



LES *activités* HORS-SKI



— **I N T R O** — Lorsque les flocons de neige recouvrent les sommets majestueux, la station se transforme en un monde d'aventures et de découvertes au-delà des sports de glisse. Que ce soit pour tester de nouveaux sports ou ouvrir son regard sur la nature environnante, Méribel propose une gamme variée d'activités hors-ski. La magie de l'hiver se vit alors sous de nouvelles perspectives, en découvrant des expériences qui captivent tous les sens et laissent des souvenirs impérissables.

P R E N D R E U N E **— D O S E D ' A D R É N A L I N E —**

En parapente

Départ pour un survol de Méribel et des 3 Vallées en parapente biplace en compagnie de pilotes professionnels. Au départ de la Saulire, le baptême biplace offre une vue à 360° imprenable sur le mont-Blanc, le domaine de Méribel et des 3 Vallées. Au cours de ces vols en parapente, il n'est pas rare d'apercevoir aigles, oiseaux, ou encore chevreuils, biches, cerfs, chamois.... Le baptême débutant est l'occasion parfaite pour découvrir les sensations exceptionnelles du vol libre et de vivre une expérience unique dans le ciel de Méribel. A partir de 100€

Prosneige : www.prosneige.fr

TandemTOP : www.parapente-meribel.fr

Adrenaline Parapente : www.parapentemeribel.com

Airmax parapente : www.airmax-parapente.com

Aérodynamique : www.meribel.net/apidae/aerodynamique





Mission Black Forest en luge

Pour les amateurs de sensations fortes, direction la piste de luge Mission Black Forest avec ses 3,4km de descente sur 470m de dénivelé et 28 virages ! Bien plus qu'une simple piste de luge, c'est une véritable aventure dans laquelle on embarque, chargé d'une mission par le sorcier Galdwick pour sauver le peuple de la forêt.

9€ par personne pour 4 personnes, ou 12€ la descente. Le prix comprend 1 montée en télécabine, la location du casque et de la luge. www.skipass-meribel.com/fr/piste-de-luge

En avion

Pour une vue à 360° de la vallée avec un décollage et un atterrissage sur un altiport, départ avec les pilotes de l'aéroclub de Méribel. Réservé uniquement aux vols de loisirs dans les mythiques avions rouges, l'aéroclub propose des baptêmes de l'air et des cours d'initiation au vol de montagne.

www.ac-meribel.com



PROFITER DES BIENFAITS DE LA MONTAGNE LE YOGA SOUS TOUTES SES FORMES

A Méribel, le yoga se vit en extérieur même en hiver ! Avec une formule adaptée proposant une marche en pleine nature, des techniques de respirations et poses de yoga, nos 3 professeures proposent un instant de déconnexion en pleine nature. Que ce soit au bord au bord du Lac de Tueda ou au milieu des sentiers cachés de la forêt de l'Altiport, c'est l'activité parfaite pour profiter des bienfaits du yoga et prendre une grande bouffée d'air frais. Magali Salles : www.sejour-coaching-nature.com

Marcela Bemposta : www.yoga-meribel-courchevel.com

Corinne Blat : www.pranadev.fr/

Spa Dermalogica - Alpen Ruitor

Depuis l'hiver dernier, le seul spa de Méribel Mot-taret s'est associé avec la marque nouvelle marque experte des soins de la peau depuis plus de 35 ans, Dermalogica. Au sein de l'hôtel 4* Alpen Ruitor, la spa Dermalogica propose des soins personnalisés pour répondre au mieux aux besoins de chaque client. En complément, les vacanciers pourront profiter d'une session de relaxation dans le bain bouillonnant, ou encore le sauna et hammam.

www.alpenruitort.com/fr/spa



Antares wellness clinic - Antares

C'est le cocon idéal pour s'offrir un espace intime de déconnexion tout en continuant à partager des moments entre amis ou en famille. Avec un espace de 800m² dédié au bien-être, au soin du corps et l'esprit, le spa Antares propose ainsi une approche complète qui combine clinique esthétique, thérapies naturelles, alimentation consciente, activité physique et soins haute-technologie. En plus de l'espace bien-être qui comprend sauna, hammam, bains bouillonnants et l'une des plus grandes piscines de la vallée, il est ainsi possible d'opter pour des cures plus ou moins long terme selon les besoins. www.antares-wellness.com/fr

My Spa Pure Altitude - Parc Olympique

Le spa du Parc Olympique situé en plein cœur de Méribel centre est ouvert à tous et propose une salle de relaxation, deux tisanneries, deux saunas, deux hammams ainsi qu'un grand bain bouillonnant. Idéal pour un moment de détente cocooning après le ski. www.meribel.net/apidae/my-spa-pure-altitude-espace-detente



Spa Deep Nature - L'Hevana

Le spa de la résidence premium L'Hévana promet un moment relaxant et tonifiant dans un cadre précieux et zen abritant des espaces de soins. On y découvre un véritable rituel sensoriel et de multiples soins vivifiants avec un sauna, un hammam idéal pour soulager les courbatures et éliminer les toxines, une douche sensorielle ainsi qu'une salle de repos avec mur de sel pour profiter des bienfaits de l'halothérapie ainsi qu'une tisannerie.

www.deepnature.fr/fr/spa-meribel-hevana

Spa des neiges by Clarins - Allodis

Après une journée riche en émotions, dans un écrin de bois clair et de pierres, le Spa des Neiges by Clarins offre un instant de détente. C'est dans un cadre privilégié face aux sommets enneigés des 3 Vallées que les vacanciers pourront vivre un pur moment de relaxation et de lâcher-prise. Les 5 cabines de soins, entièrement baignées de lumière naturelle, offrent un panorama d'exception pour des pauses douceur et des instants de sérénité. www.hotelallodis.com/spa-des-neiges-by-clarins



