

N°1 - JUIN 2017
magazine gratuit

ACCRO'SKI

Le magazine du Ski-Club de la Vallée Verte

Nous sommes heureux de vous présenter ACCRO'SKI, nouveau-né éditorial, entièrement créé, rédigé et conçu par des bénévoles tous très attachés au ski, à la vie et à l'avenir de nos enfants en Vallée Verte.

Gazette innovante d'une vingtaine de pages, éditée trois fois dans l'année, dans laquelle vous découvrirez au fil des articles la richesse humaine et géographique de notre vallée, car la Vallée Verte est une véritable fourmière d'énergie où grouillent la vie, les activités, les associations, les entreprises et les commerces !

Au fur et à mesure des numéros, vous ferez également plus ample connaissance avec le Ski Club de la Vallée Verte qui ambitionne de faire goûter aux enfants et aux plus grands les joies et les émotions que procure la glisse sous toutes ses formes.

En tournant chacune des pages, nous vous demandons d'avoir un œil attentif à tous nos généreux sponsors car, sans eux, ce journal ne pourrait pas vous être offert. A tous un IMMENSE MERCI pour leur soutien.

Et à vous tous, chers lecteurs, nous espérons que vous passerez un agréable moment en notre compagnie, que vous prendrez plaisir à nous lire et que vous attendrez le prochain numéro d'ACCROSKI avec impatience. Notre objectif étant de vous proposer un contenu éditorial à même de vous donner le sourire à chaque lecture !

Sommaire

- ◆ Notre club
- ◆ Les podiums de la saison 2016/2017
- ◆ Le tremplin
- ◆ Le Rock'n Poche
- ◆ Le foyer nordique et de loisirs des Moises
- ◆ La brocante d'Habère-Poche
- ◆ Le Feuflîâzhe
- ◆ Sponsors à l'honneur
- ◆ La Bellicime
- ◆ La Pass'Portes du Soleil
- ◆ La Nuit des Hiboux 2017
- ◆ Vallée Verte Bike Tour 2017
- ◆ Retour sur la VVBT 2016
- ◆ Rando pédestre en Vallée Verte
- ◆ Sport et alimentation
- ◆ Accroski, c'est aussi...

Edité par

SKI CLUB
Vallée Verte



NUIT DES HIBOUX
Habère-Poche
Samedi 8 Juillet 2017



www.nuitdeshiboux.com

Dépôt des vélos
de 16h à 19h
au foyer des Moises

Tel : 04 50 39 54 46



Habère-Poche
aute-Savoie



* Vallée Verte Bike Tour *

1 VTT à gagner
et de nombreux autres lots

dimanche **27** août 2017

Parcours VTT : de 10 à 70 km

Parcours pédestre : 9 et 13 km

Repas / Animations

Infos : valleevertebiketour.com 04 50 39 54 46



Accro'Club

Notre club, le ski-club de la Vallée Verte

Comme notre nom l'indique «ski-club de la Vallée-Verte» (SCVV) notre activité principale est le ski et plus précisément le ski alpin. Nous voulons faire vivre à un maximum de jeunes les plaisirs de la glisse, cette sensation agréable de vitesse et cette pointe d'adrénaline procurée à chaque changement de direction. Ce plaisir de jouer avec les lois de l'équilibre pour rester debout coûte que coûte malgré les types de neige différente, les profils de pentes variés et les virages serrés, de jouer sur le fil du rasoir avec les carres de nos skis tels des funambules. Cette douce sensation de flotter quand la météo nous fait l'honneur de déposer 30 centimètres de neige poudreuse sur nos pentes.

Notre motivation première, faire progresser chacun à son niveau pour pouvoir offrir à tous ces sensations bien souvent décuplées en compétition avec cette petite pointe de stress que tout le monde connaît derrière le portillon de départ et cette joie plus ou moins grande une fois la ligne d'arrivée franchie, ces quelques désillusions après une chute ou encore ce bonheur immense en montant sur un podium. Avec le ski alpin de compétition, comme avec beaucoup d'autres sports, c'est une école de la vie que l'on veut faire vivre à nos jeunes avec d'innombrables partages d'expériences de part un fonctionnement en groupe durant toute la saison. Ce sont des anecdotes et des amitiés qui se créent.

Les bases du ski

Notre raison d'être est donc le ski alpin de compétition mais pour y parvenir le chemin est long, c'est pour cela que nous avons un pré-club qui permet aux plus jeunes, dès 6 ans (avec un niveau 1ère étoile), de s'affranchir du chasse-neige pour découvrir petit à petit la glisse skis parallèles. Puis notre groupe U8 (comprendre « under 8 » - inspiration anglaise - soit des jeunes de 7 à 8 ans) où nous nous efforçons de la façon la plus ludique qui soit d'acquérir une progression technique pour être de plus en plus à l'aise sur les pistes damées.

Le renforcement des apprentissages

Dans le groupe U10 (9, 10 ans) les progrès s'accroissent et vont permettre petit à petit de pouvoir braver tous types de pentes et de neige. Cet apprentissage est ponctué de nombreux moments de rire notamment au travers des chutes de chacun, inévitables dans ce chemin qui conduit chacun à maîtriser de plus en plus ses skis. C'est également la découverte des premières courses où il est bien souvent difficile de trouver le bon chemin.

Les recettes d'Olivier
Olivier Brand, cuisinier traiteur
olivier@lesrecettesdolivier.fr
Mariages, banquets, cocktails,
tout événement sur mesure.
www.lesrecettesdolivier.fr

Les recettes d'Olivier
La Corbière
74420 Saint André de Boège
Labo : 04 50 87 27 62
Mob : 06 08 86 08 12

Pépinières Morel Bossus MB
producteurs depuis 1967

www.pepinieres-morel-bossus.com
120, avenue de Vaillon - 74890 FESSY
Tél. +33 (0)4 50 39 44 41
contact@pepinieres-morel-bossus.com

SPORT 2000

ISA SPORT

Village des Habères
74420 HABERE-POCHE
Tél : 04 50 31 00 02

Groupama
la vraie vie s'assure ici

À BOËGE
Centre commercial Boège 2
223, Route de la Vallée Verte
Tél. 09 74 50 34 10
Prix d'un appel local à partir d'un fixe

Le Salon

lundi fermé
mardi 8h30-19h
mercredi 8h30-18h 04 50 39 06 72
jeudi / vend 8h30-19h
samedi 8h-16h

57 route de Carraz
74420 Boège
Coiffure mixte

CHENEVAL SAS CHARPENTE



200 Route des Nants ♦ Arpigny ♦ 74250 FILLINGES
Tél. : 04 50 31 13 17 ♦ e-mail : cheneval_charpente@orange.fr

Accro'Club

Le ski pour tous

Le perfectionnement

Arrivé dans le groupe U12 (11 à 12 ans) la recherche de progrès technique plus fin est au centre des préoccupations : comment faire pour aller plus vite tout en respectant les virages imposés par une succession de piquets rouges et bleus qui dessinent les slaloms « géant » et les tous premiers slaloms « spécial ». Il y a aussi des défis : oser aller plus vite tout en maîtrisant sa vitesse et sa trajectoire, oser réaliser des sauts un peu plus longs et un peu plus loin sans pour autant se prendre tout de suite pour un oiseau.

Aux portes des performances

Dans le groupe U14 les courses sont bien présentes que ce soit en slalom spécial ou géant principalement il faut trouver la bonne angulation, le bon équilibre antéro-postérieur, maintenir une dissociation pour pouvoir construire et tenir la trajectoire idéale qui va permettre de grappiller des dixièmes de seconde et par la même 2 ou 3 places au classement de la course.

L'âge des choix

En U16, les plus passionnés vont chercher à rentrer dans des structures plus poussées en lien avec leurs études et, les autres, continuer à progresser pour se faire de plus en plus plaisir. Gagner en confiance en soi et être fier de la maîtrise technique acquise au fil des années pour la mettre au service d'un ski de compétition ou de loisir.

Le ski de compétition oui mais pas que...

Nous avons également pour les plus jeunes un groupe appelé « formule 2 » qui laisse l'opportunité à ceux qui hésiteraient à se lancer pleinement dans l'aventure de la découvrir en douceur avec moins de séances hivernales.

Depuis maintenant près de 5 ans, avec l'installation d'un tremplin de saut de 25 mètres, nous avons développé et développerons du saut à ski pour ceux qui le souhaitent. D'autant que ce tremplin devrait, d'ici peu, pouvoir s'utiliser toute l'année et non plus que l'hiver quand il y a de la neige.

