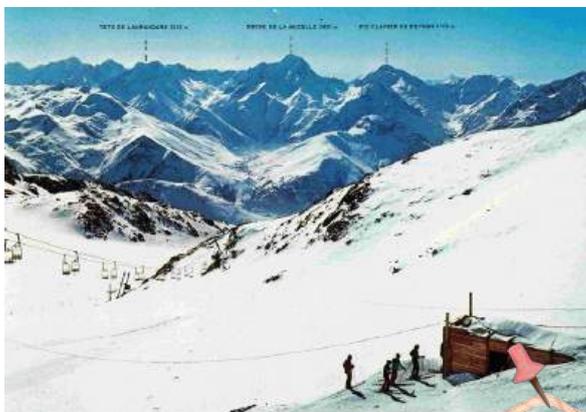
Altitude de départ :
3 000 m

Altitude d'arrivée :
1 125 m

Dénivelé : 1 875 m

**En empruntant
depuis le Tunnel, le
Belvédère puis
Les Rousses, les Chalets
et enfin La Fare**

Georges Rajon, hôtelier visionnaire de l'Alpe d'Huez, a cependant une solution : il « suffit » de creuser un tunnel à travers la montagne pour rejoindre le versant de l'Alpe d'Huez. L'idée folle ne convainc pas le conseil d'administration de la SATA, mais Georges Rajon ne lâche pas son idée pour autant. Il appelle à la rescousse le champion de ski Émile Allais, qui appuie le projet auprès des décideurs. Le tunnel sera bel et bien construit !



À peine un mois plus tard, le perçage débute. Le chantier est titanesque, puisqu'il faut creuser 200 mètres de galerie et évacuer un monceau de débris. À l'automne 1964, le défi est relevé : le tunnel est ouvert. Il sera accessible au public en décembre et remporte aussitôt un succès fulgurant.

« Il faut une semaine et trois personnes pour enneiger le tunnel, à l'aide d'une brouette à moteur »

La piste du Tunnel
un mur à
70%
d'inclinaison

ATTENTION !
Piste très difficile
pour très bon skieur



La Combe Charbonnière

Une piste non damée avec un esprit hors-piste et sauvage, voilà comment la plupart des skieurs chevronnés décrivent La Combe Charbonnière. D'abord à flanc de montagne puis dans une gorge large, l'itinéraire est atypique avec un gros rocher au milieu de la combe. Exposée plein sud, à part le mur sommital, elle reste accessible. Et en plus, elle s'inscrit dans l'histoire puisque son nom vient d'une ancienne exploitation minière dont on voit aujourd'hui encore les vestiges, notamment les bâtiments dans le secteur de l'Herpie. Cette piste est une pépite !

La Brèche

La Brèche a quelques points de similitude avec la Combe Charbonnière situées dans deux combes voisines à ceci près que La Brèche est encore plus isolée, loin des remontées et des grands axes. Et comme elle est rarement damée, elle ressemble à s'y méprendre à un beau hors-piste.

La Brèche →
Secteur Grandes Rousses
Dénivelé : 1130 m

Combe Charbonnière →
les Bergers
Dénivelé : 1000 m

Des pistes sous-côtées à découvrir :
Le déversoir
La Balme
L'Edelweiss
La Vaujaniate

UN DOMAINE PARFAIT POUR LES DÉBUTANTS

La géographie du domaine est ainsi faite que la partie basse du domaine révèle des pentes douces et larges permettant un apprentissage du ski progressif. Après plus on monte en altitude et plus les pistes nécessitent un niveau de ski supérieur



36 pistes



29 pistes

Au-delà des 65 pistes débutantes (vertes et bleues), les espaces ludiques de l'Alpe d'Huez font figure de véritables précurseurs, avec la célèbre Marcel's Farm, créé en 2015, qui a depuis fait des petits avec Chez Roger et Jacques le Bûcheron.

Toutes les trois, scénarisées, sont là pour permettre aux débutants, enfants mais aussi adultes, de découvrir les joies de la glisse sans se faire peur avec des modules qui dédramatisent la pente : whoops, tunnel, slalom, bosses, points photos et figurines !



Et si à cette équation on ajoute les beaux jours qui arrivent au printemps, on obtient la formule idéale pour les débutants enfants comme adultes.

Les avantages du ski de printemps :

- Des pistes moins fréquentées
- La neige plus molle pour des chutes moins douloureuses et une glisse plus lente
- Les températures plus douces qui allègent l'équipement

Pratique

Accès au domaine gratuit pour les - 5 ans

Remontées gratuites pour tous :

Tapis Petit Rif Nel

Petit Télési École 2

Tapis des Grenouilles

LE PLAISIR DU SKI AU-DELÀ DU HANDICAP

Le ski est souvent perçu comme un sport réservé aux personnes en pleine possession de leurs moyens physiques mais à l'Alpe d'Huez chaque année on peut voir sur les pistes de plus en plus de personnes en situation de handicap profiter des joies de la glisse guidées et accompagnées par un moniteur ESF. Que ce soit pour les personnes ayant une mobilité réduite, une déficience visuelle, auditive ou intellectuelle, des solutions existent pour que chacun puisse profiter des sensations propres au ski.

Jérôme Rieussec, moniteur à l'Alpe d'Huez est de ceux qui chaque hiver sont sollicités pour ce public spécifique. « Je viens de Saint-Hilaire-du-Touvet, là-bas, il y a un établissement spécialisé en rééducation fonctionnelle pour les tétra et paraplégiques. Dès que j'ai pu, j'y ai travaillé et j'ai adoré le rapport de confiance créé avec chacun des patients ».

“Nous avons besoin de nous « apprivoiser », d'apprendre à communiquer ”.

La confiance. Le maître mot pour Jérôme qui doit créer avec chaque pratiquant en situation de handicap une relation leur permettant à tous les deux d'évoluer sur les pistes dans les meilleures conditions possibles.

« Surtout pour les personnes aveugles ou malvoyantes avec lesquelles il faut trouver et mettre en place la méthode la plus adaptée, nous avons besoin de nous « apprivoiser », d'apprendre à communiquer ». Guidage à la voix, utilisation d'un casque audio, utilisation de barres parallèle de 2,50 m.



