



N°3 - FÉVRIER 2018
magazine gratuit



Sommaire

- ◆ Stage de ski en altitude
- ◆ Gilles Place, médaillé olympique
- ◆ Le groupe formation
- ◆ Les fans des Habères
- ◆ Juliette, la passion du saut
- ◆ Petite leçon de saut à ski
- ◆ L'APEI, le ski pour tous
- ◆ Les Habères sous les réverbères
- ◆ Les circuits de compétition de ski
- ◆ Un de nos sponsors, Mountain Service
- ◆ La 8ème Montée de Poche
- ◆ Agenda
- ◆ Les pistes de ski de la station des Habères
- ◆ Des nouvelles de la section ski du collège de Boège
- ◆ Idée de randonnée

ACCRO'SKI

Le magazine du Ski-Club de la Vallée Verte

Voici venu février avec quelques FAITS D'HIVER en Vallée Verte...

Et oui, tout d'abord d'importantes chutes de neige en décembre pour le plus grand bonheur des skieurs et particulièrement pour le Ski-Club de la Vallée Verte qui a commencé sa saison avec les premiers entraînements sur les pentes de la station qui, cette année, avait revêtu son manteau d'hiver avant Noël...

Et bien sûr, la parution du 3ème numéro d'Accro'ski... Un nouveau numéro qui, après la tempête, apporte un peu de réconfort avec un doux vent de jeunesse, de nostalgie, de découverte à partager avec ses lecteurs. Bref, de nouveaux articles pour continuer à vous faire découvrir toujours un peu plus notre Vallée à travers des reportages sur ses habitants, ses associations, ses paysages... Vous retrouverez également les encarts de nombreux commerçants et artisans qui nous soutiennent en participant à la création de ce magazine. Un grand merci pour leur solidarité. Nous tenons également à vous souhaiter à tous, fidèles lecteurs, bénévoles du club, partenaires et sponsors, une très bonne année 2018... Pour cela, nous vous présentons une petite Recette de Bonne Année à cuisiner sans modération, elle se déguste en toute saison et en plus, aucun risque d'indigestion !

De bonnes louches de sourires,
Quelques éclats de rires,
Une grande cuillère de gentillesse,
Quelques grains de tendresse,
Une bonne pincée d'affection,
Des poignées d'or et d'argent,
Zestes de réussite à volonté,
Saupoudrer le tout de gaieté et de générosité,
Faire mijoter avec douceur,
Servir joyeusement !
Hum... une vraie gourmandise, vous ne trouvez pas ?...

Bonne lecture à tous !



Édité par

SKI CLUB
Vallée Verte



Accro'Club

Du ski en haute altitude ...

Traditionnellement les vacances de la Toussaint sont synonymes chaque année pour une vingtaine de jeunes du club de rechauffage des skis sur le glacier de Tignes situé entre 3000 et 3600 mètres d'altitude.

Cette année n'a pas dérogé à la règle. C'est avec grand plaisir que 19 jeunes ont pu skier pendant 5 jours du 30 octobre au 3 novembre sous des conditions météorologiques printanières pour l'époque et l'altitude avec cinq jours de soleil et quasiment pas de vent, le froid n'était pas de rigueur! Malgré tout, les conditions de ski en terme de manteau neigeux n'étaient pas catastrophiques. Certes, des portions étaient fortes verglacées mais globalement cela ne nous a pas empêché de réaliser trois jours de travail technique autour du thème de l'angulation (ce qui nous permet d'augmenter l'angle de prise de carre de nos skis pour améliorer les conduites de courbes sur pente forte et neige dure) et deux jours de tracé en géant. Ce rendez-vous annuel nous permet de constater chaque année à quel point le recul des glaciers n'est pas un mythe avec l'apparition, d'une année sur l'autre, de petits massifs rocheux à proximité, ou sur les pistes. Cette année cela s'est d'autant plus révélé que ce fut une année pauvre en précipitations à tel point que le deuxième glacier en France habituellement ouvert à cette époque pour

le ski, celui des Deux Alpes, n'a pu ouvrir faute d'enneigement. Conséquence directe pour nous, beaucoup de Ski-clubs se sont rabattus sur Tignes engendrant un afflux supplémentaire de skieurs qui a conduit la STGM (la société des remontées mécaniques de Tignes) à mettre en place trois créneaux de ski sur la journée :

8 heures 30 à 12 heures 30
10 heures à 14 heures
12 heures à 16 heures.

Ce dispositif s'est avéré relativement efficace car nous n'avons pas perdu trop de temps dans les files d'attente des téléskis et ainsi pu rentabiliser notre temps de ski. Lors des trois premières journées nous avons utilisé le créneau de 10 heures puis celui de 8 heures 30 les deux dernières journées du fait que l'on traçait.

En dehors du ski tout ce petit groupe hébergeait à l'UCPA du Val Claret dans des conditions excellentes, ce dernier venant d'être refait à neuf et étant situé à deux minutes à pied du funiculaire Perce Neige, rendez-vous matinal incontournable car il nous permet d'accéder au glacier par une voie souterraine qui nous monte de 2100 mètres d'altitude à 3000 mètres en dix petites minutes dans une ambiance collée-serrée.



