



Les Cornettes

By Maison Trincaz
Depuis 1894

Sommaire

Bienvenue

Numéros et Conseils Utiles

Un Hôtel, Plusieurs Espaces

Le Spa AyurOm, Espace Massage & Détente

Nature & Patrimoine : Activités Sportives & Culturelles



Summary

Welcome

Useful Numbers and Tips

One Hotel, Many Spaces

Spa AyurOm, Wellness Area & Massage

Nature & Legacy : Sports & Culture

Chers Amis, Chers Clients,

Nous sommes heureux de vous compter parmi nous durant votre séjour. L'établissement des Cornettes, Hôtel Restaurant et Spa met tout en oeuvre pour rendre votre séjour unique et inoubliable, et ceci depuis 1894.

Restaurateur-Hôtelier depuis Cinq générations, nous mettons un point d'honneur à être facilement et humainement à votre écoute et à votre attention. Nous attirons également votre attention sur notre démarche de respect des savoirs-faire, des traditions et de la nature. En complément à l'usage d'énergies renouvelables, de respect des consommations de ressources en eau et en électricité, nous veillons à l'emploi de produits éco-responsables et ainsi, nous sollicitons votre participation afin d'inscrire vos gestes comme notre démarche dans une attitude éco-responsable au sein de notre établissement.

Notre territoire de la Vallée d'Abondance, labellisé Pays d'Art et d'Histoire, est situé au coeur du Geopark UNESCO du Chablais. Ainsi, que ce soit pour l'hiver et ses plaisirs enneigés, ou bien pour l'été et ses atouts revitalisants, il y a toujours de quoi faire et découvrir dans notre belle région.

Arvi Pa'

La Famille Trincaz



Dear Friends, Dear Guests

We are glad to welcome you during your stay. Les Cornettes Hôtel Restaurant & Spa enforces to make your stay unique and unforgettable, this since 1894.

Restaurateur-Hôtelier for the past 5 generations, we make a point of honor to be easily and friendly at your service and attention. We point out our respect of expertise, traditions and nature. By using renewable energies, respecting our water and power's consumption, we are also employing eco-friendly products, as for the room than in our kitchen. So we request your kind participation for joining the appropriate balance of our efforts in our place.

Our area is labelled « Art and History Land », nestled in a UNESCO Geopark. So, as you come during winter for snowy joy or during summertime, you will easily find something to do and to discover in our beautiful area.

Arvi Pa'

Trincaz Family



Les Dents du Midi



Numéros Utiles et Conseils pour un Séjour Agréable

Portes Codées : En de nombreux endroits de l'hôtel, vous trouverez un digicode pour accéder à certaines zones réservées (Piscine, Salle de Fitness, Musée, Espace Massage, Entrée de Nuit). Le Code correspond à celui remis avec vos clés lors de votre arrivée et est valable durant tout votre séjour.

Téléphone : Le numéro de téléphone de l'hôtel est le 04 50 73 50 24. Son numéro de Fax est le 04 50 73 54 16. Notre réception est joignable en composant le 6. Pour joindre une autre chambre, il vous suffit de composer le numéro désiré à 3 chiffres (par exemple, Ch.9, faire le 009, Ch. 121 faire le 121, Ch.58 faire le 058). Pour téléphoner à l'extérieur de l'hôtel, veuillez d'abord appuyer sur le 9 avant de composer le numéro désiré. Si vous désirez obtenir une ligne téléphonique, merci d'en faire la demande auprès de la réception.

En cas d'urgence : Si l'alarme vient à retentir, merci de rejoindre la sortie principale du bâtiment en utilisant les escaliers, jamais les ascenseurs. Laissez la porte de chambre ouverte.