Les possibilités sont multiples et l'approche différente pour celles et ceux qui savaient skier avant leur déficience visuelle. Chaque hiver, les demandes sont nombreuses et diverses. « Nous avons deux types de public. Celui qui veut apprendre et progresser en autonomie et celui qui veut apprendre à se déplacer avec un dispositif adapté ». Pour répondre à ces deux objectifs mais aussi à la musculature de chacun (haut et bas du corps) dans le cadre du handicap moteur, plusieurs outils sont possibles et nécessitent de la part des moniteurs une formation particulière.

« En fonction des situations, nous utilisons le dualski, l'uniski, le kart ski ou le tandem ski. Nous les possédons tous à l'école de ski et nous sommes plusieurs à pouvoir les utiliser »

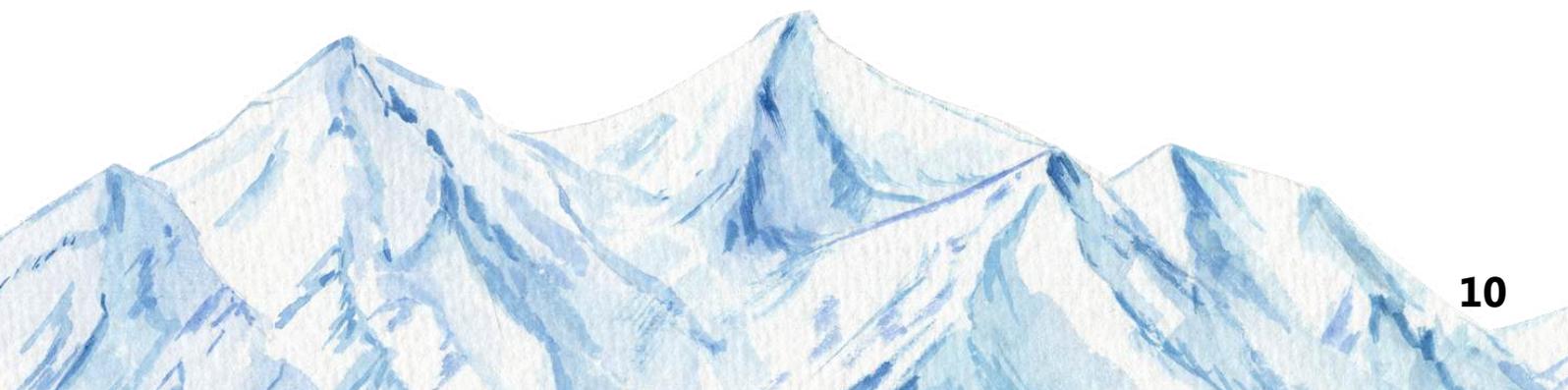
Qu'est-ce que c'est ?

Le dualski : Il se compose d'un fauteuil monté sur deux skis parallèles. L'utilisateur est assis dans un siège baquet, qui est lui-même fixé sur une structure articulée permettant d'amortir les chocs et de se pencher dans les virages, pour un meilleur confort et une meilleure maniabilité. En autonomie complète, le skieur peut le piloter seul en utilisant des stabilisateurs pour gérer son équilibre et diriger sa trajectoire. En duo, le dualski est alors doté de poignées à l'arrière, permettant à l'accompagnateur de contrôler les mouvements du fauteuil et de freiner si nécessaire.

Le kart ski : Il se compose d'un châssis monté sur trois skis. Le skieur est assis dans un fauteuil fixé sur ce châssis, qui est équipé de deux skis à l'avant et d'un ski à l'arrière. Ce dernier permet de diriger l'appareil, tandis que les deux skis avant assurent la stabilité. Il se pratique généralement en duo avec un accompagnateur qui guide l'engin en se tenant derrière lui, grâce à un guidon. Cela permet de contrôler la vitesse et la direction, tout en assurant la sécurité du skieur.

Le tandem ski : Il se compose d'un fauteuil monté sur deux skis, similaire au dualski, mais avec une différence majeure : il est entièrement contrôlé par un accompagnateur qualifié. Le skieur est assis dans le fauteuil et est attaché de manière sécurisée, tandis que l'accompagnateur se tient debout à l'arrière et dirige le tandem ski grâce à des poignées spécifiques. Ce système permet à l'accompagnateur de contrôler la direction, la vitesse, et de freiner si nécessaire.

L'uniski : Il se compose d'un siège baquet, dans lequel le skieur est assis, monté sur un seul ski. Ce ski unique est spécialement conçu pour offrir une grande maniabilité et permettre au skieur de carver. Le skieur utilise généralement des stabilisateurs, qui sont de petits skis montés sur des bâtons, pour l'aider à maintenir son équilibre, contrôler ses virages et freiner si nécessaire. Les stabilisateurs permettent également de se relever après une chute, ce qui favorise l'autonomie.



Alexandre Roussel moniteur à l'ESF et formé à l'handiski

"Travailler avec des personnes en situation de handicap est très gratifiant, on se sent utile."

"En fonction des capacités de chacun, notre but est de leur permettre d'acquérir le plus d'autonomie possible pour se lancer seul sur les pistes. Je suis souvent ému devant le regard des parents qui voient leurs enfants s'éclater. D'autant plus qu'ils sont plus proche du sol qu'un skieur lambda, la sensation de vitesse est décuplée ! Je me souviens d'une petite fille non voyante qui s'était tellement régalée qu'à la fin de la semaine elle voulait devenir monitrice de ski."



Jules de Rivas En école de commerce et sportif dans l'âme

"Les sensations sont incroyables et c'est un réel plaisir pour mes parents, mon petit frère et moi de skier tous ensemble ! L'hiver, on vient le plus souvent possible !"

« Je suis handicapé depuis ma naissance, j'ai une diplégie spastique qui met mes nerfs à l'épreuve. Mes parents ont depuis très longtemps un appartement à l'Alpe d'Huez et compte tenu de la situation, la question s'est posée à un moment donné de le vendre. On a appris que l'ESF de la station possédait le matériel qui me permettrait de skier. J'ai donc commencé avec le dualski à l'âge de 9 ans accompagné par un moniteur. Vers 15 ans, j'ai pu skier en autonomie, j'avais alors la musculature suffisante pour l'utiliser seul."