Pour skier au mieux, il faut être physiquement au point, aussi bien en termes d'endurance que de vitesse, de souplesse... c'est pour cela que nous mettons en place l'été, des stages multisports avec camping à la clé (VTT, randonnée, rafting, canyoning, escalade...). Egalement une préparation physique générale en automne, avec des activités multiples et variées : course d'orientation, roller, sport collectif, VTT, randonnée, renforcement musculaire, ski de fond et un stage de ski alpin en altitude en octobre. Parce que le ski c'est génial mais il n'y a pas que ça...

La voie du professionnalisme

Enfin le groupe formation en association avec les ski-clubs de Lullin et de Bellevaux ; c'est l'occasion de faire mieux connaissance avec les jeunes des clubs voisins, déjà croisés les années précédentes sur les courses et surtout, l'opportunité de se préparer au mieux au fameux « Test technique » qui ouvre les portes à la formation de moniteur de ski. Ainsi pour ceux qui le souhaitent à partir d'une activité à la base de loisir, ils pourront déboucher sur une activité professionnelle, pourquoi pas ?



BOUCHERIE • CHARCUTERIE • TRAITEUR



Christophe
Bouvier-Bangillon

Le Pessey
74420 Habère-Lullin
Tél. 04 50 39 50 35



CHENEVAL-PALLUD Thierry

CULTURE
MARAÎCHÈRE

CONTAMINE SUR ARVE
Tél 04 50 97 76 34

Vente directe aux particuliers
Du lundi au samedi 16h00-19h00
samedi matin 8h00 - 12h00

L'assiette de vos producteurs.fr - 06 51 50 84 37



AVIA

Station Service
Vallée Verte

Carburants 24h/24 - Gaz - Jardinage
Pêche - Motoculture...

Lundi au samedi 7h-19h • Dimanche matin 7h30-12h

74420 BOËGE - 04 50 31 20 36

BAR • RESTAURANT

Les Habères



Chez Sophie et Serge

Tél. 04 50 39 55 70
74420 Habère-Poche

Accro'Champions

Une année riche en podiums

A la fin de cette saison, malgré un nouvel hiver compliqué pour les entrainements des jeunes, nous dressons un bilan sportif très positif pour l'ensemble des licenciés du club, avec un total de 23 podiums.



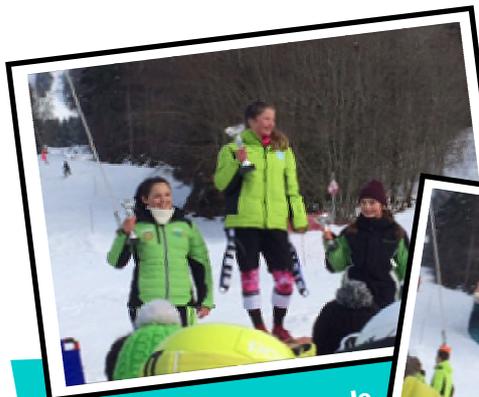
Grand prix de Passy-Varens le 29 janvier 2017

Une course sous de belles conditions météorologiques malgré le manque de neige. Un grand nombre de coureurs ont pris le départ et de beaux résultats obtenus : 4ème place pour Jade Converset (U12), 3ème place pour Matisse Desvaux (U14) et une 1ère place pour Marie-Laure Place (U14).



Qualifications Coupe d'argent filles 1er février 2017

Une course regroupant les meilleures filles U16 de district chablais en slalom à Saint Jean d'Aulps. Louise Bassin termine sur la première marche du podium grâce à deux belles manches.



Circuit Coupe de Bronze le 11/02/2017 en géant à Bernex et le 12/02/2017 en slalom à Chatel



Une course en géant sur la piste des Lanches à Bernex. Une neige très dure et un tracé suivant les mouvements de terrain sur la piste ont procuré de très belles manches. Pour les U14, Matisse Desvaux et Marie-Laure Place terminent sur le podium avec respectivement la 3ème et la 1ère place et pour les U16, Blandine Boillon monte sur la 2ème marche du podium et Léonie Gasquet termine quant à elle 4ème des U16 1ère année.



LIONEL FALCONNET
BOULANGERIE - PÂTISSERIE

ROUTE DE SAXEL
74420 BOËGE

TÉL. 04 50 39 12 20

FALCONNET.LIONEL@ORANGE.FR



LANGE



DYNASTAR

Chamonix Mont-Blanc



saposedia@gmail.com

06.02.72.73.22

Cuisines

Dressings

Amenagements intérieur

Accro'Champions

Des jeunes qui en veulent



Circuit Coupe de Bronze le 12 mars 2017

En Slalom sur la superbe piste de Thollon les Mémoires, Matisse Desvaux a démontré ses talents pour slalomer dans les trous à cause d'une neige très molle et du nombre de passages. Il termine à la 3ème place.

La course s'est déroulée aux Gets en géant pour les filles et garçons. Nos jeunes nous ont fait honneur puisque 6 d'entre eux sont montés sur le podium :

- 1ère place ex-aequo pour Matisse Desvaux (U14-2)
- 3ème place pour Simon Wallart (U14-1)
- 1ère place Léonie Gasquet (U16-1)
- 2ème place Louise Bassin (U16-2)
- 3ème place Blandine Boillon (U16-2)
- 1ère place Marie-Laure Place (U14)



Circuit Coupe de Bronze les 11 et 12 mars 2017

De beaux résultats cette saison également pour les plus grands du club avec 2 podiums pour Théo Meynet, 1 podium pour Alexis Moguérou, 2 podiums pour Clément Oddone, 2 podiums pour Bé-rangère Luthi et 1 podium pour Mayeul Gaillet. Félicitations également à nos jeunes qualifiés aux Coqs d'Or avec les très belles qualifications de Matisse Desvaux et Marie-Laure Place en finale parmi les meilleurs français.

Dorian Bondaz en U12 a représenté la Vallée Verte à Courchevel lors d'une compétition nationale de saut rassemblant tous les clubs de France. La compétition a eu lieu au stade olympique de Courchevel qui a servi pour les jeux olympiques d'Albertville.

Malgré le manque de neige dans nos petites stations, nos jeunes s'en sortent à force de persévérance. La présence aux entraînements est donc essentielle à la réussite sur les skis, que ce soit au niveau technique ou physique.



Bravo à tous !

Fromages Fermiers
G.A.E.C. Le Chalet
622 Route de chez Novelty
74420 BOËGE

Tél. : 04.50.39.17.20
Chambres d'hôtes

CHARPENTE - COUVERTURE
MENUISERIE

Dufourd et Fils

WWW.CHARPENTE-DUFOURD.COM
+33 (0)6 88 86 30 72

FOYER DES MOISES
WWW.FOYERDESMOISES.COM

Crédit Mutuel
de la Vallée Verte

Sabin DESCAMPS
Artisan Peintre
74250 Fillinges

Peintures
Enduits décoratifs
Revêtements muraux
Parquets

06 89 88 25 37

Roulotte de la Lierre

Ferme de La Lierre
Hébergement insolite
en roulotte

www.ferme-de-la-lierre.com

Accro'Saut

Le seul tremplin du Chablais

Un nouveau revêtement pour le tremplin d'Habère-Poche : une réhabilitation nécessaire.

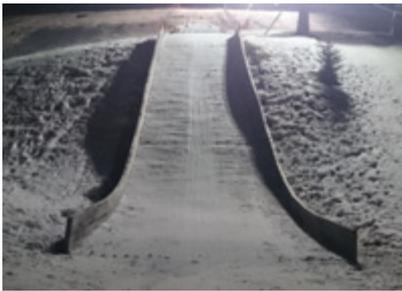
Depuis 2011, la station des Habères est équipée d'un tremplin de saut à ski K25, c'est-à-dire une distance de saut de 25m homologué par la FFS. Ce tremplin est le seul dans le secteur du Chablais, la grande majorité des tremplins haut-savoyards est située dans les environs de Chamonix. Le tremplin d'Habère-Poche est parfait pour l'initiation du saut à ski ! Les licenciés du Ski Club de la Vallée Verte (SCVV) peuvent s'élancer sur ce tremplin de 25 mètres - à partir de 8 ans - pour apprendre les bases de cette discipline.



Le saut, une discipline complémentaire au ski alpin

Ce tremplin est utilisé chaque hiver pour l'entraînement des jeunes du Ski Club de la Vallée Verte. La pratique du saut à ski est un très bon complément à celle du ski alpin mais elle est également une discipline à part entière qui permet aux skieurs les plus accros de se spécialiser et d'intégrer la section saut.

Chaque hiver, le SCVV organise avec l'ESF des « aiglons », compétitions qui permettent à tous les jeunes de s'essayer à cette discipline.