- Réception 6
- Urgences (SAMU) : 112 ou 15
- Pompiers : 18
- Gendarmerie : 17 ou 04 50 73 01 02
- Cabinet Médical : 04 50 73 52 50

Pour joindre l'étranger : Suisse 00 41, Belgique 00 32, Italie 00 39, Allemagne 00 49, Royaume Uni 00 44, Etats Unis 00 01

Useful Numbers and Tips for a Pleasant Stay

Code : in many places in the hotel, areas are restricted, only for you (Swimming Pool, Fitness Room, Museum, Massage & Spa, Night Door). To access, use the Digit-Code given along with your key by the receptionist. This number is available all your stay long.

Phone : Our Phone number is 04 50 73 50 24. Fax Number is 04 50 73 54 16. Our reception is available by dialing 6. To ring another room, just dial a 3 number (for example Ro.9, dial 009, Ro.121 dial 121, Ro.58 dial 058). To call outside the hôtel, first press 9 then dial the number to reach. Ask to the reception if you need a proper phone line.

Emergency : If alarm come to ring, reach the main exit by using the stairs, never the lifts. Leave the key on your door.

- Reception 6
- Emergency (SAMU) : 112 or 15
- Fire Brigade : 18
- Police Station : 17 or 04 50 73 01 02
- Doctor's Office : 04 50 73 52 50

To ring foreign countries, main Area Codes are : Switzerland 00 41, Belgique/België 00 32, Italia 00 39, Deutschland 00 49, United Kingdom 00 44, United States 00 1



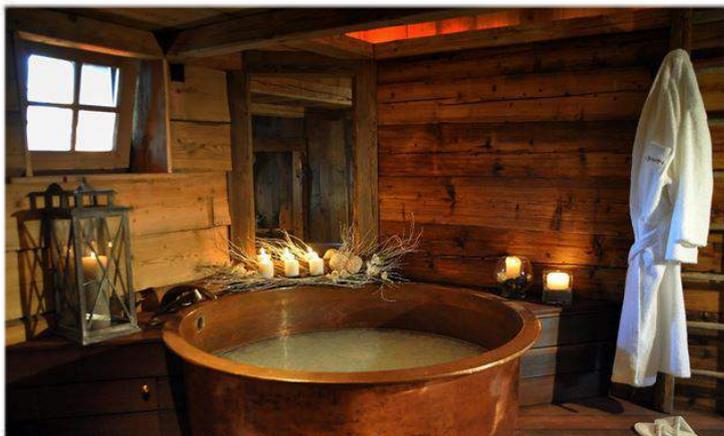
Wonderful Nature



Un Hôtel, Plusieurs Espaces

Nous mettons tout en oeuvre pour que votre séjour dans notre hôtel familial soit sous les signes les plus auspiceux. Ainsi, vous avez un accès libre aux différents espaces mis à votre disposition, protégés par vidéo-surveillance 24/24 :

- Hiver comme été, nous disposons de locaux pour entreposer votre matériel sportif (ski, vélo, salle de séchage, ...)
- La salle de Petit Déjeuner vous attend de 07.30 à 10.00.
- La Brasserie / Bar ouvre dès 09.00 jusque tard le soir.
- Les services du restaurant ont lieu dès 12.00 (Déjeuner) et dès 19.00 (Souper).
- La salle de jeu pour enfants est libre d'accès, sous surveillance exclusive des parents (niveau -1 du bâtiment Hôtel). Idem pour les jeux d'été et les jardins par la terrasse, à l'arrière de l'hôtel.
- La salle de Fitness est accessible par Digi-Code au Rez de Chaussée du Bâtiment « le Chablais ».
- Le musée des étains et des traditions du Papy Gaby est libre d'accès à n'importe quel moment (Rez de Chaussée et Niveau 0 du Bâtiment Piscine)
- Les zones aquatiques et détente (Piscine, Sauna, Hammam, Jacuzzi) sont accessibles par Digi Code aux niveaux 1 & 2 du Bâtiment Piscine.
- L'accès au Spa (Espace Massage) se fait sur réservation préalable au niveau 2 du Bâtiment Piscine.
- Besoin de vous réunir ? Nous pouvons vous mettre à disposition salle de réunion pour le travail ou bien encore notre salon privatisable pour vous retrouver entre vous. Notre réception se tient à votre disposition. Et connaissez-vous la Ferme du Papy Gaby ?