BON A SAVOIR

Le domaine skiable propose des tarifs spécifiques pour les personnes possédant une carte d'invalidité. L'accompagnant bénéficie lui aussi d'un tarif adapté

TOP 5 DES ACTIVITÉS GLISSE SANS SKI

1

Se prendre pour un musher au milieu de la toundra



Mika et son équipe de Second Souffle font découvrir les joies du chien de traîneaux sur différents circuits en fonction de l'enneigement. Il prend également beaucoup de plaisir à parler de son métier de musher, de son histoire avec chaque chien de la meute. Et la magie opère un peu plus quand on quitte le domaine pour des étendues plus vastes et immaculées.



Le grand frisson avec la luge sur rail

Avec cette activité, au programme, changements de rythme, accélérations, le tout ponctué de jumps, d'enchaînements rythmés de vagues, de chicanes et de flip-flap.



Un jeu vidéo grandeur nature

Le mountain kart e ravit les plus férus du jeu vidéo Mario Kart. Ce petit bolide sur deux roues et un ski embarque le pilote au ras du sol. Mais sur un guidon large, masque vissé sur le nez, casque sur la tête ...
3, 2, 1 c'est parti !



Trouver son point d'équilibre avec le yooner

Il faut quelques descentes pour prendre le pli, trouver l'équilibre et tendre la bonne main vers le sol pour appréhender les virages. Mais une fois qu'on a compris la dynamique, on cherche à tout prix à dépasser le voisin et pourquoi pas à lui faire manger la neige.



Pédaler mais sur la neige

L'été, les cyclistes partent à la conquête des 21 virages sur les traces du Tour de France, l'hiver, il est possible de pratiquer le deux roues mais ... sur la neige avec le Fat E Bike, un vélo à assistance électrique équipé de pneus très larges...

COMPRENDRE L'HISTOIRE DE LA STATION

La municipalité d'Huez a souhaité présenter au **Musée d'histoire et d'archéologie** une exposition retraçant le développement touristique et urbain de la station de l'Alpe d'Huez. Quatre cubes historiques et thématiques mettent en lumière ce fabuleux essor qui va voir se transformer les chalets-granges d'estive du Vieil Alpe en hôtels pour skieurs à partir des années 1920, donnant naissance à une station internationale dès les années 1980. Le point de départ du développement de l'activité ski remonte exactement à l'année 1936 quand Pomagalski installe le premier télésiège. C'était il y a 90 ans.

Le curieux peut prendre aussi place dans deux télésièges du Chalvet restaurés et visualiser trois films INA présentant notamment les années 50 et 70 : le rôle des promoteurs immobiliers et l'installation du nouveau téléphérique du Pic Blanc (3330m) en 1963 sont mis en exergue.



Dans cette nouvelle exposition, le visiteur du musée peut manipuler une table tactile présentant une modélisation en 3D de l'urbanisation de la station depuis les années 1920 jusqu'aux projets des années 2040.



En parcourant l'Alpe d'Huez aujourd'hui, qui pourrait croire qu'au Moyen-Âge, une communauté composée d'hommes, de femmes et d'enfants s'est installée sur le plateau de Brandes afin d'extraire de la montagne du minerai d'argent à plus de 1800m d'altitude ? Et pourtant, du 12^{ème} au 14^{ème} siècle, ces habitants du village de Brandes (le plus haut d'Europe pour cette période) y vivent à l'année, malgré des conditions climatiques difficiles. Cette histoire humaine a été révélée par les fouilles archéologiques débutées en 1977 par M.C. Bailly-Maître et ses équipes. Les découvertes durant ces opérations de fouilles ont favorisé la création du Musée d'histoire et d'archéologie.

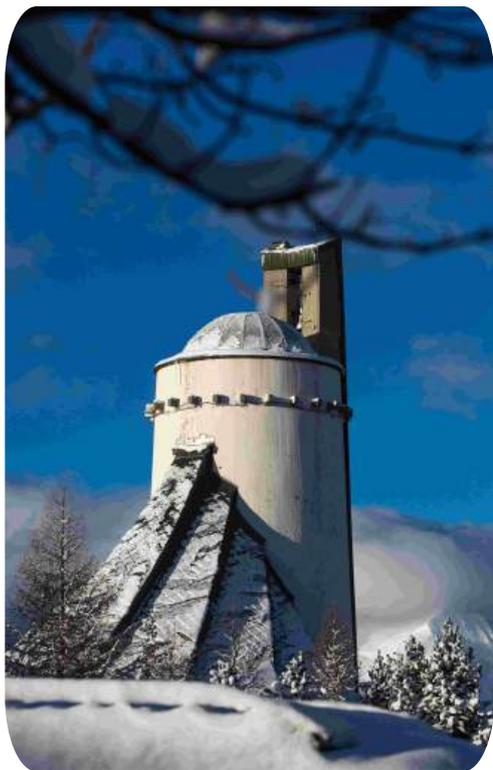
Le musée organise des visites commentées sur des thématiques en lien avec le patrimoine, l'architecture et l'histoire de la station. 5 € par personne. Réservation au 04 76 11 21 74



Borne interactive

Au musée, une borne interactive grandeur nature permet d'écouter plusieurs témoins qui décrivent leur édifice préféré, leur vie dans cette ville d'altitude.

Ce n'est pas qu'une église



Concerts d'orgue tous les jeudis soirs organisés par l'association Notre-Dame des Neiges. Ils accueillent les meilleurs organistes du monde entier mais aussi plusieurs fois par an des orchestres.

Au premier coup d'œil, personne ne se dit : « Tiens, quelle belle église! ». Son architecture si particulière en forme de tente berbère pose question. Ne cherchez ni la nef ni le transept, vous ne les trouverez pas. Dans un style inspiré des réalisations du Corbusier, l'église est construite entre 1968 et 1970 pour remplacer la vieille petite chapelle en bois avec des matériaux simples (béton, cuivre et verre).

L'architecte Jean Marol a voulu avant tout faire des lieux résolument modernes avec un usage double : liturgique et culturel. Le tout est ceinturé par les vitraux signés Arcabas et auréolé de cette main paume ouverte vers le chœur réalisé par le facteur d'orgue Detlef Kleuker sur les plans de Jean Guillou, titulaire de l'orgue de Saint-Eustache à Paris.

Dans les doigts de cette main sont logés les tuyaux de l'orgue qui comprend 24 jeux. Et autour de ce puit de lumière, de cette main orientée vers le ciel, l'assemblée assise en rond se retrouve comme autour d'un feu de camp ...