PRO 4x4 VENTE VÉHICULES Légers/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

Boucle d'ange
COIFFURE MIXTE
GENOUD PRACHEY ANGÉLIQUE

800 AVENUE DE SAVOIE
74250 VIVZ EN SALLAZ
MARDI AU VENDREDI : 9H 19H
SAMEDI : 8H 16H
04/50/36/89/31

PRODUCTEUR FERMIER
Gaëc Le Plane
REBLOCHON - TOMME
ABONDANCE

Fromage - Charcuterie
Produits Régionaux - Magasin de producteurs

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

bergamont HERCULES ROTWILD RIESE & MÜLLER WINORA

0450 957 557
www.greentrack.fr

Accro'Club

...pour patienter avant l'hiver



Trois après-midis ont été consacrés à de la préparation physique avec une séance de vitesse, une séance de renforcement musculaire via un circuit training (petits ateliers réalisés pendant 30 secondes suivi d'une minute trente de récupération), et une séance de natation dans la piscine de Tignes le Lac. Une autre après-midi a été l'occasion de réaliser ses devoirs scolaires et d'entretenir son matériel (affûtage et fartage des skis). Nous n'avons bien évidemment pas oublié de glisser un petit peu de détente dans cette semaine sportive au travers une séance de cinéma qui est offerte par la mairie de Tignes.

A l'issue de cette semaine de réels progrès techniques sont apparus, une certaine fatigue mais surtout une forte impatience que l'hiver commence vite dans notre Vallée Verte pour pouvoir profiter à fond du ski. Or cette année la chance a été avec nous car nous avons pu chausser les skis seulement un mois après, tout début décembre. La saison est donc lancée !



Afin de prolonger les acquis du stage de Toussaint, les enfants du Ski-club de 13 à 16 ans sont allés à Tignes s'entraîner en slalom le week-end du 18 et 19 Novembre. Départ du Port de Fillinges aux aurores, arrivée à 9h00 sur les skis. Le soleil fut au rendez vous mais l'ambiance était hivernale avec un vert glacial. L'après midi, séance piscine pour se réchauffer et étirer ses muscles. Les jeunes logeaient dans 3 appartements contigus, un des appartements servant aussi de réfectoire : 14 autour d'une table de six pour partager un plat de spaghettis bolognaise préparé par les chefs cuisiniers ! (les papas accompagnateurs). Le lendemain, tous ont pu profiter d'une belle matinée de ski pour mettre en pratique les recommandations des coaches et peaufiner les derniers réglages avant la saison qui approche.



**EURL FCP 74**
Patrick Fayard
1004 route Vallâ Verda
74420 HABERE LULLIN
06 75 64 38 20
04 50 36 71 43

www.fcp74.fr
contact@fcp74.fr

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

Toutes assurances • Véhicules de courtoisie

**CARROSSERIE
des BRASSES**
04.50.36.90.14

- TOUS TRAVAUX DE CARROSSERIE
- RÉPARATION ET CHANGEMENT DE PARE-BRISE
- FREINS • VIDANGE
- PNEUS • GÉOMÉTRIE
- CLIMATISATION

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

**Les Flammes
de Haute-Savoie**
Fillinges
France

Sabin DESCAMPS
Artisan Peintre
74250 Fillinges

Peintures
Enduits décoratifs
Revêtements muraux
Parquets

06 89 88 25 37



**LA
BERGERIE
DES ROCHES**

VENTE A LA FERME

PRODUITS DE LA BERGERIE & REGIONAUX

ALINE & JULIEN SAILLET
1513 ROUTE DU COL DE COU - 74420 BURIGNIN
Tél. : +33 6 14 04 76 45 / MAIL : SAILLET.JU@SFR.FR

Accro'Champion

Gilles Place....

Gilles Place, médaillé de bronze en slalom géant aux jeux paralympiques de Nagano en 1998

La Vallée Verte regorge de champions en tout genre et l'équipe d'Accroski souhaite vous les faire découvrir au fil de ses numéros.

Gilles, tout le monde le connaît dans la vallée, en particulier pour son remarquable travail de photographe de montagne. Il a brillé en représentant la France mais aussi notre petite Vallée Verte aux jeux paralympiques en revenant de Nagano avec une médaille ! Gilles est maintenant photographe professionnel. Il collabore avec les magazines VMF, Le Pèlerin, Terre sauvage, Alpes Loisirs, Montagne magazine, Notre temps, publie des recueils photographiques et participe à de nombreuses expositions.

Gilles Place est né dans une famille de skieurs. Alors que son papa était président du Ski-club d'Habère-Poche, il s'inscrit à 15 ans à une course de ski organisée par le club handisport d'Annemasse. Devant son excellente prestation, il est abrs repéré par les instances officielles de la Fédération Française de Ski et fera partie de l'équipe de France handisport dans laquelle il restera de l'âge de 17 ans à 33 ans en participant notamment à quatre olympiades et à 27 championnats de France. Il comptabilise de nombreux podiums internationaux et est médaillé de bronze à Nagano au Japon en 1998 en slalom Géant.