One Hotel, Many Spaces

By entering our family hotel, you have access to many area, all protected by CCTV 24/7 :

- Winter as summer, ask for dedicated rooms to stock your sports equipment (Ski, Bicycle, ...)
- Breakfast Room is open from 07.30AM to 10.00AM
- Brasserie / Bar opens from 09.00AM to late evening, non stop.
- Restaurant opens at Noon (Lunchtime) & 7.00PM (Dinner)
- Kid's play area are waiting our young guests, under parental supervisory, on level -1. Also our gardens and summer's game, backside the hotel terrace.
- Fitness room is available on level 0, Building Le Chablais.
- Traditional Museum Papy Gaby is available on level 0 of Swimming Pool Building
- Swimming Area and Relaxation Zone (Sauna, Hammam, Jacuzzi) are located on level 1&2 of Pool's Building, access only by Digit Code.
- Massage and Ayurvedic Treatments are located on Second floor, Pool's building..
- Need to private a room for work or pleasure? Ask our reception about our meeting room or our private lounge. It will be a pleasure to help you.
- And do you know « La ferme du Papy Gaby » ? Ask our reception



Spa AyurOm Hôtel Les Cornettes



Au second étage du bâtiment Piscine se trouve notre espace massage. L'espace est dédié à votre ressourcement et à votre détente.

Une atmosphère sereine et ressourçante y est permanente, vous permettant de découvrir nos soins issus de la tradition indienne, l'Ayurvèda. Nos thérapeutes sont spécialement formés à la pratique de cet art pluri-millénaire.

L'espace est ouvert chaque jour, de 9.30 à 12.30 et de 15.00 à 20.00 (fermeture hebdomadaire le samedi matin). Vous pourrez ci après découvrir notre carte de massages et de soins visage. Votre réservation peut se faire directement en contactant l'espace massage au 06 98 92 11 09 ou depuis votre chambre via la réception (9).

Au sein de notre espace Spa, vous avez la possibilité de privatiser des bains, de profiter de notre espace tisanerie en complément de votre massage ou bien encore de découvrir la gamme complète de nos produits TAAJ, partenaire de notre Spa. Egalement à disposition, de nombreuses pierres et cristaux de lithothérapie sont disponibles.

Enfin, plusieurs fois par semaine, des séances de yoga et de méditation ont lieu, à différents horaires.





Spa AyurOm Hôtel Les Cornettes



On the second floor of the Pool Building is our Massage Area. The place is dedicated to well being and healing.

A cosy and smoothy ambiance is settled, helping you to discover our treatments, issue from old age Indian Ayurveda. Our therapists are specialists in this therapy.

The place is open daily, from 9.30AM to 12.30AM, and from 3.00PM to 8.00PM (weekly closed on Saturday morning). You can find our treatments brochure on the next page. You can book your massage by calling our therapists on 00 33 698 92 11 09 or by direct dialing through the reception (9)

Inside our Spa, you can privatize some rooms for bath and balneotherapy, savor fresh herbals tea along to your massage in our dedicated tea-room or discover all our TAAJ products, well-being partner.

And many times a week, you can join our yoga classes and meditation sessions.





Activités Bien-Être au sein de l'hôtel



Laurence et Benoit vous proposent chaque semaine des séances de Yoga et de Méditation pleine présence. Ces séances sont adaptées aux débutants mais aussi aux personnes habituées qui souhaitent prolonger leur pratique lors de leur séjour.