Spa Nuxe - Kaila / Chaudanne

Une expérience pluri-sensorielle où séance après séance, les crèmes, huiles et massages combinent leurs effets et bienfaits pour relaxer le corps et l'esprit ou retrouver la forme. 6 cabines dont 3 doubles pour des instants voluptueux et relaxants, en amoureux ou en famille avec des soins proposés à partir de l'âge de 6 ans.

www.lekaila.com/fr/hotel-spa-nuxe-meribel



Tata Harper Spa - Le Coucou

De la piscine au spa, du fitness au sauna, sans oublier les protocoles de soins organiques exclusifs signés Tata Harper, rien ne manque dans l'hôtel spa 5 étoiles Le Coucou perché sur les hauteurs de Méribel. Avec un espace dédié au bien-être de 450m², le spa du Coucou a choisi les marques Tata Harper, marque pionnière des cosmétiques naturels tout droit venue de Colombie, et Aime, marque française de probiotiques qui allie produits cosmétiques et compléments alimentaires. Une parenthèse à s'accorder pour chouchouter sa forme dans une atmosphère épurée et raffinée, pour les hôtes comme pour la clientèle extérieure.

<https://www.lecoucoumeribel.com/fr/bien-etre>



S'IMMERGER DANS LES GRANDS ESPACES



Balade à cheval

Pour une activité originale et amusante au plus près de la nature, on se laisse porter par les chevaux de la vallée. Le Ranch Nordique et le Cœur Équestre proposent de parcourir les fabuleux paysages de la station et de vivre différemment la découverte de la nature préservée de Méribel.

www.ranchnordique-meribel.com

www.coeurequestremeribel.com

Ski joering et poney luge

Tout droit venu de Scandinavie, le ski-joëring allie joies de la glisse et moments de partage avec un cheval. Pas besoin d'être cavalier chevronné ou skieur pro, l'essentiel est d'avoir sa première étoile et d'aimer le contact avec l'animal, ensuite ça glisse tout seul. Pour les initiés de cette discipline, on peut ajouter une touche de fun et élever le niveau en choisissant de s'élancer sur un slalom, de réaliser des sauts et des pointes de vitesse ! Le poney-luge est sa version miniature pour les enfants, une luge tirée par un poney... En route pour de nouvelles aventures en famille ! Le Ranch Nordique, situé au cœur de Méribel, est le seul des 3 Vallées à être ouvert à l'année.

www.ranchnordique-meribel.com

Promenade en raquettes

Si les vacances d'hiver riment souvent avec les sports de glisse, la marche en raquette séduit de plus en plus de vacanciers. Des balades sur le secteur de l'Altiport ou au sommet sont proposées par l'ESF ou Raquettes Evasion tout au long de la saison. De quoi profiter des paysages hivernaux en prenant son temps. Sortie matin ou après-midi, dès 40 € ; 5 sorties, dès 134 €. Prévoir la location des raquettes en magasin. www.esf-meribel.com - www.raquettevasion.com





— LE PARC OLYMPIQUE —



La patinoire

Toute l'année, la patinoire est accessible à tous. En journée, il est possible de venir glisser et s'initier dès le plus jeune âge. En nocturne, la patinoire propose des soirées à thèmes comme des soirées fluo pour venir redécouvrir les joies de la glisse, dress code en plus ! L'entrée est gratuite pour les enfants de moins de 5 ans.

Hockey sur glace

En 1992, la station accueille les matchs de hockey sur glace et construit à cette occasion une impressionnante patinoire, un complexe de 24 000 m² pour une capacité de 2500 places assises. Le Parc Olympique de Méribel, comme il est maintenant nommé, a donc été le site d'accueil des prestigieuses épreuves de hockey sur glace masculines en 1992 avec la victoire de l'équipe unifiée de l'ex-URSS contre le Canada ! Durant ces JO, la patinoire a accueilli les 46 matchs de hockey sur glace du 8 au 23 février 1992. Le hockey se vit et se découvre encore pleinement à Méribel, tous les mardis soirs en assistant aux matchs d'exhibition des légendaires bouquetins !

La piscine

Pour s'amuser, se relaxer ou même se lancer des défis, rendez-vous au Parc Olympique, le grand centre sportif et de loisirs situé à La Chaudanne où convergent tous les sportifs.

À défaut de torrents ou de lacs accessibles l'hiver, la piscine remplit sa fonction, relaxante ou sportive. 25m, une ligne de nage, un long toboggan qui achève ses virages dans un bassin adjacent. Ajoutez des cours de natation, de l'Aquagym et de l'Aquabike, de la plongée, des tables de ping-pong et du badminton.

Entrée +18 ans, 6,50€ ; 5-18 ans, 5€ ; gratuit pour les -5ans

L'escalade

Dans le Parc Olympique, le mur d'escalade, haut de 14m, a de quoi ravir les passionnés de grimpe. Pour les débutants, c'est le spot idéal pour l'apprentissage des gestes justes. Il est en accès libre, avec encadrement. Les guides de haute montagne y prodiguent aussi des cours tous niveaux de 1 ou 2 heures, dès l'âge de 5 ans. En recherche d'activités nocturnes ? Des soirées escalade sont aussi organisées. Une montée libre 8€, 10 montées 65€.