La petite anecdote

Dès sa construction en 70 sous l'impulsion du prêtre Jaap Reuten, ce lieu de rassemblement, à la fois lieu de culte (la crypte) et centre culturel, a accueilli des défilés de mode, des combats de boxe, des spectacles pour enfants, des concerts, mais aussi un bar. Le prêtre avait signé un partenariat avec Heineken pour en servir dans son église mais pas que. Chaque commerce de l'Alpe d'Huez qui vendait cette bière à cette époque devait reverser un pourcentage à la paroisse. Très récemment, le festival Tomorrowland Winter a organisé un DJ Set dans le chœur de l'église devant 500 festivaliers.

UNE BONNE DOSE D'ADRÉNALINE

Depuis le ciel, une autre façon de voir la montagne



La sensation de voler tel un oiseau et jouir d'une liberté totale dans les airs, voilà ce que propose l'activité parapente. C'est l'occasion parfaite de découvrir les joies du vol en biplace au milieu de paysages sublimes et blancs. S'initier au pilotage d'un parapente, c'est décoller depuis le Signal à 2108 mètres d'altitude pour atterrir à son pied (idéal pour un premier vol) ou depuis des hauteurs beaucoup plus impressionnantes. Pour décor, les massifs plâtrés, la station, les pistes, les Ecrins ... Un paysage qui se révèle sous un autre jour.

La cascade de glace, une expérience à vivre au moins une fois dans sa vie

On imagine bien souvent l'escalade de glace comme inaccessible, réservée aux plus aventureux et grands alpinistes... Pourtant, le Bureau des guides de l'Alpe d'Huez n'est pas du même avis ! Désireux de faire découvrir la montagne et ses pratiques, l'organisme propose des initiations à l'escalade sur cascade de glace. Pour cela, direction la cascade de la Fare : véritable joyau de la nature, ce mur de glace naturel se situe au cœur d'un coin paisible et préservé. On y accède en chaussant les skis de randonnées depuis la télécabine du Pic Blanc, puis l'on s'immisce petit à petit dans le monde de l'alpinisme.

Après 1h d'effort, on découvre cette cascade de glace qui permet de s'essayer à l'utilisation des crampons et des piolets en toute sécurité. Ski de randonnée, escalade, descente en rappel et retour à skis : voici le programme alléchant de la journée.



Guide privé (de 1 à 4 personnes)
450 €
Sortie collective
150€/personne

TRANQUILLE EMILE

Découvrir la montagne autrement

Concept unique développé et pratiqué exclusivement par Grandes Rousses Hotel & Spa à l'Alpe d'Huez, l'Alpinothérapie® invite à vivre une expérience de bien-être exclusive, à la découverte des vertus de la montagne.

C'est à 1830 mètres d'altitude, au cœur de l'Alpe d'Huez, qu'a été imaginée l'Alpinothérapie®. Un concept exclusif qui s'inspire des pratiques bien connues de la thalassothérapie à la mer, appliquées à la montagne. Celle-ci capitalise sur cinq éléments fondamentaux : l'altitude, le froid, la lumière, les minéraux et les plantes. Forte d'un territoire où foisonnent flore et minéraux, l'Alpinothérapie® s'inspire des ressources naturelles de l'Oisans pour vous proposer une expérience de bien-être unique.

Combinées à des activités physiques et spirituelles dans les alpages de l'Alpe d'Huez pour une reconnexion à la nature, et à des thérapies corporelles incluant massage, oligothérapie et cryothérapie, ces ressources permettent de décupler les vertus d'un séjour à la montagne. Elle vise à rééquilibrer la teneur en oligo-éléments de l'organisme pour prévenir, réparer et se protéger de notre environnement oxydatif.



Entre ciel étoilé et igloo

Un dîner dans un igloo. Après une courte randonnée en raquette nocturne en compagnie de Clément, un accompagnateur en montagne, on arrive à un authentique igloo. Après un apéritif sous les étoiles, on prend place dans ce refuge cosy, paré de chaudes couvertures pour une typique fondue au fromage. Si la météo le permet, une lecture du ciel, des étoiles et de l'espace est prévue.



Départ à 18h30
Durée : 3h30 (1h30 de marche)
Distance : 4km
Tarif : 80 € / personne



Du yoga dans la neige

Rendez-vous pris avec une professeure de yoga pour une séance en plein-air au milieu d'un panorama magnifique les pieds dans la neige ! Laura enseigne le yoga Vinyasa, un yoga énergétique basé sur le mouvement, harmonisé et initié par la respiration. « L'amour des montagnes et du mouvement m'amènent à dispenser mes pratiques en extérieur. C'est l'accord parfait pour faire ressortir les bienfaits de la pratique en altitude jusqu'à 2700 m.» Et la liste des bienfaits est longue : déconnexion, stimulis sensoriels, évacuation du stress, souplesse, meilleure oxygénation ... Elle propose également des séances de Yoga enfants et parents/enfants sur demande !



Les raquettes, une pratique contemplative

Envie de calme, de tranquillité, de vivre la montagne en douceur, de prendre le temps d'observer et d'écouter ? Les sorties en raquette proposées par les accompagnateurs en moyenne montagne du Bureau des guides offre une approche différente de la montagne où la part belle est faite à la contemplation, à l'observation, à l'histoire locale et à la description du patrimoine. Col de Poutran, Gorges de Sarenne, Crêtes d'Huez, Plateau de la Rochette, Forêt d'Oz, le Lac Blanc, le Lac Noir ... autant de spots à découvrir et à apprivoiser en silence.

Le domaine de l'Alpe d'Huez possède **35km d'itinéraires piéton** balisés, damés et sécurisés. Pour plus de confort et admirer les panoramas, des bancs et des tables sont installés le long des sentiers. Grâce aux télécabines et aux téléphériques, on découvre les hauteurs et les lieux emblématiques du domaine de l'Alpe d'Huez : Pic Blanc, Alpette, Dôme des Rousses, la boucle des lacs, Auris-en-Oisans ou encore Villard Reculas...

Tarif ½ journée : 190 €

Tarif journée : 325 €



Le Palais des 1000 et 1 activités

L'AgorAlp (anciennement Palais des Sports et des Congrès) offre un panel d'activités pour tous les goûts et les âges : salle de jeux, ping pong, tennis, piscine intérieure et extérieure, squash, échec géant, salle de muscu, escape game, cours encadrés, mini golf, escalade ...