YOGA

Horaires

Mercredi 09h00 et 18h30

Jeudi 19h45

Vendredi 09h00

1 dimanche par mois, pratique longue de 15h à 17h30

Consultez notre agenda sur www.ayurom.fr

Séances de 90 minutes

Tarif : 12 euros

Réservation obligatoire la veille auprès de Laurence 06.46.34.33.47

MEDITATION

Tous les mardis à 20h30 durée 1h tarif : 10 euros

Plus d'informations à propos de Laurence et Benoit sur leur site www.ayurom.fr

Weekly, Laurence & Benoit offer Yoga classes and Mindfulness meditations sessions. Those workshops are suitable to anyone, beginner as long-time practitioners.

YOGA

Schedule : Weekly, 90 min, 12€

Wednesday 9.00 AM & 6.30 PM

Thursday 7.45 PM

Friday 9.00 AM

One Sunday monthly, long session from 3.00 to 5.30 PM

MINDFULNESS MEDITATION

Tuesday 08.30 PM 60min 10 €

Booking advisory by calling Laurence (Yoga) 06.46.34.33.47 or Benoit (Meditation) 06 98 92 11 09

Come to meet us at the spa

More informations about Laurence & Benoit through the website : www.ayurom.fr



Carte des Soins / Wellness Menu

Réservations / Booking 0033 06 98 92 11 09

Soins Relaxants / Relaxing Massage

Massage Dos et Tête / Back and Head Massage 30 min 40€

Massage bien-être relaxant, aux huiles chaudes, ciblé sur le et la tête afin de soulager rapidement les tensions musculaires et vous procurer un apaisement mental des plus durables.

Massage Corps entier / Full Body Massage 60 min 75€

Un soin du corps entier, aux huiles végétales, adapté à vos besoins du moment : détente, sportif, profond ou en légèreté.

Rituel Détente par les Pieds / Feet Relaxation 45 min 60€

Précédée d'un bain de pieds aux sels minéraux, la stimulation par pression et massage des zones réflexes des pieds apporte relaxation musculaire et détente nerveuse.

Lomi Lomi 60 min 75€

De tradition polynésienne, le massage Lomi Lomi se caractérise par l'emploi de gestes enveloppants, amples et appuyés rappelant ainsi la force et le mouvement des vagues.

Massage aux Bougies / Candle Wax Massage 60 min 75€

Plongé(e) au milieu de senteurs relaxantes, un délicat voile soyeux de cire est appliquée avec délicatesse sur l'ensemble du corps afin de procurer légèreté et apaisement.

Femme Enceinte Jeune Maman / Pregnancy & Post Delivery Massage 45 min 60€

Massage bien-être relaxant spécialement adapté à la jeune maman, du 4ème mois de grossesse au post-accouchement.

Massage Bébé / Enfant (-12 ans) / Baby:Child Massage 30 min 30€

Massage bien-être relaxant et apaisant adapté au jeune enfant, afin de lui prodiguer calme et apaisement durable.

Pierres Chaudes / Hot Stones 60 min 80€

L'emploi de pierres chauffées posées sur des points précis du corps et déplacées en lissage procure un délasserement musculaire immédiat et le réchauffement de votre être intérieur.

Les installations privatisées / Private Rooms

La Balnéothérapie / Balnéo Therapy 30 min 25€

Dans cet espace privatif, retrouvez une baignoire pour un hydromassage de l'ensemble du corps.

Les Bains Précieux (2 personnes)/ Precious Bath 60 min 70€

Privatisez notre mazot du XVIII^e Siècle, reconstitué au sein de notre espace, afin de bénéficier des bienfaits d'un bain de lait ou de vin, à votre convenance.

Carte des Soins / Wellness Menu

Réservations / Booking 0033 06 98 92 11 09

Thérapies Ayurvédiques / Ayurvedic Therapies

Marmathérapie / Marma Therapy 80 min 80€

Par accupression et massage de 108 points sur l'ensemble du corps, ce soin permet d'éliminer blocages physiques et émotionnels tout en renforçant les organes en profondeur.