Il était donc logique qu'un grand champion vienne rencontrer nos petits champions du Ski-Club de la Vallée Verte pour leur faire part de son expérience de champion. La rencontre s'est déroulée le 5 janvier dernier au chalet du ski club sur le parking du Bois Noir et elle aura pour le moins marquée nos jeunes compétiteurs ! Gilles a raconté son parcours de skieur handisport de haut niveau, et quel



parcours... Seize ans en équipe de France paralympique de ski alpin.

Au cours de cette très belle rencontre l'ancien champion nous a raconté son expérience et de quelle façon il était devenu skieur handisport parmi les meilleurs mondiaux. Nous avons ainsi appris que c'est le hasard d'une course de ski à Habère-Poche qui lui a permis de prendre contact avec le ski handisport. Gilles nous a raconté avoir été témoin d'une grande évolution au

cours de sa carrière en équipe de France handisport : « quelque chose de très amateur à quelque chose de très professionnel ». Tout en gardant le côté très sympa et respectueux de rapports entre les compétiteurs.

Très vite, Gilles l'actuel photographe professionnel a laissé place à l'ancien champion de ski, il a su captiver le public présent au chalet, les jeunes comme les moins jeunes! Gilles Place

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

BOULANGERIE • PATISSERIE
P. Pauwert
CHEF LIEU 74430 SAINT-JEAN D'AULPS
TEL. 04 50 79 64 08 - Fax 04 50 79 50 96

Boucherie Mathian
Boucherie - Charcuterie - Traiteur
Rue de Carraz - 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

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

MOUNTAIN SERVICES

Institut de Beauté
Nature et Bien être
Habère-poche
04 50 39 12 51 et 06 27 07 62 20

Accro'Champion

...une rencontre olympique !

nous a parlé de ski, de technique, de challenge individuel et sportif – du « côté hors norme » d'une course olympique - mais également de persévérance et d'engagement !

Quelle leçon pour nous tous !

Il nous a raconté la compétition de haut-niveau, l'importance de la préparation physique, du matériel et la force d'appartenir à un groupe de skieurs, ceux qu'il appellera : « mes frères de ski » au cours de cette rencontre. Avec des mots simples et une très grande sincérité, Gilles Place nous a fait partager un vrai chouette moment de vie, mais l'ex-champion avait plus d'une corde à ses spatules... Il avait amené une arme secrète, preuve palpable de ses performances passées : sa médaille de bronze gagnée à Nagano.

En toute humilité, le médaillé de bronze a sorti sa médaille et l'a faite circuler parmi les enfants présents. Cette belle médaille est passée de main de skieurs en main de skieurs. Ils l'ont touchée, regardée, retournée, soupesée, bref admirée !! Bien que notre champion olympique soit d'une grande simplicité, nous avons tous ressenti l'immense fierté qu'il a eu à revenir sur son parcours devant les jeunes du club.

Merci Gilles pour cette très belle rencontre et ce moment de partage. A très bientôt sur les pistes des Habères !



Gilles nous explique les règles du ski handisport :

Les skieurs sont classés en trois catégories selon leur handicap :

- Les Skieurs déficients visuels
- Les skieurs debout
- Les skieurs assis

Dans chaque catégorie, un coefficient de handicap est attribué au skieur pour rétablir l'équité des résultats selon les degrés d'handicap

C'est dans la catégorie « skieur debout » qu'il obtient sa médaille après une magnifique course.

Bains de Nahla

Espaces enchanteurs de bien-être & de remise en forme

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

VAUDAUX-RUTH & Fils

Construit selon vos désirs

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

SAILLET Frères Menuiserie Charpente Couverture

Travail soigné

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

Siret: 420 674 624 00019
APE: 4331 A
NVAJL FR 49 420 674 624

CHENEVAL-PALLUD Thierry

CULTURE MARAÎCHÈRE

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

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

VINS DUVERNAY

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

SAPOSEDIA

saposedia@gmail.com

06.02.72.73.22

Cuisines
Dressings
Aménagements intérieur

Accro'Coachs

Le groupe formation

Au Ski-Club de la Vallée Verte, nous avons neuf groupes encadrés par 5 moniteurs diplômés.

Les plus grands du club, c'est-à-dire tous les jeunes qui ont l'âge de rentrer en seconde, rejoignent le groupe Formation pendant plusieurs années. Celui-ci résulte d'une collaboration entre les Ski-Clubs de Lullin, de Bellevaux et de la Vallée Verte ; il prépare les jeunes qui veulent faire de leur passion un métier : Moniteur de ski. Ce sont Steeve Vigneau et Sylvain Vuattoux, deux moniteurs du Ski-Club de Bellevaux, qui encadrent ce groupe.

Steeve entraîne le groupe formation depuis maintenant 9 ans. Pour devenir coach, il a passé le D.E de ski puis un Master 2 Management, Economie et Gestion. Quant à Sylvain, il fait équipe avec Steeve depuis 4 ans. Son parcours à lui est un peu différent : D.E de ski puis un Master Préparation physique STAPS.