LA MÉTÉO EST CAPRICIEUSE ? PAS DE PROBLÈME !

Le Palais aux 1000 et 1 activités

L'AgorAlp (anciennement Palais des Sports et des Congrès) offre un panel d'activités pour tous les goûts et les âges : salle de jeux, ping pong, tennis, piscine intérieure et extérieure, squash, échec géant, salle de muscu, escape game, cours encadrés, mini golf, escalade ... C'est devenu le point de rencontre de toutes et tous pour passer d'une activité à une autre par mauvais temps.



Salle Emparis, le paradis des enfants

L'extension de l'AgorAlp, inaugurée il y a peu, propose un espace entièrement consacré aux enfants. Accessible jusqu'à l'âge de 6 ans, il est aménagé pour leur offrir une dizaine de modules adaptés : jeux de manipulation, de motricité, à grimper, coin lecture, briques géantes ... Chacun pourra trouver de quoi développer sa motricité, sa curiosité pour un moment de liberté en toute sécurité. Tarif : 5 €. Gratuit pour les - de 1 an

Six Escape Games pour s'échapper autrement



L'Alpe d'Huez ne possède pas un mais six escape games sur des thématiques différentes et adaptées à toutes les organisations au sein même de l'AgorAlp. De 20 minutes à 1 heure, le choix est large. L'activité idéale par temps capricieux, en fin de journée avant le dîner ou après, on peut y accéder jusqu'à 20h ! (et parfois au-delà). Les deux principaux Escape (d'une durée d'une heure) sont inspirés d'histoires vraies entre 1944 en plein coeur du maquis de l'Oisans, et février 1950 en plein coeur de la Mine de l'Herpie. Deux escape games qui suscitent l'adrénaline, le stress et le désir de s'en sortir.



NEW!

Cet hiver, une nouvelle escape room va voir le jour. Adieu la "Ski Room", bonjour "**Sortie de piste**" sur le thème des JO de 1968 avec l'épreuve de bobsleigh.



Planning serré ? Trois escape games de 20 minutes conduisent dans trois univers différents autour d'un musée et d'un braquage, d'une médaille d'or à récupérer et de maléfices à déjouer.

NEW!

Une salle hors sac pour se poser en toute tranquillité

100 m², c'est la taille de cette nouvelle salle dite "hors sac" située à l'arrivée de la Télécabine du Pic Blanc (premier tronçon). Equipée d'un coin cuisine avec micro-onde, d'une zone pour déjeuner, d'une terrasse avec vue et de toilettes adaptées à toute la famille, elle permet de faire une pause dans sa journée de ski, de randonnée ou entre deux sessions de luge.



Des livres comme s'il en neigeait

Romans, bande-dessinées, livres jeunesse, DVD, livres documentaires, magazines ... La bibliothèque de l'Alpe d'Huez possède une collection de 17 000 références avec en prime les nouvelles sorties des grandes maisons d'édition. On peut donc bouquiner sur place, emprunter des livres (5€ la semaine) mais aussi des jeux de société par le biais du réseau des bibliothèques sur le territoire. Nathalie, la responsable, y programme aussi du spectacle vivant tout l'hiver !



Un moment de détente partagé

Il n'y a pas que les parents qui ont besoin de se détendre, les enfants aussi peuvent avoir droit à leur moment en suspension. Le spa Ô des Cimes de la résidence CGH propose un massage duo parent enfant. Dans une envoûtante bulle parfumée au miel et à la vanille, on laisse place à la complicité et à la sérénité. Solo, les enfants peuvent aussi profiter d'un massage du cuir chevelu avec "Doux rêve", d'un soin gourmand du visage à la barbe à papa ou d'un "Repos des princes et princesses".

La COOL zone



Entre poufs géants et cabines du DMC recyclés en espaces couverts pour se poser ou pique-niquer, la "cool zone" est la zone parfaite pour chiller au pied des pistes, reposer les cuisses ou programmer les prochaines pistes à descendre.



Un parcours aventure d'intérieur

A l'AgorAlp, quand on lève la tête, il n'est pas rare de voir de petites silhouettes crapahuter à 8 mètres de hauteur dans les filets, passer d'un boudin à l'autre, d'un tube à une trottinette en équilibre sur un fil puis plus loin aux cordes à noeud. Et si on veut poursuivre, on peut enchaîner avec un cours d'escalade ou une exploration de la salle de pan (à partir de 13 ans).

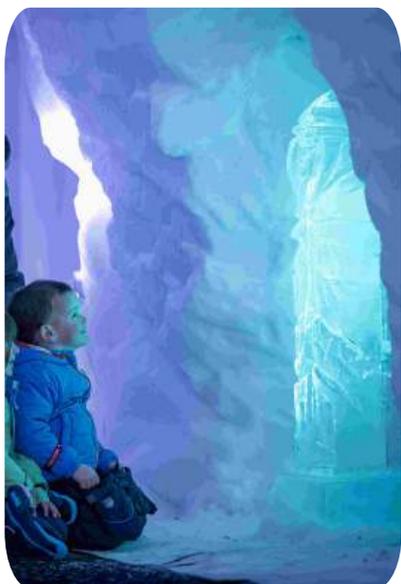


Une grotte de glace éphémère



Depuis 26 ans, la grotte de glace de l'Alpe d'Huez, créée de manière artificielle à 2700 mètres d'altitude, revêt ses plus beaux atours sur 120 mètres de galerie et une trentaine de sculptures pour offrir au public un spectacle blanc tout en magie et en ravissement. L'hiver dernier, l'équipe de sculpteurs avait travaillé sur le thème de des Vikings, cette année place au Safari Africain !

« C'est une grotte de neige artificielle que nous créons en début d'hiver. Nous la fabriquons avec les enneigeurs. Quand les 10 000 m³ de neige sont réunis, on la projette sur des boudins gonflables et on la laisse durcir. On finit par dégonfler ces boudins pour obtenir le gros œuvre de la grotte, les galeries, les salles et les igloos. Puis on fait venir des piocheurs et des pelleteurs qui préparent les blocs pour la dizaine de sculpteurs qui officient ». Pour Bernard Lambomez, guide de haute montagne et initiateur du projet, une semaine est donc nécessaire pour tout mettre en place.