L'Abhyanga 60 min 75€

Massage stimulant du corps entier, aux huiles naturelles, destiné à assurer une libre circulation des fluides corporels.

Le Shirodhara 90 min 110€

Ce massage bien-être du corps entier est suivi de l'application d'un filet d'huile tiède sur le crâne, permettant un apaisement total du corps et de l'esprit, pour une détente profonde et durable.

Réflexologie Ayurvédique / Ayurvedic Reflexology 45 min 60€

Stimulation par pression et massage des zones réflexes des pieds et du visage permettant d'agir sur tous les organes du corps.

Les Tampons Chauds Khizi / Warmed Bolus Khizi 60 min 75€

Massage complet du corps employant des pochons chauffés et huilés afin de diffuser et de faire pénétrer la chaleur de manière profonde et durable.

Massage Gommant Exfoliant Udavartana / Exfoliating Massage 60 min 75€

Massage gommant à l'huile de moutarde et farine de pois chiche mobilise les graisses, diminue la rétention d'eau et les rondeurs, ressortir l'éclat et la douceur de la peau.

Yoga Thérapie / Individual Yoga Advices 90min 70€

La YogaThérapie est l'utilisation spécifique des outils du yoga (postures, respiration, ...) aussi bien pour la prévention que pour la prise en charge de troubles particuliers. En séance individuelle, nous vous fournissons également des conseils de vie pour une mise en place pratique et facile à votre domicile.

Consultation Ayurvédique / Ayurvedic Advices 2x60min 80€

Selon l'ayurvéda, chacun d'entre nous dispose d'une constitution unique, nous permettant d'aborder la vie avec des facilités et des inconvénients qui nous sont propres. La consultation consiste en 2 entretiens avec le thérapeute aux vues d'établir cette constitution, vous éclaircir sur vos forces et vos faiblesses, et ainsi vous remettre au cours de la seconde entrevue un programme complet (nutrition, style de vie, activités physiques, ...) afin de répondre à un besoin spécifique ou tout simplement disposer d'atouts favorables pour une hygiène de vie optimale.

Carte des Soins / Wellness Menu

Réservations / Booking 0033 06 98 92 11 09

Soins Energétiques / Energetic Healing

Soin VibraCorps / All is Vibration 2h 110 €

Laurence vous accompagne pour un voyage à « la rencontre de Soi ». Après quelques échanges sur vos besoins, différentes méthodes seront utilisées lors de ce soin intégral selon le ressenti et l'intuition de Laurence :

- check-up vibratoire à l'aide du pendule et cristal - soin du corps entier aux huiles chaudes

accupression et marmathérapie

- son des bols tibétains si nécessaire

- lithothérapie si nécessaire

A l'issue du soin temps d'intégration et d'échanges autour d'une tisane.

Le Reiki / Reiki Session 45 min 45 €

Soin par apposition des mains sur le corps afin de libérer les flux énergétiques selon les méthodes tibétaines.

Massage Sonore / Sound Massage 45 min 60€

Bols tibétains diatoniques, Star Drum, Tambour chamanique et la voix résonnent pour pacifier tout votre être et élever votre taux vibratoire.

Nos Forfaits Tout Inclus / Package

Forfait Cocooning 190€ pour 2 (hors hébergement)

Formule tout compris combinant :

2 Massages relaxants du corps entier « Le Classique » Balnéothérapie pour 2 et accès illimité aux installations.

Forfait Zen Attitude 235€ pour 2 (hors hébergement)

Formule tout compris combinant :

2 Massages relaxants du corps entier « Le Classique » Bain Précieux et privatisation du Mazot pour 2

Accès illimité aux installations

Semaine au Nirvana / Nirvana Week

Sélectionnez un massage par jour (minimum 5 jours, réservation nominative) et nous vous faisons profiter d'un tarif en douceur, jusqu'à -10% sur la totalité des soins et d'une séance de balnéothérapie offerte.