Ils ont choisi d'être entraîneur de club en plus de moniteur car tous les deux ont un passif de compétiteur de haut-niveau : Coupe d'Europe de ski alpin. Pour eux, il semble donc normal aujourd'hui de transmettre l'expérience qu'ils ont acquise durant toutes ces années.

Leur travail de coach est loin d'être monotone car avec plus de 30 jeunes dans le groupe formation (dont 16 du Ski-club de la Vallée Verte), chaque jour est différent, ... à chaque jour son anecdote!

La chose la plus satisfaisante pour eux est de retrouver les sourires des participants le matin et l'ambiance du groupe sur chaque séance.

Chacun d'entre eux fait son travail de coach avec passion, savoir et bonne humeur. Ils ont un rôle phare : encadrer, corriger, faire progresser, encourager et motiver tous les enfants, quelque soit leur âge et leur niveau. C'est aussi avec eux que nos enfants passent le plus de temps durant la saison hivernale!

Gros plans sur notre groupe formation...



Résultats des premiers tests techniques du DE monitorat de Ski alpin

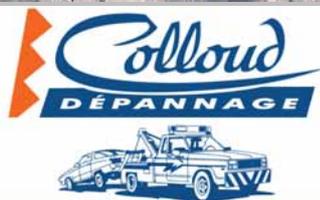
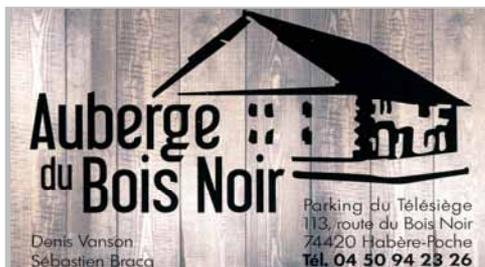
Après tant d'années de Ski-club, de nombreux jeunes aspirent à devenir moniteurs de ski.

L'examen d'entrée en formation du DE (diplôme d'état) de ski s'appelle « TEST TECHNIQUE ». C'est un slalom spécial. Pour réussir l'épreuve le jour du test, le candidat doit réaliser un temps inférieur ou égal au temps de base (réalisé par les ouvreurs) majoré de 25 % pour les filles et de 20 % pour les hommes.

Trois de nos jeunes ont déjà réussi ce test à la 1ère session : Jules Gasquet, Cyril Pasquier et Anselme Picard.

Sur l'ensemble du groupe, 6 jeunes ont réussi le test technique et un l'eurotest.

Nous tenons à féliciter tous ces jeunes du groupe Formation qui, à force de persévérance sont arrivés ou arriveront à réaliser leur rêve.



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

MÉCANIQUE
ENTRETIEN
DÉPANNAGE
RÉPARATION



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

Le Tiennolet

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

Accro'Assoc

Les fans des Habères

Fans des Habères est une association qui a pour but de promouvoir la Station des Habères à travers divers événements

Qu'est-ce que je peux faire pour ma station ? C'est la question que nous sommes quelques-uns à nous être posée il y a un peu plus de trois ans. Pour tous ceux qui ne font pas partie d'associations sportives autour de la station, qui



ne vivent pas directement du ski mais qui ont à cœur que la station des Habères vive, nous avons lancé l'association Fans des Habères.

Depuis 2015, cette association essaie de participer avec ses moyens à l'animation et à la vie de la station. Notre association s'est engagée lors des 50 ans de la station, co-anime avec le ski club les mercredis soirs des Habères sous les Réverbères, participe à la journée d'entretien des pistes. Notre association organise également chaque année la Dré Ba.

Tous ceux qui aiment la station des Habères et qui ont envie de la voir durer, qu'ils aient ou non la possibilité de s'investir, sont les bienvenus dans l'association.

La Dré Ba

La Dré Ba, c'est droit en bas sur les 600 m de dénivelé de la station des Habères.

La Dré Ba c'est quand même quelques virages, deux slaloms, des bosses, un boarder cross et différents défis.

La Dré Ba c'est ouvert à tous, à tous les âges, à tous les styles.

La Dré Ba c'est presque gratuit.

La Dré Ba c'est aussi un moment de fête et de partage sur le front de neige, un DJ, du vin chaud, de la raclette, des saucisses, de la musique...

La Dré Ba c'est le 17 février 2018.

La Dré Ba c'est pour toi

BUREAU : 04 50 39 11 69
FAX : 04 50 39 06 67

LA CHAVANNE
 BURDIGNIN - 74420 BOËGE
www.condevaux.com

Chambres d'hôtes Charmance



Marguerite MEROTTO



Chalet "Les Contamines"
 Route du Col des Arces
 74420 Habère-Poche

Tél./Fax 04 50 39 51 69



Fruitière de Bogève

Fromagerie de Boège
 (Fruitière de Bogève)
 74420 - BOEGE

Tél. 04 50 39 98 23

www.fruitiere-des-neiges.com

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

BOUCHERIE • CHARCUTERIE • TRAITEUR



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

Pinget Lionel

Constructions bois
 Menuiserie. Aménagement intérieur
www.chalets-pinget.com **Tél. 06 87 13 21 53**

Accro'Saut

Juliette ou la passion du saut

Juliette Flandinet, 18 ans, originaire de la Vallée Verte, a intégré le Ski-club à l'âge de 7 ans puis, grâce au tremplin du Bois Noir à Habère-Poche s'est orientée vers le saut à ski. En direct du Canada, où elle passe quelques mois pour ses études, Juliette nous présente cette discipline ainsi que son parcours.