Chaque année, un thème différent. Grèce antique, la mer, la guerre du feu, les Fables de la Fontaine, l'art abstrait, les Inuits, les Incas ... Pléthores d'influences, de monde à découvrir et de culture à sculpter et à exposer. Pour la dizaine d'artistes mobilisés chaque année, la toile fait bloc et le pinceau se transforme en ciseaux et scie.

Tarifs

Adulte : 5.50 €

Enfant (5 - 12 ans) : 4.50 €

Montée à 3300 m + entrée grotte

Adulte 24 € / Enfant (5 - 12 ans) : 20,50 €.

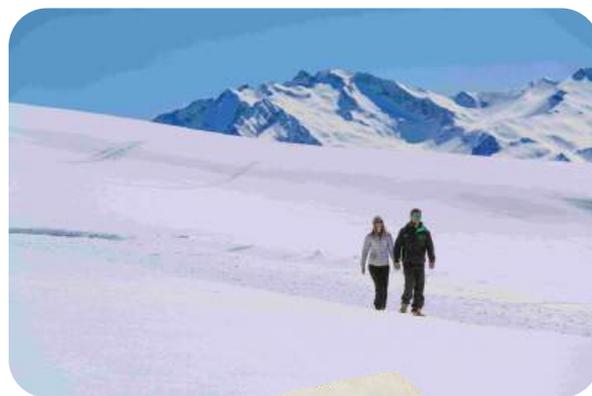
EN QUÊTE DE SILENCE

Cheminer le long des lacs gelés



L'été, la ronde des lacs est un incontournable avec son sentier qui file d'une étendue d'eau à une autre avec le sifflement des marmottes et les myrtilles à porter de mains. L'hiver, la magie est bel et bien là mais tout autre avec un paysage transformé, paré de blanc, immaculé et cotonneux. Les lacs sont gelés et recouverts de neige, et à côté une piste piéton damée et balisée entraîne sur les hauteurs jusqu'à l'Alpette. L'endroit est isolé, excentré du domaine skiable et de la station. Ici le silence d'or.

On y accède depuis la station par une piste piétonne balisée ou en empruntant la télécabine du Pic Blanc jusqu'à 2100 pour réduire le nombre de kilomètres. Il faut de bonnes chaussures de randonnée ou des raquettes (en location sur la station).



Il est aussi possible de descendre en altitude jusqu'aux Gorges de Sarenne. Au départ de Huez Village, l'itinéraire est en sous-bois le long de Sarenne. Le sentier passe à proximité du pont romain et d'anciens moulins à eau pour une partie plus patrimoniale.



Bon plan gourmand

A la fin de la randonnée, le Chalet du Lac Besson est idéal pour une pause goûter avec un chocolat chaud «Montagnard». La boisson locale à la particularité d'être enrichie de quelques gouttes de Chartreuse verte, la célèbre liqueur alpine. Originale et savoureuse, le "Green Chaud" comme on aime à l'appeler aussi est une l'alternative idéale pour avoir en bouche quelque chose de plus corsé.



AUJOURD'HUI POUR DEMAIN



La naissance de l'Alpe d'Huez remonte à 1936 quand le premier télésiège Pomagalski a lancé sa première perche. Depuis, le ski n'a cessé d'attirer de plus en plus d'adeptes depuis 1860 m en cœur de station jusqu'au sommet du Pic Blanc à 3330 m d'altitude. Une activité qui a évolué, qui a grandi, qui s'est adaptée au gré d'un contexte économique et touristique en constante évolution. Aujourd'hui, ce contexte a changé ajoutant aux questionnements celui du dérèglement climatique.

Même si l'Alpe d'Huez bénéficie de par son altitude d'un enneigement garanti pour les 30 prochaines années (données scientifiques du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat), il est temps dès à présent d'inventer un nouveau modèle pour préparer l'avenir, faire perdurer le dynamisme de la station et assurer la pérennité d'une vie à l'année (53% des emplois en montagne sont des emplois touristiques).

Pour y parvenir, la mairie, l'office de tourisme de l'Alpe d'Huez, la SATA (société des remontées mécaniques) avec l'aide des habitants et commerçants s'investissent dans cinq démarches phares et concrètes :

Objectif Altitude 3300

Depuis 2020 et jusqu'en 2027, le domaine skiable de l'Alpe d'Huez est engagé dans une transformation majeure avec un projet ambitieux de modernisation de ses infrastructures. L'objectif principal est de remplacer plusieurs remontées mécaniques pour créer une liaison fluide et intelligente entre toutes les stations du domaine (Villard Reculas, Oz-en-Oisans, Vaujany, Alpe d'Huez, Auris) et ainsi améliorer la mobilité, décloisonner le territoire, mais aussi favoriser l'accès à l'altitude.

A terme, il sera par exemple possible de passer plus facilement d'Auris-en-Oisans à Vaujany sans emprunter la voiture. Ce projet s'inscrit également dans une volonté d'offrir une expérience accessible et inclusive à tous : skieurs, piétons, amateurs de VTT, personnes à mobilité réduite (PMR), vacanciers comme résidents. L'objectif étant de multiplier les usages et de diversifier les activités été/hiver pour une désaisonnalisation de l'Alpe d'Huez.



La signature de la charte Montagne Zéro déchet sauvage en 2030 :

Depuis plus de 20 ans, l'association Mountain Riders ramasse des déchets en montagne. 20 ans plus tard, le constat est sans appel. L'association et les bénévoles en ramassent toujours. L'ambition aujourd'hui est claire : 0 déchet sauvage dans nos montagnes en 2030. Pour y parvenir, de nombreux acteurs de la montagne ont décidé de signer cette charte et d'établir un plan d'action avec trois priorités :

- **Réduire** (zéro mégot abandonné, restauration avec 0 emballage unique, stopper la pollution sauvage des chantiers...)
- **Sensibiliser** (afficher des messages expliquant l'impact, accompagner les socio-professionnels dans leur démarche ...)
- **Collecter et évaluer** (caractériser les déchets ...)



A savoir !