Un critérium de saut, organisé par le ski club, est un des temps forts de la saison de saut à ski. Il regroupe les principaux clubs haut-Savoyards disposant d'une section saut. Nous constatons un engouement très fort des jeunes licenciés pour cette discipline.

LOUDET BOIS

MENUISERIE - AGENCEMENT & POSE

06.77.39.35.63
loudet.bois@gmail.com
950 route de Pouilly 74490 Saint-Jeoire

TOUTE L'ALIMENTATION ANIMALE

Etablissements
DÉGERINE
74250 FILLINGES
Tél. : 04 50 36 42 49
Fax : 04 50 36 46 87

BOULANGERIE • PATISSERIE

Pauvert

BOULANGERIE • PATISSERIE

CHEF LIEU 74430 SAINT JEAN D'AULPS
TEL. 04 50 79 64 08 - Fax 04 50 79 50 96

Yoga Vallée Verte

à Villard Catherine Marceau

Tél. : 06 41 55 58 46

yoga-vallee-verte@laposte.net

DECORZENT

DECORZENT

Boucherie • Charcuterie • Traiteur

74470 LULLIN - Tél. 04 50 73 81 16

Toutes assurances • Véhicules de courtoisie

CARROSSERIE des BRASSES

04.50.36.90.14

- TOUS TRAVAUX DE CARROSSERIE
- REPARATION ET CHANGEMENT DE PARE-BOISE
- FREINS - VIDANGE
- PNEUS - GEOMETRIE
- CLIMATISATION

99, rue de l'Industrie
Z.A. Viuz-en-Sallaz
74250 VIUZ-EN-SALLAZ
Email : carro.bd@orange.fr

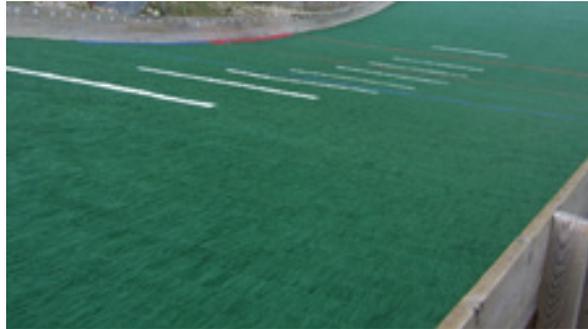
Accro'Saut

Bientôt du saut l'été !

Installation d'un revêtement synthétique pour notre tremplin : une chance pour tous les jeunes.

Qu'est-ce que le point K ?

Pourquoi le nom du tremplin est précédé de la lettre K ? Chaque tremplin possède une zone cible d'atterrissage appelée le point K (K-point), c'est une distance de référence. Pour les compétitions K-90 et K-120, les points K sont respectivement de 90 et de 120 mètres. Habère-Poche dispose d'un K25. Le skieur marque 60 points lorsqu'il retombe à la hauteur du point K, chaque mètre au-delà ou en deçà du point K est compensé par l'ajout ou le retrait d'un certain nombre de points, variable selon les tremplins.



L'été 2017 marquera une étape importante pour le tremplin d'Habère-Poche car il sera recouvert d'un revêtement synthétique permettant la pratique du saut en dehors de la saison hivernale.

Nous avons effectivement eu l'opportunité de récupérer une partie du revêtement synthétique du tremplin de Prémanon dans le Jura.

L'installation de ce revêtement impose une phase de préparation du tremplin du Bois-Noir. Celle-ci sera réalisée par l'entreprise Condevaux et consistera à reprofiler le terrain pour le rendre compatible avec un équipement d'été.

La mise en place de ce revêtement synthétique composé de plusieurs couches, (amortisseur, treillis plastique, plaques de sous-couche et revêtement de finition) sera assurée par les bénévoles du ski-club ainsi que toutes les personnes motivées par ce projet.



La réhabilitation du tremplin d'Habère-Poche représente une opportunité sportive importante pour nos jeunes compétiteurs. De plus il permettra au SCVV d'être intégré dans la tournée des 4 tremplins dès l'été prochain, offrant ainsi la possibilité à tous les skieurs de la section saut à ski du Ski-Club de la Vallée Verte de se mesurer aux autres compétiteurs du district.

IV
INVICTUS
Vins & Saveurs
invinctus.vins@gmail.com
06 12 72 32 46

Chambres d'hôtes Charmance
Marguerite MEROTTO

Chalet "Les Contamines"
Route du Col des Arces
74420 Habère-Poche Tél./Fax 04 50 39 51 69

La Fruitière

Fromagerie Peguet
FABRICATION, VENTE DE FROMAGES
1542, route du Chef Lieu
74250 FILLINGES • Tél. 04 50 36 42 27
ouvert tous les matins jusqu'à 12 h
et le soir de 16 h 30 à 19 h 30

LATOUR
ENERGIE SERVICE
ETUDE - INSTALLATION
MAINTENANCE - DEPANNAGE
POMPE A CHALEUR CHAUFFAGE CLIMATISATION
223 Rue de la Jonchère 74420 BOEGE
Tél. : 04.50.39.10.06 @ : latour.es@latournergie.com

esf
Pour le plaisir
LA VALLEE VERTE
esf-valleeverte.com 04.50.39.52.75

Maçonnerie
Neuf-Rénovation
SAILLET
Christophe
BURDIGNIN - 06 16 88 74 59

Accro'Assoc

Motivés depuis 25 ans

Pour 2017, anniversaire oblige, nous avons fait la part belle à des habitués, à ceux qui ont fait le succès de ce festival : Tryo, Motivés, Un air deux familles (les Ogres de Barback et les Hurlements d'Leo). Nous avons voulu aussi programmer des groupes de scène, à forte dimension festive comme les Fatals Picards, Dubioza Kolektiv et Systema Solar. Enfin des découvertes avec Radio Elvis et 8 autres groupes sur la scène régionale.

Comme chaque édition, nous avons mis en place de nouveaux aménagements pour améliorer le confort du public et de nos bénévoles avec des caisses centrales, là où nous vendons nos «veaux», plus grandes et plus spacieuses. Enfin pour fêter dignement nos 25 ans nous proposons un grand concours de déguisement à notre public pour que ces 2 jours soient encore, plus que d'habitude, un week-end festif et convivial.

La rue des alpages vous attend, nos bénévoles sont surmotivés, comme toujours !

Ludivine Ducrot - Coordinatrice du Festival

Le Rock'n Poche Festival aura lieu les 28 et 29 juillet 2017 à Habère-Poche, et fêtera à cette occasion ses 25 ans d'existence. L'idée un peu folle d'une bande de copains de faire un festival au pied des remontées mécaniques d'Habère-Poche, est devenue au fil des années un événement majeur du territoire, avec un rayonnement local à régional.

Devenu en 2015 entreprise solidaire d'utilité sociale, le festival est porté par une association qui travaille à la pérennisation d'un projet culturel en milieu rural et périurbain. La programmation artistique est riche et éclectique et toutes les musiques actuelles, pop, rock, électro, reggae, chanson festive ont leur place.



Retrouvez toutes les infos sur www.rocknpoche.com



Vallée verte Immobilier
www.vvimmobilier.com

AGENCE VALLEE VERTE IMMOBILIER
972 ROUTE VALLA VERDA
74420 HABERE LULLIN
04 50 31 37 83

Tous nos biens sur www.vvimmobilier.com

Pinget Lionel

Constructions bois
Menuiserie, Agencement intérieur

www.chalets-pinget.com **Tél. 06 87 13 21 53**

Le Tiennolet

Pâtisserie - Boulangerie - Chocolaterie
HABERE POCHE
04 50 39 52 18

Les Gourmands Pizzeria

Ouvert du mardi au vendredi midi et soir & samedi soir

sur place et à emporter

172, rue de la vallée verte Boège

04 50 39 09 48

Wajmo Nahla

Espaces enchanteurs de bien-être & de remise en forme

490, Av. Bonnatrait - 74140 Sciez
T. 04 50 70 98 40
www.lesbainsdenahla.com

Boucherie Mathian

Boucherie - Charcuterie - Traitier

Rue de Caraz - 74420 BOËGE - Tél. 04 50 39 10 07

Du mardi au samedi de 7 h 30 à 12 h 30 et de 15 h à 19 h
Dimanche matin de 7 h 30 à 12 h

Accro'Assoc

Votre été à Habère-Poche

Le Feuflîâzhe

revient cet été, comme tous les deux ans. Il reste dans le centre d'Habère-Poche pour les grands concerts du soir afin de profiter des infrastructures de la salle polyvalente.