Qu'est ce que le saut à ski ?

Le but du saut à ski est d'aller le plus loin possible sur un tremplin pouvant aller de 10 mètres à 225 mètres. Les jeunes commencent sur les tremplins de 10 mètres et changent de tremplin au fur et à mesure de leur progression. Les tremplins de 250 mètres sont des tremplins de Vol à ski où seuls les hommes sautent. Les coupes du monde de saut à ski se passent sur des tremplins de 90 mètres ou 120 mètres. Durant les compétitions, 5 juges notent l'athlète sur 20 points.

L'équipement :

Pour pratiquer le saut à ski il n'y a pas besoin de beaucoup de matériel. Il faut des skis dont la longueur est calculée en fonction du poids et de la taille du sauteur, une combinaison, un casque, un masque, des chaussures spécifiques et des fixations avec le talon semi libre.

Comment tout a commencé ?

J'ai fait mes premiers sauts à Habère-Poche alors que le tremplin venait d'être construit, nos entraîneurs d'alpin avaient consacré un entraînement spécialement sur le saut à ski et cela m'avait beaucoup plu. Quelques mois plus tard, suite à une blessure au genou en ski alpin, j'étais allée voir mes amis du Ski-club participer

au Critérium Régional de saut qui se déroulait à Habère-Poche. J'ai alors croisé le chemin de Pierre Bailly, ancien entraîneur du comité Régional du Mont-Blanc qui, à cette époque, cherchait à développer le saut à ski féminin dans le comité. Je suis alors allée faire mes premiers stages à Courchevel avec un groupe de filles. J'avais donc 13 ans quand j'ai commencé mes entraînements sur le tremplin des Contamines avec le club.



Les entraînements et les stages :

Été comme hiver je m'entraînais aux Contamines avec Choc et Pierrot tous les week-ends. Mes parents me déposaient à la gare de La Roche-sur-Foron, je prenais le train jusqu'à Saint-Gervais-les-Bains et ensuite je m'arrangeais avec des parents qui montaient du Fayet jusqu'aux Contamines. C'était un gros investissement mais j'aimais me rendre à l'entraînement et c'était vraiment sympa. Nous partions

en général en stage à l'étranger deux fois par an. Pour ma part, je suis allée en Suisse à Einsiedeln, deux fois à Montafon en Autriche, à Planica en Slovénie et à Oberstdorf en Allemagne, ce sont de très bons souvenirs.



Les compétitions :

Comme la discipline du saut à ski n'est pas très développée (surtout chez les filles) nous participons pratiquement tout de suite à des compétitions nationales, puis après européennes. J'ai eu la chance de participer à ces deux types de compétitions.

Ce que m'a apporté le saut à ski :

Le saut à ski m'a apporté beaucoup de choses : j'ai rencontré beaucoup de monde, gagné de la confiance en moi, voyagé dans différents pays, eu la chance d'aller en internat au Lycée de Mont-Blanc à Passy ce qui m'a permis d'avoir des après-midi libérés pour m'entraîner. J'ai aussi pu rencontrer des champions comme Coline Mattel ou encore Jason Lamy-Chappuis.

Je pense que le saut à ski est une très grande opportunité pour certains jeunes, ça permet de changer un peu du ski alpin. L'inconvénient c'est que ce sport nécessite un gros investissement de la part des parents pour se rendre aux entraînements. Pour ma part, le saut à ski a été de très belles années, j'ai eu récemment mon diplôme de juge national ce qui me permet de juger des compétitions.

Les résultats de Juliette :

20^{ème} place en coupe OPA en Mars 2015 à Chaux-Neuve (Photo)

3^{ème} place aux championnats de France en Décembre 2014 à Prémamanon.

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



LANGE



DYNASTAR

Chamonix Mont-Blanc

Accro'Saut

Petite leçon de saut à ski

Spectaculaire et impressionnant, le saut à ski est une discipline méconnue en France. Voici quelques informations sur ce sport afin de mieux comprendre ce sport très technique.

Technique de saut à ski

Le skieur s'élanche du haut d'un tremplin enneigé ou revêtu de matière synthétique. Il peut atteindre une vitesse dépassant les 100 km/h sur les plus grands tremplins (vol à ski). Sur les derniers mètres, il donne une impulsion pour aller le plus loin possible dans les airs. Cette impulsion est d'une importance capitale, car contrairement aux croyances, la nez du tremplin ne remonte pas. Une fois en l'air, le sauteur se penche de façon à placer son corps entre ses skis et cherche à obtenir une portance optimale sur l'air. Il se redresse au moment de l'atterrissage et pour que ses notes de style restent optimales, doit effectuer une « lente » avec les pieds en position « télémark ».