A chaque fin de saison (hiver et été) depuis une vingtaine d'années, les habitants et professionnels de l'Alpe d'Huez opèrent un ramassage des déchets en cœur de station mais également des alpages. Chaque année, ce sont 1,2 de tonnes de déchets qui sont collectés. Parmi eux et en premier lieu les mégots mais aussi des éléments plus insolites (chaines de voiture, signalisation de chantier, bâtons de ski, skis ...).



Vers la labellisation Flocon Vert

Il s'agit d'une démarche labellisante garantissant l'engagement durable des destinations touristiques de montagne. Développée par l'association Mountain Riders, elle accompagne les territoires dans leur transition et donne aux amoureux de la montagne une vision claire et à long terme de notre destination. Grâce à une phase de diagnostic et de nombreux ateliers ouverts à tous, c'est une véritable co-construction qui s'opère autour de 20 critères thématiques (économie durable, gouvernance et résilience, gestion des ressources, dynamiques sociales et culturelles).



Faire le bilan carbone

Depuis le début de l'année, l'Alpe d'Huez est accompagné par Take Air pour établir son bilan carbone et sa stratégie climat. Quatre mois ont été nécessaires pour collecter les données à l'échelle de toute la destination. Pour ce faire, commerçants, habitants, vacanciers, office de tourisme, mairie, société des remontées mécaniques (SATA) ont été interrogés à différents endroits : moyens de transport, consommation énergétique, habitudes alimentaires, provenance des fournisseurs etc. Sans surprise, le bilan carbone n'est pas exemplaire, laissant une large marge de progression.

196 175 t CO2e
sur l'année fiscale
du 01/01/2023 au 31/12/2023

Ce qui est équivalent :

- aux émissions annuelles de **19 816 Français**
- à **32 218 tours de la terre** en avion
- à la combustion de **63 282 258 litres de gasoil**

Les déplacements représentent

80%
du bilan carbone

Dans l'optique de la labellisation Flocon Vert, pour réduire notre bilan carbone et travailler l'avenir de l'Alpe d'Huez, plusieurs groupes de travail vont plancher sur six thématiques différentes : déchets, vie locale, patrimoines, propriétaires, achats, ressources pour une concrétisation des actions et un investissement citoyen.

Un partenariat propriétaires

En moyenne, les propriétaires de résidences secondaires à l'Alpe d'Huez occupent leur hébergement un peu moins de six semaines par an. Dans l'optique de redynamiser ce parc immobilier, de réduire l'apparition de ponts thermiques, de rénover les bâtiments et les appartements, la municipalité travaille actuellement sur un programme à destination des propriétaires. L'objectif est d'accompagner ceux qui le souhaitent dans une démarche gagnant / gagnant pour les propriétaires et la station.



AGENDA

Festival de films mer et montagne

Du 15 au 19 décembre 2025



15 équipes composées d'un marin et d'un montagnard sont en lice du 15 au 19 décembre sur le Trophée Mer Montagne. Les champions s'affrontent en toute convivialité sur une multitude d'épreuves. L'occasion pour ces aventuriers de partager leur passion des vagues et des cimes tout en soutenant une association caritative. Les participants profitent de leur venue pour montrer au grand public une programmation de films d'aventure tous plus impressionnants les uns que les autres, des projections précédées de conférences.

Festival du Film de comédie

Du 19 au 25 janvier

Une semaine placée sous le signe de la comédie et du rire. Le genre populaire au cinéma qui met tout le monde d'accord ! Devenu une référence dans le domaine, le Festival International du Film de Comédie de l'Alpe d'Huez réunit sur grand écran, depuis 1997, les succès du box office, des pépites moins connues et des formats courts. Fous rires et bonne humeur sont au rendez-vous ! L'incontournable de cet évènement ? Des films en avant-première gratuits dans la limite des places disponibles !



Tomorrowland, le géant belge fait vibrer la station

Du 21 au 28 mars

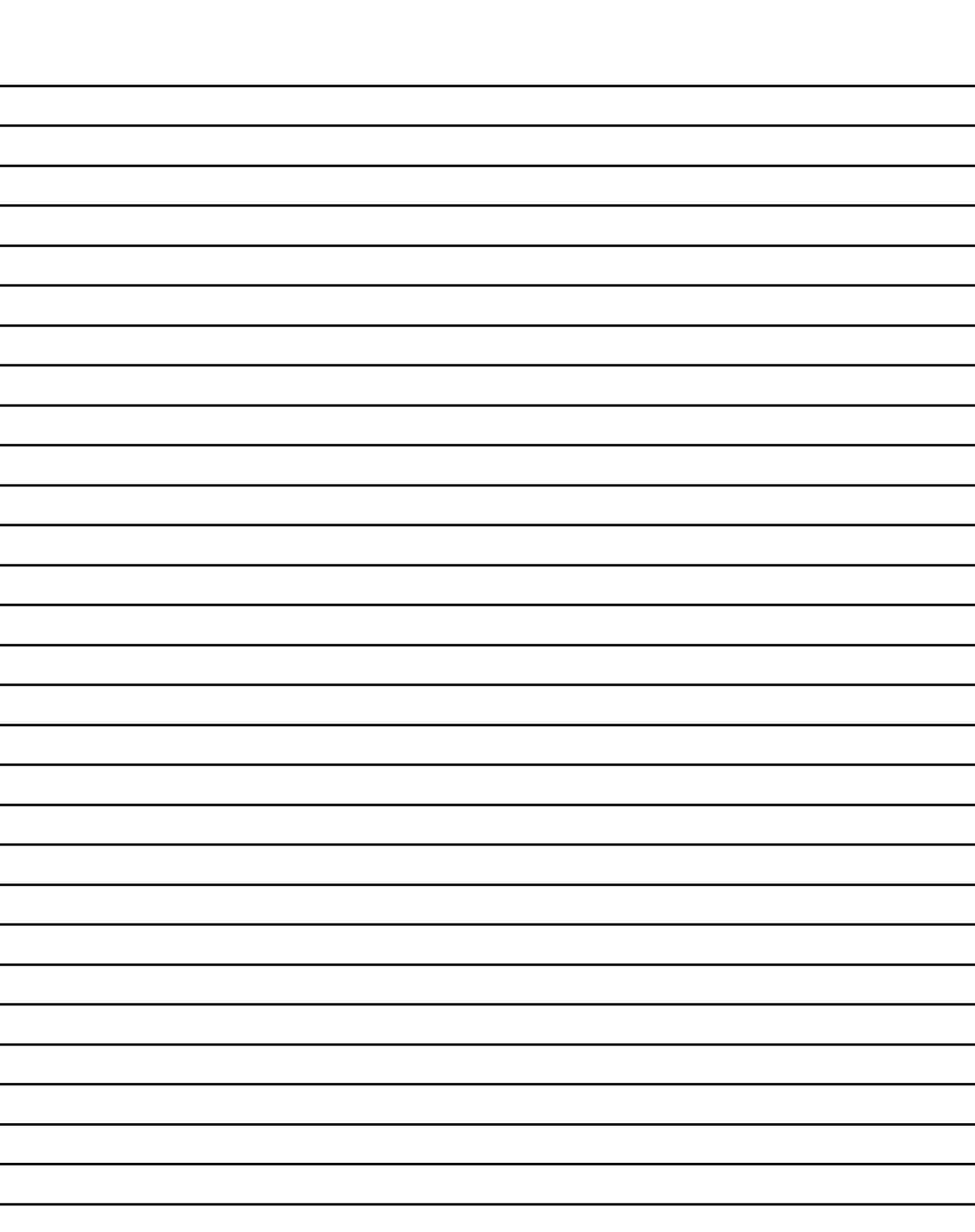
Tous les meilleurs DJ de la planète se donnent rendez-vous à l'Alpe d'Huez pour une sixième édition de Tomorrowland Winter entre le coeur de la station et le domaine skiable. Le plus grand festival de musique électro du monde revient encore plus fort avec une programmation inédite et de belles surprises. De quoi en prendre plein les yeux et plein les oreilles.