Carte des Soins / Wellness Menu

Réservations / Booking 0033 06 98 92 11 09

Soins Visage / Facial Treatments by TAAJ

L'ensemble de nos soins s'accompagne d'un massage du cuir chevelu, des mains et/ou des pieds, à votre convenance et selon le soin sélectionné. Ils se décomposent en l'utilisation de produits adaptés à votre type de peau, de la pose d'un masque et d'une crème sélectionnée à votre besoin, tout au long d'un massage apaisant et régénérant.

Soin Hydratant et Protecteur / Hydration & Skin Protection 60min 70€

Une peau adoucie, assouplie et rafraîchie par la combinaison de produits destinés à l'hydratation intense et la protection cutanée.

Soin Purifiant et Réparateur / Cleansing & Restorative Care 60min 70€

L'emploi d'ingrédients naturels nettoie l'épiderme et apporte une protection cutanée intense du visage.

Soin Eclat de Jeunesse / Youth Radiance Care 75min 85€

Soin anti-âge global du visage, du cou et du décolleté grâce à une gestuelle efficace et l'emploi de notre gamme dédiée de produits Maharani by TAAJ.



TAAJ, partenaire exclusif Spa AyurOm Hôtel Les Cornettes

Retrouvez l'ensemble des produits utilisés lors de nos soins visage au sein du Spa, sous conditionnement individuel ou sous forme de coffret.

Nature et Patrimoine :

Activités Sportives et Culturelles

Une fois les portes de l'hôtel passées, toute la richesse de notre vallée s'offre à vous. Nature, Activités Sportives, Rencontres Culturelles, Animations Associatives ... il y a toujours quelque chose de nouveau à faire, à voir, à découvrir dans notre belle région.

Les points culminants de la vallée d'Abondance sont le Mont de Grange (2433m) et les Cornettes de Bise (2432m), sous la bienveillance des Dents du Midi (3257m), dans le Valais suisse voisin. La forêt est omniprésente et se déploie sur les pentes jusqu'à 2000m d'altitude environ.

De nombreux lacs alpins sont de magnifiques bijoux en plein cadre montagnard.

La vallée est traversée par la Dranse d'Abondance, rivière tantôt calme, tantôt torrentielle selon les saisons et les climats. Tout autour, l'activité agricole d'élevage bâtit son plein, tout au long de l'année.

Nos suggestions de balades randonnées :

- Les Bords de Dranse et « Fenêtre sur Plaine » : 6km, 3h30, départ dès la sortie de l'hôtel. Une balade facile, vous permettant de partir à la rencontre du patrimoine architecturale et pastorale de la vallée



d'Abondance. En hiver, la balade peut aisément se pratiquer en raquettes.

- Le Lac d'Arvouin : Depuis l'hôtel, 11 Km ; depuis le parking d'arrivée, 3,5 km . Sur les hauteurs du village, au pied du massif Des Cornettes, un majestueux lac d'altitude (1670m), lieu d'alpage estival d'un troupeau d'abondances du village. En hiver, l'accès se fait via la télécabine de la Panthiaz puis en raquettes pour découvrir un somptueux paysage immaculé.



- Le sommet des Cornettes : Depuis l'hôtel, 14 km. Uniquement en été, partez à l'ascension du plus haut sommet de la vallée pour une arrivée spectaculaire en lac Léman et Mont Blanc. Attention : un niveau physique et un équipement adéquats sont requis.



L'ensemble des itinéraires proposés, ainsi que bien d'autres, sont disponibles auprès de l'Office de Tourisme situé en face de l'hôtel. Vous pourrez y trouver également une multitude d'informations sur toutes les activités sportives, culturelles, patrimoniales, permanentes ou temporaires qui ont lieu dans le village et dans les alentours.