Exceptionnel

vendredi : un cor des Alpes jazz et électronique et les cinq meilleurs accordéons diatonistes d'Europe. Dans l'église, après la messe en musique le matin il y aura un concert acoustique le dimanche après-midi. En journée, le Feuflîâzhe s'écarte un petit peu du centre, il va au Bois Noir pour retrouver l'espace d'antan et ses trois scènes. Entrée libre à partir de 11h00 au pied des pistes où il y aura de la musique tout le week-end (avec une soirée DJ le samedi !), des groupes traditionnels ou actuels qui viennent de tous les pays des Alpes, Suisse, Autriche, France et Italie. Invités d'honneur: des Mongols descendus de leurs montagnes! N'oublions pas le marché des artisans, le salon des luthiers, l'expo photo, les bars et la restauration.

Sophie Jaunin

Renseignements sur www.feufliazhe.com



Le Foyer des Moises

est situé sur un site remarquable (le plateau des Moises), sur la commune d'Habère Poche, au cœur des Alpes du Léman. En hiver, le Foyer des Moises gère le domaine nordique et vous propose la location de skis de fond, de Fatbikes électriques et de raquettes ainsi que la vente de forfaits et de Pass-saison. Vous pouvez également venir profiter d'une boisson chaude autour du feu. En été, le Foyer des Moises vous propose la location de VTT, vélos à assistance électrique, draisiniennes, trottinettes et autres skates qui sont parfaits pour profiter de notre superbe pumptrack réalisé par Bike Solutions. Nous organisons une navette pour vous remonter de St André de Boège après avoir descendu le long de la Menoge. Sur le site, vous pouvez également pratiquer la course d'orientation et le biathlon. Vous pouvez également venir vous balader aux alentours et accéder à l'un de nos nombreux points de vue sur le Lac Léman, la Vallée Verte et même le Mont Blanc.



Au retour, vous pourrez profiter de notre terrasse avec vue sur la vallée et d'un rafraîchissement.

Renseignements sur foyerdesmoises.com



la brocante sera bien présente le dimanche 30 Juillet, la fête des vieux métiers étant au repos. Si vous voulez profiter de l'occasion pour vider votre grenier ou votre

garage, n'hésitez pas à nous contacter au 0450395432. En parallèle de la brocante, l'association organise une exposition à la nouvelle école: Jean Louis nous présente sa collection de vieilles clés (environ 1300 pièces) du 27 Juillet au 02 Août.

Attention expo à ne pas manquer.

Le président de l'association des vieilles mécaniques et des vieux métiers LOU VIOS M'TIS Philippe Vaudaux



Jean Louis expose à HABERE POCHE sa collection de clés

du jeudi 27 juillet au mercredi 2 août, de 14h à 19h à l'école primaire (à côté de l'église)

Exposition de plus de 1300 clés anglaises, à molettes, à griffes... rickantes et très anciennes, agrémentées pour certaines de leur patentes. Stands de manipulation pour les petits et les grands...

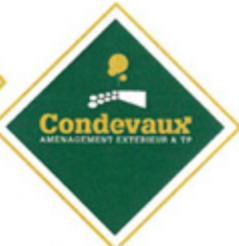




- Chalets
- Maisons à ossature bois
- Charpente
- Couverture
- Menuiserie

IMAGINER. CONSTRUIRE. RÉNOVER EN BOIS

SAS JOLLY - 105, ZAE Chez Merlin - 74420 Saint André de Boège - Tel: 04 50 73 80 27 - Fax: 04 50 73 86 64
E-mail: contact@jollyconstructionsbois.fr - Web: www.jollyconstructionsbois.fr
S.A.S. au capital de 30 000 € Siret 384 507 851 00028 RCS ANNECY - RC 384 507 851 TGB - APE 4391A

WWW.CONDEVAUX.COM



Les flammes de Haute-Savoie

Fillinges France



Cie Fromagère et Paysanne
Vallée Verte

Fruitière de Bogève

Fromagerie de Boège
(Fruitière de Bogève)
74420 - BOEGE
Tél. 04 50 39 98 23
www.fruitiere-des-neiges.com

Accro'Sponsors

Culture Vélo

Thonon-les-Bains

Accro'ski permettra également de donner la parole à des professionnels pour qu'ils nous présentent leurs activités et les évolutions attendues dans les années à venir. Pour ce premier numéro, nous avons recueilli le témoignage de Loïc Grandperret, propriétaire de l'enseigne Culture Vélo à Thonon-les-Bains. Nous donnerons la parole à d'autres partenaires et professionnels dans les prochains numéros.

Agé de 46 ans, Loïc a décidé, il y a sept ans, de vivre de sa passion. Responsable après-vente dans l'automobile de métier, son passé de compétiteur VTT l'a emporté et lui a permis d'entreprendre une reconversion professionnelle réussie qui l'a amené à la tête de cette enseigne très prisée des amateurs de vélo de route et de VTT. Il n'a pas perdu pour autant le contact avec les grands rendez-vous du VTT puisqu'il

participera du 5 au 13 juillet à la BC Bike Race The Ultimate Singletrack Experience à Vancouver, grand raid VTT Ultra distance par étapes (<https://www.bcbikerace.com/>).

Culture Vélo Thonon, ce sont trois personnes à plein temps et un jeune champion de cyclisme à temps partiel, Jordan Meyer, qui vous accueillent et vous conseillent avec un souci particulier du service rendu à la clientèle, ce qui permet de se distinguer des sites d'achat en ligne. L'enseigne propose six marques de vélo à la vente sur l'ensemble des gammes (vélo enfant, de ville, VTC, ...). Le vélo de route représente une grande part du chiffre d'affaires de la société (plus de la moitié). Le VTT et les VAE (vélos à assistance électrique) montent également en puissance, l'aide de l'Etat récente permettant à de nombreux passionnés d'anticiper leurs achats pour notamment améliorer leurs conditions de circulation pour rejoindre leur lieu de travail. A catégorie identique (VTT tout suspendu de milieu de gamme) l'achat de VAE représente déjà les 2/3 des achats et le marché devrait avoir encore de belles années devant lui avec une croissance à deux chiffres.



L'enseigne propose également un petit parc de vélo de route ou de VTT en test.

Loïc attache une grande importance aux liens tissés avec les associations sportives locales puisqu'il a mis en place de nombreux partenariats avec des manifestations locales (La Bellicime, le triathlon de Thonon).

De nouvelles innovations vont bientôt percer sur le marché comme les vélos de route électriques (par exemple, le Matra i Speed Race D11 S), les freins à disque sur les vélos de route ou encore les assistances électriques pour les dérailleurs. Même si ces technologies constituent des niches, elles se développeront très vite et rendront encore plus complexes les opérations de maintenance ; c'est d'ailleurs une des raisons pour lesquelles Culture Vélo Thonon est rentré dans le réseau d'agréments des concessionnaires Bosch pour les assistances électriques.

200€ D'AIDE D'ÉTAT SUR L'ACHAT D'UN VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

Direction Moraine - 21 chemin de ronde - 74200 THONON-LES-BAINS - Tél. 04 50 26 12 87 - 74thonon@culturevelo.com

SAILLET Frères
Menuiserie
Charpente
Couverture

Patrick SAILLET
2008 Route du Col de Cou
Maison Neuve - 74420 BORDIGNON
Tél. 04 50 39 02 78

CD ELEC COLLOUD Daniel
Électricité bâtiment
Courant faible

"Chez le Magnin" - 74420 Habère-Poche
Tél. 06 74 01 87 11 - daniel.colloud@cd-elec.com

Le Refuge Des Petits Gourmands
Boulangier Pâtissier
Cécilia et Jérôme HALLAY
74420 VILLARD
Tel : 04.50.39.93.85

Facebook : Le refuge des petits gourmands

AU CHIEN QUI BOIT

Emilien Lamotte
Oenologue
33 route Coulé
74250 Fillinges
France

+33 (0)6 89 53 37 68
emilien@auchienquiboit.com
auchienquiboit.com

RENAULT La vie, avec passion | **GARAGE DES MARRONNIERS**
Matthieu LOCATELLI

- Mécanique Toutes Marques
- Carrosserie Toutes Assurances
- Remplacement Pare-Brise
- Vente Véhicules Neufs et Occasions
- Remorquage

75 Place des Marronniers
74420 BOËGE ☎ 04 50 39 16 96

LA BERGERIE DES ROCHES
VENTE A LA FERME
PRODUITS DE LA BERGERIE & REGIONAUX

ALINE & JULIEN SAILLET
553 ROUTE DU COL DE COU - 74420 BORDIGNON
Tél. : +33 6 11 04 76 45 / MAIL : SAILLET.JU@SFR.FR

Accro'VTT

La Bellicime : entre lac et montagne



Le VTT club de Gavot vous présente la 8ème édition de la Bellicime, qui se déroulera le dimanche 2 juillet, au départ de Vinzier, un moyen facile de découvrir les paysages entre lac et montagne. Comme chaque année, pas de chrono pas de stress : que du plaisir !