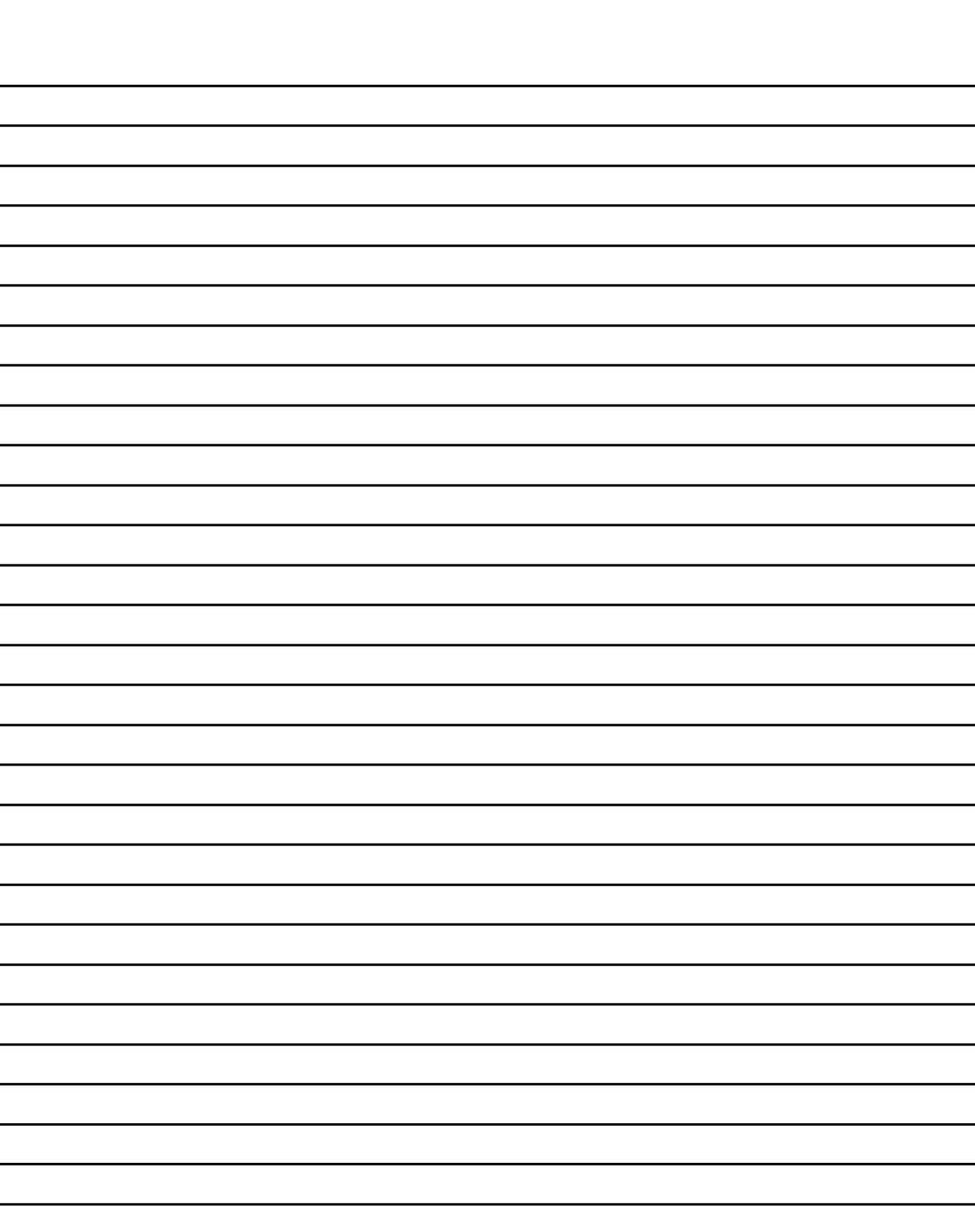
Festival de la BD

Du 10 au 12 avril

Coorganisé avec les Editions Glénat, le Festival de la BD de l'Alpe d'Huez transforme l'Ile au soleil en Ile aux Bulles, pour une nouvelle rencontre entre la montagne et les auteurs-illustrateurs à l'occasion de séances de dédicaces, d'ateliers et de films d'animation.







A scenic view of a mountain range with a lake in the foreground. The mountains are rugged and covered in green vegetation, with some snow patches. The sky is blue with a few clouds. The lake is a deep blue color and is surrounded by rocky terrain and green grass.

alpe*huez

RENDEZ-VOUS CET ÉTÉ

CONTACT PRESSE
Laura Heurteloup - Peggy Hille
presse@alpedhuez.com - p.hille@alpedhuez.com
06 14 30 12 79 - 04 76 11 59 95