En hiver, l'hôtel se situe au centre du village partenaire des Portes du Soleil, domaine skiable à cheval entre France et Suisse, qui regroupe 12 stations, vous propose 650 km de pistes, des installations thématiques (ski de descente, snowpark, itinéraires balisés de ski de randonnée...) . Nos professionnels-partenaires se tiennent à votre disposition pour l'entretien, la location et l'achat du matériel nécessaire à votre pratique. Demandez à notre réception.

Et au coeur du village, vous trouverez des parcours de ski de fond (à 100m de l'hôtel) sur plus de 25 km, des balades en chien de traîneau, les navettes desservant les principales remontées mécaniques ... tout ce qu'il faut pour une neige parfaite.

En été, de nombreuses balades sont disponibles, à pied, à cheval, en vélo, ... et des activités ludiques pour toute la famille sont à disposition sur l'ensemble du domaine des Portes du Soleil, et la proximité du Lac Léman vous permettra de vous rafraîchir et de vous adonner aux joies nautiques dans une eau translucide sous le doux soleil de montagne.



Pays d'Art et d'Histoire, la vallée d'Abondance n'en oublie pas ses origines, ses traditions et sait aussi se tourner vers l'avenir. Ainsi, tout au long de l'année, vous pouvez découvrir notre patrimoine architecturale en vous joignant aux visites guidées des monuments emblématiques de notre région :

LES CHAPELLES

Les deux chapelles du village fondées au XVII^{ème} siècle rappellent le passage de François de Sales, évêque et Prince de Genève qui, lors des visites pastorales à La Chapelle, stimula l'ardeur religieuse des habitants après le danger du calvinisme genevois. Les timides décorations qu'elles révèlent et surtout la statuaire qui les agrémentent, témoignent d'une époque où la relation cultuelle aux saints et à Notre Dame avait pris une grande importance.

Notre Dame de Compassion est située au centre du village. Selon la légende, elle aurait été édifiée sur l'emplacement d'un autre lieu de culte détruit lors d'un débordement du torrent de Chevenne.

Son appellation d'origine : Notre Dame de Pitié, de St Félix, de St André et de tous les Saints... n'avait pas été choisi au hasard !

La Chapelle Saint Jacques au hameau de La Ville du Nant, elle accueille une statue d'un pape, St Félix en souvenir peut-être de Félix V, anti-pape à Bâle, mieux connu sous le nom d'Amédée VIII, Duc de Savoie qui, s'étant démis de cette tiare encombrante, vint terminer ses jours pieusement au château de Ripaille sur les bords du Léman.

L'ÉGLISE SAINT MAURICE

Sa construction a commencé au XIV^{ème} et s'est achevée au XVIII^{ème}.

Francis WEY, écrivain du XIX^{ème} siècle, missionné à travers la Haute Savoie afin de décrire à la France ce nouveau département tout juste rattaché à son territoire, est surpris par l'apparence du clocher : "On atteint ainsi La Chapelle dont le clocher fantasque se termine par deux lanternes superposées, séparées par des boules de cuivre..."





LES MAISONS TRADITIONNELLES

La vallée d'Abondance a la chance de posséder son propre habitat traditionnel : de belles fermes en bois que vous ne trouverez nulle part ailleurs.

Le visiteur est tout d'abord frappé par les vastes proportions de ces constructions. Puis son regard est attiré par les 2 ou 3 galeries magnifiquement sculptées et décorées qui courent la façade. Ces immenses fermes peuvent comporter 2 logements symétriques. Le soubassement en pierre abrite les caves.

L'habitation est en façade (au niveau du premier balcon), séparée de l'écurie par un long couloir.

Le balcon supérieur à l'étage du fenil sert au séchage des récoltes. A l'arrière de la ferme, une pente permet un accès direct au fenil.

Mode de chauffage typique de la maison, le fourneau de pierre ollaire se retrouve dans les grosses habitations situées sur la partie haute de la vallée. Les pierres auront été taillées dans la carrière du Saix et souvent même, le fourneau aura été importé de la vallée de Bagnes dans le Valais d'où son nom évocateur de Bagnard.