La Bellicime

Au départ de Vinzier, La Bellicime vous emmènera visiter les paysages du plateau à travers les communes de Champanges, Féternes, Larrings, Bernex, Vinzier, Saint Paul en Chablais et Thollon-les-Mémises, grâce à 3 parcours différents, adaptés aux petits comme aux grands, confirmés ou amateurs : un parcours traditionnel, le Familial, un parcours plus sport avec le Sportif puis le parcours des aventuriers, l'Expert.

Cette année, vous pouvez retrouver des parcours inédits, avec une étape sur les pistes de Bernex. Tout au long du parcours, vous pourrez retrouver des points de ravitaillement afin de pouvoir vous rafraîchir et casser la croute. Pour bien clôturer cette journée sportive, conviviale et festive, nous vous offrons un repas ainsi que plein d'animations.

Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 30 juin 2017 au prix de €12.- pour le parcours Familial, €18.- pour le parcours Sportif et €25.- pour le parcours Expert (majoration de €5.- dès le lundi 26 juin).

La Bellicime
La randonnée VTT 8^e édition
du plateau de Gavot
Balcon du Léman
Pour tous
DIMANCHE 2 JUILLET 2017
Départ de Vinzier
www.la.bellicime.fr

Notre site internet :
<http://labellicime.wixsite.com/labellicime>
ou en nous contactant sur :
info@vttpaysdegavot.fr

SAVOIE PARQUET
Massif Stratifié Vinyl
www.savoieparquet.com

PRO 4x4
VENTE VÉHICULES Légères/Utilitaires/4x4
RÉPARATION & ENTRETIEN
Toutes Marques
CARROSSERIE
168 rue de la Jonchère • 74420 BOËGE • 04 50 39 53 42
www.pro4x4-74.com • info@pro4x4-74.com

La ferme des Moises
Fromages de chèvre pasteurisés
Vente à la ferme
• du mardi au samedi de 10 h à 12 h / de 16 h à 19 h
• dimanche de 10 h à 12 h / de 16 h à 18 h
lafermedesmoises@orange.fr
Tel: 04 50 31 09 05 • 74420 Habère-Poche

ARCHITECTE GUENIN d.p.i.g.
www.architecte-guenin-guenin.com Tel: +33. 4. 50 43 89 19
74420 HABERE-LULLIN 30 chemin de l'école communale

Multi dep SAS
DÉPANNAGES - MAINTENANCE
CONTRAT D'ENTRETIEN
Tous brûleurs, fuel, gaz, bois,
chaudières électriques
Régulation automatique de température
Energies renouvelables - Pompes à chaleur - Chaudières à granules
Secteur Genevois-Chablais-Faucigny
Z.A.E - 145 route de Serry
74250 FILLINGES
04 50 35 29 20 - Fax : 04 50 35 23 30
Agence Secteur Pays Mont Blanc
278 avenue St Martin
74700 SALLANCHES
04 50 15 84 69
Fax : 04 50 15 84 48

VAUDAUX-RUTH & FILS
Construit selon vos rêves
CHALET - CHARPENTE - MAISON BOIS
Madrier, poteau poutre et ossature bois.
3 méthodes - 3 savoir faire
chalet-vaudaux.com Tél: 06.87.88.50.13 74 420 BOËGE

Accro'VTT

La Pass'Portes du Soleil MTB

Du 23 au 25 juin, la grande fête du VTT revient dans les différentes stations des Portes du Soleil avec la 14ème édition de la Pass'Portes du Soleil. Le plus grand domaine Mountain Bike d'Europe s'apprête à accueillir les mordus du VTT venus des quatre coins de la planète.

Cette année, c'est quasiment la moitié du parcours de la Pass'Portes du Soleil MTB qui a été modifiée avec de nouveaux sites de ravitaillement avec toujours les mêmes spécialités qui font la renommée de l'événement. La boucle emprunte une douzaine de remontées mécaniques et se déroule sur une journée, au choix le vendredi 23 juin, le samedi 24 juin ou le dimanche 25 juin. Quelques variantes permettent aux plus costauds d'allonger le parcours jusqu'à 100 km et de se mesurer à des descentes plus techniques. Renseignements sur : <http://www.passportesdusoleil.com>



Les nouveautés 2017

LA NIGHT RIDE BY HOPE : randonnée VTT nocturne réservée à 60 amateurs éclairés vendredi 23 JUIN À 21H.

LA PASS'PORTES KIDS : parcours spécial kids accompagné de moniteurs VTT. De 9 à 14 ans. 117 enfants en 2016.

LA PASS'PORTES PÉDESTRE : 3 à 4h

LA PASS'PORTES DU SOLEIL MTB 2017

EN CHIFFRES

14^e édition de cet événement devenu référence dans le monde du VTT. En 2017, la Pass'Portes du Soleil MTB c'est le plus gros événement all-mountain enduro d'Europe.



de marche pour découvrir les sites emblématiques labellisés Geopark UNESCO qui dévoileront leurs singularités.

La ePass'Portes powered by Bosch (1ère édition) : un parcours spécial VAE en partenariat avec Bosch sur une boucle d'environ 60 km, au départ des Gets.

LE SALON DU VTT AUX GETS : avec plus de 5 000 m2 de surface d'exposition, 200 marques représentées et 70 exposants attendus.

LA JOURNÉE VTT FEMMES : huit femmes seront tirées au sort pour tester des vélos en compagnie de Céline Gros, multiple championne de France de VTT de Descente et vainqueur de la coupe du monde. VENDREDI 23 JUIN

OPTIMHOME
IMMOBILIER

Tél. : 06.30.61.08.89
Le Village des Habères - Bât A
74420 HABERE POCHE

Jean-Claude DENIS
Conseiller en Immobilier Haute-Savoie
jeanclaudio.denis@optimhome.com
www.denisj.optimhome.com
Agent commercial - RSAC : 480 985 795 THONON

VINS DU VERNAY
Un siècle de trésors à partager

Deux adresses, pour mieux vous servir !
12, rue du Charles Dupraz
Face au marché couvert
74100 ANNEMASSE

PAE de la Menoge
249 route de Montagnon
74380 BONNE

Tél. 04 50 92 20 20
contact@vinsduvernay.com
www.vins-duvernay.com

Gilles PLACE Reportage
www.gilles-place.com Photographe
Phototèque
Livres
Tirages
Cadeaux

74420 Habère-Poche
Tél. : (33) 4.50.31.01.69
gplace.photo@gmail.com

SARL Jacques-Vuarambon
Denis

PEINTURE
PAPIERS PEINTS
FACADES
REVÊTEMENTS
SOLS/MURS

Un artisan à votre service

La Lanche
74420 Villard
Tél./Fax : 04 50 39 05 43
Port. : 06 08 98 97 75

MAGASIN OUVERT
JEUDI, VENDREDI, SAMEDI
de 8^h30 à 12^h et 15^h à 19^h

POISSONNERIE GOY
85 route des Brassés 74250 VILZ-EN-SALLAZ / 04 50 36 81 36

VAUDAUX SPORTS
256 route du col
74420 HABERE-POCHE
Tél 04 50 39 52 29
Fax 04 50 39 09 21
vaudauxsports@orange.fr

La Quincaillerie de Boège
Quincaillerie - Cadeaux - Bricolage

Rue de Carraz
74420 Boège

04 50 39 18 25
laquincailleriedeboege@orange.fr

Accro'Manifs

Nuit des Hiboux 2017

La nuit des Hiboux en Vallée Verte

Randonnée nocturne en VTT à Habère-Poche le 8 juillet 2017



surveillé aux Moises, puis vous allez garer votre voiture au chef-lieu de Saint-André de Boège où une navette vous attend pour vous remonter au départ de la randonnée. Pour faire durer le plaisir un repas est prévu, pour ceux que le souhaitent à la salle de Saint-André.

Dès 15h, les randonneurs peuvent s'essayer à la pratique du biathlon. Un petit parcours VTT sera tracé sur le plateau des Moises. Le randonneur pourra tirer à la carabine avant ou après l'effort. Vous verrez c'est très surprenant !

Pour faciliter l'organisation de cette soirée atypique, nous vous invitons à vous inscrire en ligne sur notre site : www.nuitdeshiboux.com.

L'inscription sur place est possible le soir même entre 17h et 19h30.