Les 3 phases du saut à ski

- La phase d'élan

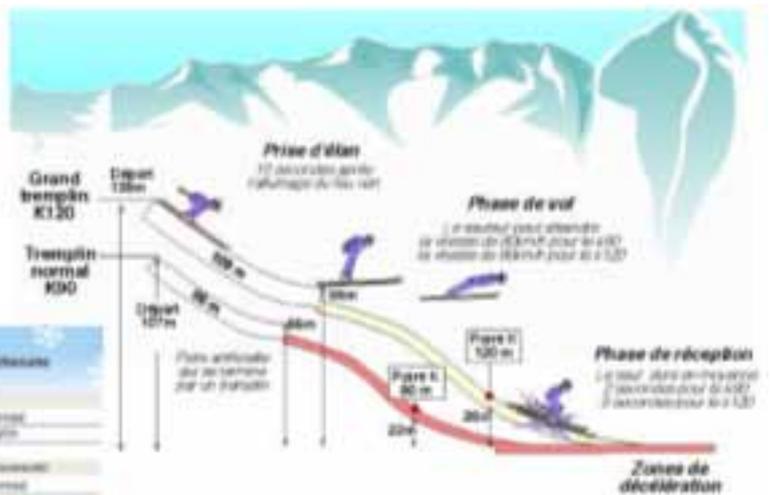
Elle est sanctionnée par la vitesse obtenue par le sauteur au bout du tremplin. Une bonne vitesse est essentielle pour réaliser un bon saut. Cette vitesse dépend de la position d'élan du sauteur, de son relâchement dans la trace, de son poids, et de la capacité des skis à glisser sur la piste.

- L'impulsion au bout du tremplin

Celle-ci doit être puissante et réalisée juste au bon moment.

- La phase de vol

Elle est principalement déterminée par le poids du sauteur, sa position en vol et la qualité de la transition entre l'impulsion et la position de vol.



Facteurs externes influençant le vol:

Un vent de face rallonge la distance de saut, en ajoutant de la portance sous les skis du sauteur. Au contraire, un vent arrière (dans le dos du sauteur) rabat contre la piste de réception. La hauteur de la barre d'élan : pour s'adapter au niveau des compétiteurs et aux conditions météo, on modifie la hauteur de la barre depuis laquelle le sauteur s'élanche.

Plus la barre est haute, plus la vitesse du sauteur en sortie de tremplin sera élevée – et inversement, ce qui permet d'assurer la sécurité des sauteurs en les faisant atterrir dans une portion suffisamment pentue de la zone de réception.

Yoga Vallée Verte

à Villard

Tél. : 06 41 55 58 46

Catherine Marcéau

yoga-vallee-verte@laposte.net

Crédit Mutuel
de la Vallée Verte

Gilles PLACE

Reportage
Phototèque
Livres
Tirages
Cadeaux

www.gilles-place.com
Photographe

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

LIONEL FALCONNET
BOULANGERIE - PÂTISSERIE

ROUTE DE SAXEL
74420 BOËGE

TÉL. 04 50 39 12 20
FALCONNET.LIONEL@ORANGE.FR

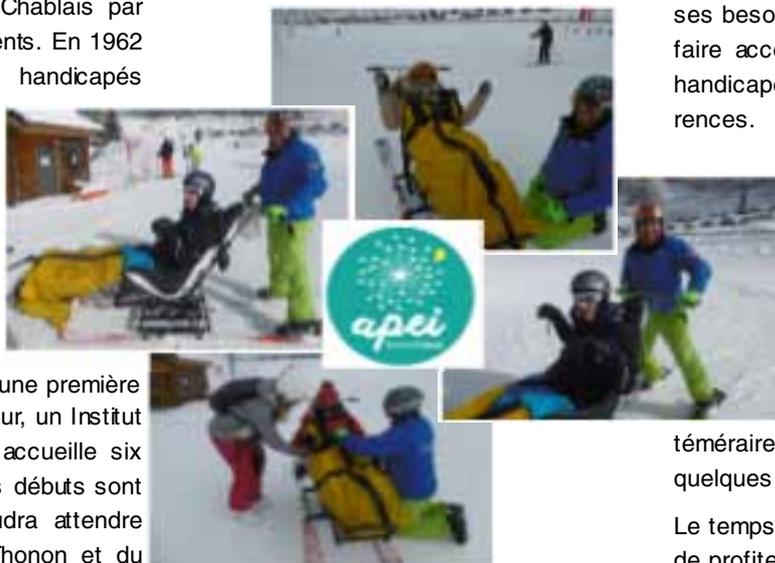
Accro'Assoc

L'APEI, le ski pour tous

Cinquante ans depuis la création de cette association, 15 établissements et services ont été créés par l'Association, plus de 500 accompagnements sont à ce jour dispensés au sein de l'APEI de Thonon Chablais par 350 professionnels compétents. En 1962 quelques parents d'enfants handicapés mentaux sans soutien et sans repères pour la prise en charge de leur enfant mais conscients que tout était à bâtir, vont s'unir et créer l'Association de Parents d'Enfants Inadaptés de Thonon et du Chablais (APEI). Cette même année une première structure, modeste, voit le jour, un Institut Médico-Educatif (IME) qui accueille six enfants de 5 à 14 ans. Les débuts sont difficiles, hésitants et il faudra attendre 1968 pour que l'APEI de Thonon et du Chablais dépose ses statuts à la sous-préfecture de Thonon et que son existence soit reconnue dans le Journal Officiel du 24 Juillet 1968. Dès lors, de 1968 à nos jours, l'APEI, va connaître une croissance régulière tout en s'inscrivant dans les évolutions législatives qui encadrent le secteur médico-social. Le souci des parents bénévoles, gestionnaires et