Francis WEY, un journaliste voyageur de 1865, en entrant au hameau des Passengués sur la commune de la Chapelle, est impressionné par « les plus grosses fermes et les plus originales que l'on puisse imaginer. Elles sont coiffées parfois de hautes cheminées pyramidales en planches, au foyer desquelles on fabrique les vacherins, fromages renommés du canton d'Abondance. Habitat et architecture ne sont pas le fait du hasard. Ils correspondent à des réponses particulières et originales apportées aux problèmes posés par le milieu naturel. En hiver, il faut répondre à deux exigences essentielles : disposer d'un espace suffisamment vaste pour abriter les bêtes et les hommes, et les réserves de nourriture nécessaires aux uns et aux autres. Dans cette « civilisation » du foin, du volume d'engrangement dépendra le nombre de bêtes hivernées dans les



Nature and Legacy :

Sports and Cultural Activities

Once outside the hotel, all our valley's treasure is yours. Nature, Sports, Cultural meeting, Association ... there is always something new to do, to see, to discover in our area.

Highest pics in our valley are Mont de Grange (2433m) and Cornettes de Bise (2432m), just below Dents du Midi (3257m), in next Swiss Valais. Forest is everywhere unto 2000m high. Many alpine lakes come to complete the mountains picture.

Down the middle of the valley is a river, Dranse d'Abondance, once quiet, then onrush, according to season and climate. All around, agricultural activities are there, all year round.

Walking / trekking suggestions :

- Les Bords de Dranse and « Fenêtre sur Plaine » : 6km, 3h30, start from the hotel. An easy walk, all around the village, to discover legacy and traditional architecture. By wintertime, you can go by snowshoes.



•Le

Lac d'Arvouin : From the Hôtel 7 km, from last parking 3,5 km .On top of the village, at the feet of Les Cornettes de Bise, a beautiful alpine lake (1670m), pastoral place during the summer for local farmers and their cows. By winter time, you can reach the spot by gondola La Panthiaz then finish the walk with snowshoes.

•Les Cornettes Pick: From the hotel, 14km, only during summer time. After a half day walk, reach the highest point of the valley,

located between Geneva Lake and Mont Blanc, a must have seen. Be careful : need good physical conditions and fitting equipment.



All of those itineraries, and many others, are available at the Tourist Office, opposite the Hotel. There you can also find informations about local activities, sports and cultural manifestations, in and around our area.

On winter, our village is member of the Portes du Soleil, ski area among France and Switzerland, along 12 villages to offer about 650 km of sloops, snowparks, back-country ski, Our partners are there to help you in the rent, buy or service your equipment. Ask to the reception.



Opposite the hotel, you can find a 25Km long cross-country ski sloops, dog and horse sledge, public transport to reach gondola ... all you need for a perfect snow and good sensations.

During summertime, walking, horse or bike riding, ... and playful activities for everyone are available all around the village. And the close Geneva Lake offer you cooling and nautical activities, in a cristal and clear non salty water, under our beautiful sun.



Art & History Labelled, Vallée d'Abondance never forget origins, traditions, but also look forward to future. All year round, you can discover our rich patrimony, jointing guided tour in many locations :

CHAPELS

In the village, really close to the hotel, are 2 chapels : Our Mother of Compassion (Notre Dame de Compassion) and Saint Jacques Chapel



SAINT MAURICE CHURCH

Its building Starts on XIV Century and finished on XVIII.

Can you see bubbles on the tower ? Do you know why and from where they arrived here ?



LOCAL AND TRADITIONAL FARM

Due to pastoral activities, the local houses are farms, on 3 level : Ground level for animals, Second to inhabitation and Third to keep dry herbs during winter time. You know why ? To keep as best as possible the heat. All those farm are build with a little house nearby, a Mazot .