Le 8 juillet 2017, le Ski-Club de la Vallée Verte, en partenariat avec les communes et l'office du tourisme de la Vallée Verte, vous proposent une nuit magique... Et oui, si vous observez les bords de la Menoge, vous croirez à une invasion de... lucioles ! Mais ne vous y méprenez pas, ce sont quelques 250 vététistes, amateurs ou chevronnés, se laissant guider par la pleine lune, à la découverte de la Nuit des Hiboux !

Si vous aussi, vous êtes tentés de vivre cette expérience unique et insolite, le VTT nocturne en toute sécurité, rendez-vous au plateau des Moises, pour le départ de cette balade jusqu'à Saint-André de Boège.

Un accueil chaleureux est réservé à tous, avec, avant le départ un briefing expliquant les règles de sécurité et les éléments importants à respecter. Les participants auront également la possibilité de louer des VTT sur place et plusieurs ravitaillements seront proposés le long du parcours, dans une ambiance festive. Tout est prévu : vous déposez votre VTT dans le parking

Informations pratiques :

Départ officiel du foyer nordique des Moises à 21h30.

Tarifs :	Rando		Rando + Repas		Repas
	Inscription en ligne	Inscription sur place	Inscription en ligne	Inscription sur place	Inscription sur place/internet
Enfant	6 €	8 €	11 €	13 €	8 €
Adulte	11 €	13 €	18 €	20 €	10 €

Auberge du Bois Noir
 Denis Vanson
 Sébastien Brocq
 Parking du Télésiège
 113, route du Bois Noir
 74420 Habère-Poche
 Tél. 04 50 94 23 26

FILLIERE ENROBAGE
 246 route des Grands Bois - 74370 VILLAZ
 Tél. 04 50 22 70 21 - Fax 04 50 51 63 20
 contact@filliere-enrobage.fr - www.filliere-enrobage.fr

Bertrand FREZIER ARTISAN
 Plus de 15 ans d'expérience à votre service
ZINGUERIE
 Gouttières / descentes d'eaux pluviales
 habillage des planches de rive
 Garniture de cheminée...
 DEMOUSSAGE MENUISERIE
 04.50.39.65.16
 bertrand.frezier@gmail.com

NATURA PRESSING MANNU SERVICE
HORAIRES D'OUVERTURE
 Du lundi au vendredi : 8h - 12h / 14h - 19h
 Samedi : 8h - 12h

CONVERSET SARL
 Chauffage - Energies renouvelables
 Sanitaire - Ventilation
 Depuis 1954

Institut de Beauté
 Nature et Bien être

 Habère-poche
 04 50 39 12 51 et 06 27 07 62 20

Accro'Manifs

Vallée Verte Bike Tour

2017

Randonnée en VTT ou pédestre à Habère-Poche
le 27 août 2017

Le 27 août 2017 promet d'être animé avec la deuxième édition de la Vallée Verte Bike Tour ! Laissez-vous guider autour de la Vallée Verte en VTT ou à pied, avec des points de vue magnifiques sur le Léman, les montagnes du Chablais ou du Mont-Blanc. Un repas chaleureux et convivial clôturera cette balade... Le Ski-Club de la Vallée Verte vous réserve un vrai moment de partage et de découverte de notre Vallée... autrement !

**Un événement à ne surtout pas
manquer...!**



Nouveautés 2017 !

- Nouveaux parcours VTT et pédestres afin que vous découvriez de nouveaux chemins et de nouveaux paysages en Vallée Verte.
- Parcours 13 km plus accessible à tous avec un dénivelé positif (250 m) plus facile pour les enfants et une belle descente ombragée.
- Parcours 63 km avec plus de singles, de passages techniques et une vue à 360° depuis le sommet du Mont Forchat.
- Parcours modulables : 4 parcours au départ (13 km, 23 km, 37 km et 63 km) avec possibilité de rajouter une ou deux boucles sur certains parcours en fonction de vos envies et de votre forme !
- Randos kids pour les 8-13 ans encadrées par des moniteurs diplômés.
- Animations sur le site de départ.



la diligence
bar restaurant

Ouvert tous les jours de 8h à 23h,
jusqu'à 1h le weekend,
et le dimanche de 17h à 23h.

04 50 39 48 06 - Rue de Carraz - 74420 BOËCE

Clos le Panorama 74250 VIUZ EN SALLAZ
04 50 36 94 25 - www.aramis-conseil.com

Ar@mis
conseil

Société d'Expertise Comptable

17 rue de Montréal - ZI du Mont Blanc
74100 VILLE LA GRAND - 04 50 36 94 25

VENTE DIRECTE À LA FERME
Ouvert tous les matins et de 16h à 20h
Curseilles - ST-ANDRÉ DE BOËGE
06 42 33 03 56 - leplane@hotmail.fr

GREENTRACK
CYCLING MOVING SOLUTIONS

**SPECIALISTE VELOS
ELECTRIQUES**

"Notre Engagement,
vous orienter vers le vélo
adapté à vos besoins"

99 Route de Taninges Vétraz Monthoux



0450 957 557

www.greentrack.fr

Accro'Manifs

Vallée Verte Bike Tour

2017

Parmi les nouveautés, signalons encore le maillot officiel de la Vallée Verte Bike Tour 2017. Afin d'immortaliser cette randonnée, nous vous proposons grâce à nos sponsors, un maillot de cyclisme de qualité à petit prix, à commander par internet sur le site : www.valleevertetiketour.com

Attention les quantités sont limitées !

Comme vous pouvez le constater, beaucoup de nouveautés vous attendent cette année, alors, surtout n'hésitez plus, venez les découvrir !



Arrivés à Habère-Poche, les randonneurs se gareront au parking du Bois Noir au pied du télésiège du Darandet. De là, ils prendront leur vélo pour rejoindre le centre d'Habère-Poche à quelques centaines de mètres. Les inscriptions seront prises dans la salle polyvalente et les départs donnés sur la place.

Bonne randonnée !



Informations pratiques VTT et VTT à assistance électrique

Pour participer à la randonnée, vous pourrez louer des VTT et VTT à assistance électrique. Renseignements et réservation auprès du Foyer Nordique des Moises (04 50 39 50 98), Greentrack (04 50 95 75 57) et Watt'n Bike (06 59 21 63 31)

Conseil de l'organisation :
Inscrivez-vous par internet.

www.valleevertetiketour.com avant le vendredi 25 août 2017 à 12h00 pour limiter l'attente et bénéficier de meilleurs tarifs, vite c'est simple et rapide !



Concepteur et fabricant d'appareils électroniques de mesure de précision

nelly guyot NG ARCHITECTURE
1461, route de Juffly 74250 FILLINGES
Tél: 04 50 31 15 34
contact@guyot-architecte.fr
www.ngarchitecture.fr

Eurl MTD
153 chemin de Bernard
74250 MARCELLAZ
Maçonnerie générale
Email : eurlmtd@gmail.com
Téléphone portable : 06.70.42.57.37

Matériaux de construction
COSTAZ
costaz.sarl@wanadoo.fr
Tél.: 04 50 39 10 56
74420 VILLARD

TENNISPRO
Ville-La-Grand

Magasin Tennispro Ville la Grand
17 rue de Montreal / 74100 VILLE LA GRAND
Tél : + 33 (0)7 71 79 94 07
magasinvillelagrand@tennispro.fr / www.tennispro.fr

ACE Taxis
Le meilleur service !
04.50.36.65.14
06.86.86.13.59
ACE Taxis
15, Place des Remparts 74470 LULLIN

Tous transports :

- Malades assis
- Privés
- Gares
- Aéroports

Communes de Stationnement :

- BOEGE BOGEVE
- BONNE VILLARD
- HABERE-POCHE
- SI JEAN de THOLOME
- VIUZ-en-SALLAZ
- LULLIN

SPAR
Centre Commercial Le Bru
74420 BOÈGE
Tél./Fax 04 50 39 10 49

Accro'Souvenirs

Une très belle première édition

Peut-être les avez-vous croisés, peut-être y avez-vous participé ou peut-être en avez-vous tout simplement entendu parler... mais le 2 octobre 2016, à notre grand bonheur, les randonneurs pédestres et vététistes ont envahi la Vallée Verte !!!

Vallée Verte Bike Tour 2016



Née d'un pari un peu fou, la Vallée Verte Bike Tour, randonnée proposant 4 parcours VTT et 2 parcours pédestres avec des ravitaillements et un repas chaud, a rencontré un franc succès avec, pour cette première édition, 530 participants venus de toute la Haute-Savoie et de la Suisse voisine.