promoteurs, a toujours été de créer les structures qui, de la petite enfance à la fin de vie, répondent aux différents besoins des familles et des usagers.

C'est un engagement de tous car nombre d'enfants, d'adultes, ne peuvent être accueillis en établissement ou service par



manque de place, nombre de familles touchées par le handicap nécessitent d'être accompagnées... La liste des besoins est malheureusement loin d'être exhaustive.

L'éventail des valeurs défendues au travers de l'accompagnement des bénéficiaires passe notamment par les actes du quotidien en foyers mais aussi par une diversité d'activités, d'accès à la culture,

L'APEI est une Association de Parents et de familles de Personnes Inadaptées, qui se mobilise depuis plus de 50 ans pour accueillir et faire reconnaître les droits des personnes en situation de handicap.

d'acquisitions et de découvertes, que chaque professionnel s'attache à fournir à chacune des personnes accueillies selon ses besoins. C'est ainsi que l'on arrivera à faire accepter et respecter les personnes handicapées mentales malgré leurs différences.

Parmi la diversité d'activités proposées, le tandem ski permet de faire accéder les plaisirs et sensations de glisse aux personnes porteuses de handicap. Accompagnés par un moniteur diplômé, chaque saison, quelques bénéficiaires ravis et téméraires ont l'opportunité de profiter de quelques heures de glisse.

Le temps de goûter à quelques descentes, de profiter du soleil et de sensations inégalables, pour ces personnes, c'est se sentir aussi libres et semblables lorsqu'ils ont pu profiter de ces moments de plaisir.

Le matériel adapté est encore d'un coût très élevé et le partenariat avec les stations de proximité reste à être consolidé afin de rendre accessible cette pratique, et promouvoir le ski pour tous...

FOYER DES MOISES
WWW.FOYERDESMOISES.COM

CHARPENTE - COUVERTURE
MENUISERIE
Dufourd et Fils
VILLARD
WWW.CHARPENTE-DUFOURD.COM
+33 (0)6 88 86 30 72

LATOUR
ENERGIE SERVICE
ETUDE - INSTALLATION
MAINTENANCE - DEPANNAGE

☐ POMPE A CHALEUR ☐ CHAUFFAGE ☐ CLIMATISATION
223 Rue de la Jonchère 74420 BOËGE
Tel. : 04.50.39.10.66 @ : latour.es@latourenergie.com

RGE
VDAKIN

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

DACIA

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

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

Roulotte de la Lierre

Ferme de La lierre
Hébergement insolite
en roulotte

www.ferme-de-la-lierre.com

Accro'Manifs

Les Habères sous les Réverbères

**TOUS LES MERCREDIS
DES VACANCES D'HIVER**

LES HABÈRES
DEPUIS 1964
ALT. 1600M

SOUS LES RÉVERBÈRES

SKI NOCTURNE GRATUIT
SAUT À SKI . DESCENTE AUX LAMPIONS
ANIMATIONS . BAR ET RESTAURATION

INFOS : 04 50 39 50 31

jeskieauxhaberes.com

Tous les mercredis des vacances de février, du 14 février au 7 mars, la station des Habères vous ouvre ses remontées mécaniques (téléski du Bois Noir et téléski de l'Etang) gratuitement de 17h00 à 21h00.

Différentes animations, proposées par l'ESF, l'association Fans des Habères et le Ski-Club de la Vallée Verte, vous y attendent :

- Descente aux lampions (de 19h à 20h)
- Slalom parallèle,
- Patinoire,
- Démonstration de sauts à ski,
- Piste de luge.

Présence également de l'Office du Tourisme des Alpes du Léman afin de présenter les activités et animations des vacances.

Vous aurez également la possibilité de vous restaurer sur place, vente à emporter : hot-dogs, crêpes, tartiflette, vin chaud... Alors, n'hésitez pas à venir skier et luger en nocturne aux Habères !

GRIMPE DANS MA DAME USE !

Pour information, durant tout l'hiver, la station des Habères vous propose également de découvrir le damage des pistes de 18h à 21h (séance d'une heure) sur réservation au 04 50 39 50 31

Partez à la découverte d'une activité nocturne bien particulière...