Ce projet quelque peu ambitieux a nécessité 120 km de balisage sur les chemins de la Vallée Verte, 90 bénévoles souriants et efficaces, et s'est déroulé dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Un grand rayon de soleil qui a illuminé cette journée à la météo plutôt maussade !

Vous avez été nombreux à nous donner par mail vos impressions à vif sur cette nouvelle manifestation et tous vos témoignages nous ont énormément touchés et ont été une véritable récompense pour le travail fourni et un encouragement à renouveler l'expérience !!!

Le rendez-vous est donc pris le dimanche 27 août 2017 pour vivre la deuxième édition de la Vallée Verte Bike Tour.

FONDATION RIPAILLE

Power-Technologies

- 010 > Reprogrammation moteur
Gain de Consommation, Couple & Puissance...
- 100 > Suppression de l'Antidemarrage
Réparation dans les calculateurs moteur & immobox
- 010 > Réparation calculateur Moteur & Airbag ...
Réparation & échange standard ... des calculateurs

Infos: Desvaux david - 06 17 67 27 59

ESPRIT MONTAGNE
MEUBLES - DÉCORATION - CADEAUX

chef lieu 74470 Lullin - 04 50 72 87 88
www.espritmontagne.eu

ACTUEL RAMONAGE SAS

514, route du Thy
74250 VIUZ-EN-SALLAZ
Fax 04 50 87 13 79
actuelramonage@orange.fr
www.actuel-ramonage.fr

Ramonage - Débrutage - Diagnostic conduits
Travaux fumisterie - Industrie & Particuliers

04 50 43 11 11

MOUNTAIN SERVICES

ECAUT
www.ecaut.fr
Ecole de production

Mécanique automobile, Carrosserie et Peinture

301 Route de Bregny - BP 70007
74250 VIUZ-EN-SALLAZ
Tél. : 04 50 36 99 95
Mail : ecaut74@wanadoo.fr

Accro'Souvenirs

Vos encouragements pour 2017



« C'est monstrueux, continuez ! »

« Encore merci pour cette belle journée que vous nous avez offerte. Bravo aux Bénévoles qui nous ont permis de circuler en toute sérénité et bravo pour les ravitaillements qui n'ont rien à envier aux plus grandes randonnées... et le petit café du départ était servi avec sourire ! Que dire de plus ! »

« Bravo pour cette première édition, vous avez relevé un sacré défi et l'avez complètement réussi malgré les mauvaises conditions climatiques ! »

« Pour une première édition, l'organisation était réussie. Les banalisations, le ravitaillement tout était extra ! »

« Belle première édition. Bénévoles hyper sympas. Ravitos et organisation top. »

« ...merci à vous.... Nous avons été enchantés par le parcours même si cela aurait été mieux avec le soleil. Mais franchement nous avons beaucoup aimé et nous reviendrons l'année prochaine. »

« Bravo à tous et à l'an prochain »

« Avec un accueil chaleureux, une organisation sans faille, des bénévoles très attentionnés et un tracé bien choisi, très agréable malgré les conditions. Sans oublier le repas à la hauteur dans une très bonne ambiance. C'est le genre de manif qui manquait au village. »

« ...très beau parcours, rien à dire, tant sur l'accueil, les bénévoles, le repas et la bonne humeur générale. »

« Merci pour cette belle randonnée !!! Merci aussi aux bénévoles souriants malgré le temps frais et humide... à l'année prochaine ! ».

« Encore bravo et à l'année prochaine. »

« Bravo et merci aux organisateurs et aux bénévoles pour cette magnifique première édition. La météo un peu capricieuse a compliqué un peu le début du parcours mais ça a permis d'apprécier encore plus la suite. A l'année prochaine. »

« Félicitations à toute l'équipe pour cette belle première et ce beau parcours !! Malgré la boue, c'était une belle première ! A tous les bénévoles, merci pour votre agréable accueil ! A l'année prochaine. »

« Bonjour à tous. FELICITATIONS A TOUTE L EQUIPE !! Pour cette très belle organisation et ce beau parcours !!!! Malgré la boue, c'était une belle première !! A tous les bénévoles, je ne citerai pas de poste, merci pour votre agréable accueil !! A l'année prochaine. »


SARL Entre TERRE Et CIMES
Travaux paysagers et ruraux
Spécialistes en élagage et débroussaillage
 193 Chemin des Chenevis - 74 420 Habère-Lullin
 ● Fabien : 06 19 10 59 52
 ● Eric : 06 83 68 09 01


Benoît Garnier
 Les Combes 74420 VILLARD
NHB électricité
 dépannage, rénovation, téléphone, interphone, vidéo, chauffage.
 ben-g@cegetel.net 06.14.10.10.98


 Un conseil ?
 Une question ?
Le pharmacien, un professionnel de la santé à votre écoute


Colloud DÉPANNAGE
 Agréé Assistance
 Tél. 04 50 73 81 22 • Port. 06 80 04 69 43

MÉCANIQUE
ENTRETIEN
DÉPANNAGE
RÉPARATION


Colloud GARAGE
 74470 LULLIN
 Tél. 04 50 73 81 22 • Fax 04 50 81 57 99
 Port. 06 80 04 69 43 • garage-colloud@wanadoo.fr


GO SPORT


VIVONS SPORT

Accro'Rando

Idée rando pédestre en
Vallée Verte

Boucle tour de Miribel (depuis Habère-Lullin)

RANDONNÉE FAMILLE OU
MINI TRAIL NOCTURNE

DEPART / ARRIVÉE
HABERE LULLIN 850M

POINT CULMINANT:
POINTE DE MIRIBEL 1581M

DÉNIVÉE +781 m
TEMPS : 3H30

POINTS D'INTÉRÊT :
FORET, ALPAGES, PANORAMA

SECOURS 18 OU 112

METEO

www.meteo-chamonix.org

Promenade en famille le dimanche, ou adepte de la course à pied en montagne de jour comme de nuit avec la frontale, avez-vous pensé à faire le tour de la pointe de Miribel en partant d'Habère-Lullin ? La pointe de Miribel attire beaucoup de promeneurs, les points de départ pour vous y rendre sont multiples. Le parcours que nous vous proposons aujourd'hui est original, il plaira aux sportifs en quête de dénivelé et de distance. Il remplira un bon bout de journée selon l'âge de vos enfants qui seront heureux de partager avec vous un pique-nique en chemin. Sur la trace de nos aïeux, l'histoire de cette commune remonte au XII^e siècle avec la famille de Lullin. Vous pourrez profiter du son de ses cloches datant du XVIII^e s, ou encore voir la fresque du XIV^e s de cette église néoclassique sarde, sans oublier un moment pour penser à l'histoire des hommes et des femmes de cette commune. Vous voilà prêt à retrouver le chemin de votre sortie du jour. Vous laisserez votre véhicule à proximité de la mairie, sac, chaussures ou running aux pieds.



Descriptif : Départ à la mairie, passer devant la MARPA, puis traverser D12, engagez-vous sur la petite route communal qui monte à Torchebise (chemin du Couttaz). Un chemin vous fera traverser la forêt, jusqu'à la route de la Glappaz. Rejoindre la Glappaz. Prendre la direction du col de Creux et suivre Ajon. Un petit effort vous mènera jusqu'à la pointe de Miribel. Face à la Vierge, prendre le petit chemin qui vous fera basculer de l'autre côté de la pointe. Suivre le chemin qui redescend en direction de Combasseran, puis rejoindre la Glappaz. Au Hameau de la Glappaz, prendre le chemin de gauche ou sera indiquée la descente sur Habère-Lullin.



Chablais Renouv'eau

Plomberie - Chauffage - Dépannage

06 44 04 02 68
74420 Habère-Poche

Email: Chablais.renov-eau@hotmail.com



TSL SPORT EQUIPMENT

Doniel TINGAUD
VENTE GESTION SYNDIC DE COPROPRIÉTÉ
agenceimmobilieredesvallees@orange.fr

www.immobiliereedesvallees.fr

4 Rue de la Menoge
74420 BOEGE



Agence Immobilière des Vallées

AGENCE IMMOBILIERE
DES VALLEES BOEGE

04 50 31 88 13 mob 06 31 41 36 66



Cours de danse
Stages
Soirées dansantes
Démonstrations

www.rdv-dance.com

Yann PACCOT
337 route des granges
74420 CONTAMINE SUR ARVE
info@rdv-dance.com
06.60.81.49.78



www.fcp74.fr
contact@fcp74.fr

EURL FCP 74
Patrick Fayard
1004 route Vallâ Verda
74420 HABERE LULLIN

06 75 64 38 20
04 50 36 71 43



CLIMATISATION • ÉNERGIES RENOUVELABLES • DÉPANNAGE • MAINTENANCE
PLOMBERIE • SANITAIRE • CHAUFFAGE

Stéphanie RAVAUX
Opticienne diplômée

Prof optique
RACONTEZ - 104 Rés du Pont de Fillinges
NOUS 74250 FILLINGES
VOTRE VUE

04 50 36 41 96

stephanie@profoptique.com

Alimentation tout schuss !

Chaque sportif sait qu'il est important de bien manger, et quand il s'agit de l'alimentation de nos enfants, nous nous demandons souvent comment leur apporter tout ce qu'il faut lorsqu'ils passent une journée loin de la maison. Nous sommes alors allés interroger l'équipe diététique du Centre Hospitalier Alpes Léman pour nous aiguiller. Voici leur proposition de menu pour une journée sportive de nos enfants.

<i>Petit déjeuner</i>		Energétique Féculent ++ (céréales, pain, brioche) lait + jus de fruit Beurre et confiture
<i>Pendant l'activité</i>		Hydratation ++ Avec barre de céréales, fruits de fruit  secs, pâte
<i>Déjeuner</i>		Facile à emporter Sandwich (pain + viande + salade + crudités + fromage) +  1 fruit cru ou cuit (compote)
<i>Gouter</i>		Hydratation ++ Biscuits + fruit
<i>Dîner</i>		Léger et très hydraté ! Soupes de légumes ++ Poisson Moitié féculent et légumes Laitage Fruit cuit Pain

Ingrédients:

- 120g de flocons d'avoine
- 90g d'abricots séchés coupés en petits morceaux
- 90g de d'amandes concassées ou effilées
- 35g de graines de tournesol et sésame mélangées (ou autres)
- 2 cuillères à café d'huile de coco
- 50g de sirop d'agave
- 70g de purée de noix de coco

Idée recette pour 12 barres énergétiques

Préparation: 10 minutes / Cuisson: 20 minutes à 180 °

Griller légèrement les graines de sésame et de tournesol et les amandes.

Après avoir mis de côté les graines préparées précédemment, déposer alors dans la poêle, l'huile de coco et la purée de noix de coco, laisser fondre à feu moyen et ajouter le sirop d'agave. Lorsque tout est fondu, ajouter les flocons d'avoine, les abricots, les amandes et les graines torrifiées. Bien mélanger l'ensemble.

Pour rendre plus homogène votre préparation, vous pouvez ajouter un peu de lait végétal.

Dans un moule recouvert de papier sulfurisé, déposer la pâte obtenue, l'aplatir sur l'épaisseur d'une barre de céréales et cuire environ 15 min.

Après refroidissement, couper la plaque en barres. Conservation 1 semaine dans une boîte hermétique.

RÉSO IMMOBILIER
 DERVIEUX DOMINIQUE, VOTRE CONSEILLÈRE EN VALLEE VERTE, VOUS ACCOMPAGNE DANS LA VENTE ET L'ACHAT DE VOTRE BIEN IMMOBILIER.
 06.07.47.54.46
 dominique.dervieux@reso74.com
 78 Rue du Bourno
 74420 BOËGE
 (à côté de l'église)

Bain nordique - Spa bois - Bain japonais - Sauna extérieur - Douche
 Le bois,
 matière de votre bien-être...
O'biozz sarl
 www.bain-nordique-obiozz.com info@obiozz.com
 278 avenue du Môle - Zae des Lacs -74130 Ayse - France

Allianz
 NEVEU-PERRET Hervé
 Agent Général
 Assurances Particuliers et Professionnels
 Épargne - Gestion de patrimoine
 Votre agence Allianz : une équipe à votre service
 2, place de la République BP 90103
 74800 LA ROCHE-SUR-FORON
 Tél. : 04 50 03 31 55
 Fax : 04 50 03 35 87
 h974191@agerts.allianz.fr
 N° ORIAS : 12 066 660
 www.orias.fr
 ACPN : 61, rue Talibout
 75436 Paris cedex 09

Boucle d'âge
 COIFFURE MIXTE
 GENOUD PRACHEY ANGELIQUE
 800 AVENUE DE SAVOIE
 74250 RUZ EN SALLAZ
 MARDI AU VENDREDI : 9H 19H
 SAMEMI : 8H 16H
 04/50/36/89/31

HM2C
Logistique
 Gestion de stocks - e-logistique
 Stockage - Conditionnement - Conseil
 www.hm2c.com
 Tél. : 04.50.95.03.38 - E-mail : contact@hm2c.com
 122 chemin de la Noue - F-74380 CRANVES-SALES

Accro'Ski

C'est aussi...

La flore remarquable de notre Vallée

Voici deux fleurs, dont l'une est rare dans les Alpes, qui sont présentes dans notre vallée. Il s'agit du «*cyripedium calceolus*» et du «*leontopodium alpinum*», dont les photos ont été prises respectivement à 1041 et 1567 mètres d'altitude.

Ces noms sont inconnus de la majorité d'entre vous et je vous propose, si vous ne les avez pas reconnues sur les photos, de découvrir, sous forme de charade, leur appellation plus familière.



Mon premier est synonyme de soutien, de secours...

Mon deuxième est une consonne volante

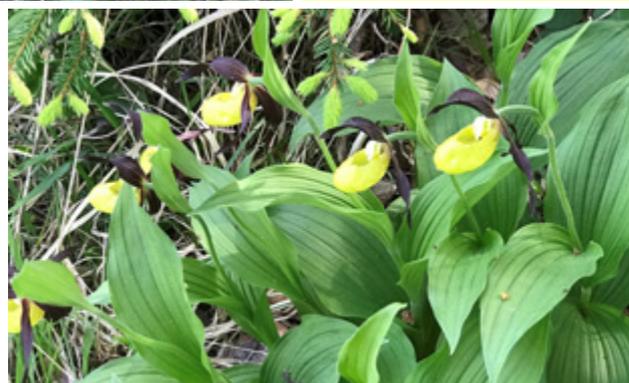
Mon troisième est blanc allemand



Mon premier est sous le pied d'un cerf ou au pied d'un serf

Mon deuxième l'est également dans la suite des nombres

Mon troisième est planète ou déesse de l'amour



Si vous les rencontrez lors d'une balade ou d'une randonnée, admirez-les, photographiez-les, mais surtout ne les cueillez pas et ne les arrachez pas !

*réponses dans le prochain Accroski

Nous soutenir

Contenu éditorial :

Accro'Ski est le travail d'une petite équipe de bénévoles. Il est né de l'idée de présenter notre club mais aussi de donner la parole aux acteurs de la Vallée Verte et de ses environs.

Pour toute remarque ou toute idée de publication gratuite, s'adresser par mail à : accroski@skiclub-valleeverte.org

Publicité :

Les encarts publicitaires contenus dans ce magazine ont fait l'objet d'un contrat entre les entreprises concernées et le Ski-Club Vallée Verte. Tarifs disponibles sur demande.

Pour être présent dans les prochains numéros d'Accro'ski, s'adresser au ski-club ou par mail à accroski@skiclub-valleeverte.org.

Mécénat sportif :

Notre association est habilitée à recevoir des soutiens au titre du mécénat sportif qui ouvre droit, selon la loi n° 2003-709 du 1er août 2003, dite « loi Aillagon », à une réduction d'impôt de 66% du montant du don. Informations par mail à info@skiclub-valleeverte.org.

Prochain numéro en octobre

Contact

Ski-Club Vallée Verte -
Habère-Poche / Villard
Mairie
1 place de l'église
74420 HABERE-POCHE

www.skiclub-valleeverte.org
info@skiclub-valleeverte.org

Président : Bertrand Converse
Trésorier : Franck Blanc
Secrétaire : Jean-Marc Bonzi

Bloc-note

Le numéro 1 d'Accro'Ski (juin 2017) a été tiré à 2000 exemplaires.

Une version numérique sera consultable et téléchargeable sur le site du Ski-Club Vallée Verte : www.skiclub-valleeverte.org

Les photographies illustrant ce magazine restent la propriété :

- des membres du comité éditorial d'Accro-Ski
- de Gilles Place (photographe de montagne à Habère-Poche (www.gilles-place.com))
- de l'Office de Tourisme des Alpes du Léman (www.alpesduleman.com)
- de tous nos partenaires cités dans ce numéro.

Equipe éditoriale

Sylvie COULOMB
Christelle PASQUIER
Marie-Catherine SOUCHAUD
Franck BLANC
Jérôme BURNICHON
Valentin CHENEVAL
Bertrand CONVERSE
David DESVAUX
Bernard MOGUEROU
Yoann MOLLINET
François PASQUIER