Info de dernière minute

Le 2ème mercredi des « Habères sous les réverbères », mercredi 21 février, sera organisé en parallèle le critérium régional de saut à ski. Ce sera l'occasion de venir voir sauter, à partir de 17h, de jeunes compétiteurs du pays du Mont-Blanc pour qui le saut à ski est l'activité principale au sein de leur club.



**SPORT
2000**

ISA SPORT

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

Matériaux de construction

COSTAZ

costaz.sarl@wanadoo.fr
Tél.: 04 50 39 10 56
74420 VILLARD

**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

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

Benoît Garnier
Les Combes 74420 VILLARD

NHB **électricité**

dépannage, rénovation, téléphone,
interphone, vidéo, chauffage.

ben-g@cegetel.net 06.14.10.10.98

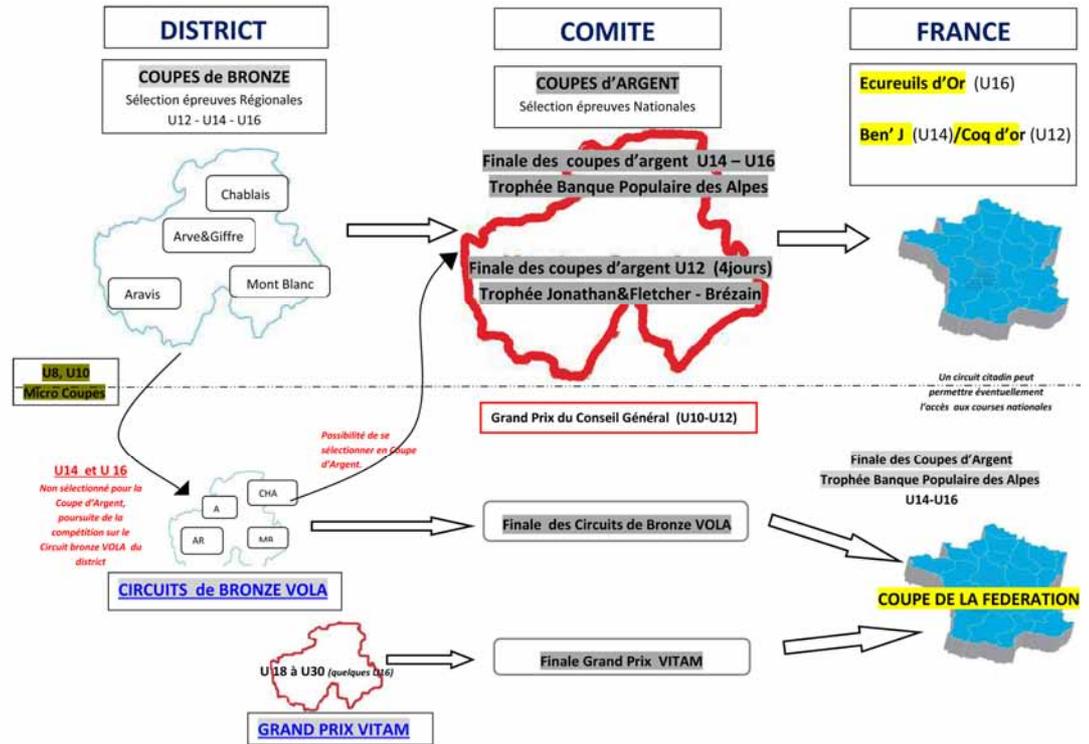
Accro'Compet

Les différents circuits en compétition de ski

Les membres du Ski Club de la Vallée Verte (SCVV), participent à des compétitions de ski dans le cadre de la fédération française de ski (FFS) ou de l'école de ski français (ESF).

Le ski club fait partie, comme 117 autres clubs, du Comité Mont Blanc. Ce comité est partagé en quatre districts Aravis, Arve&Giffre, Mont-Blanc et Chablais. Le SCVV fait partie de ce dernier.

Le district organise des compétitions sur deux circuits, les Coupes de Bronze et les Coupes d'Argent pour les skieurs de 11 à 16 ans (de U12 à U16). Le circuit des coupes de bronze permet de sélectionner les meilleurs de chaque district pour participer aux coupes d'argent (niveau ré-



gional) puis les meilleurs de coupe d'argent pour participer aux championnats de France (Ben'J pour le U14, Ecureuils d'or pour les U16). Les coureurs qui sont restés en coupe de bronze continuent à concourir entre eux et les meilleurs seront soit « repêchés » pour concourir en coupe d'argent soit sélectionnés pour la finale des coupes de bronze où ils rencontreront les meilleurs des coupes de bronze des autres districts.

Les enfants de 7 à 10 ans (U8 à U10) participent aux micro-coupes.

Par ailleurs, à partir de la catégorie U16, les skieurs peuvent aussi participer à des Grands Prix. Les meilleurs seront sélectionnés pour la Coupe de la Fédération (championnat de France des Grands Prix). Egalement, dans le cadre de l'ESF, les skieurs de U12 à U14, en participant aux flèches, peuvent être sélectionnés pour participer au Coq d'or (championnat de France Ski Open) .

A noter que la FFS organise également un circuit Master auquel peuvent participer les licenciés de plus de 30 ans.

IV
INVICTUS
Vins & Saveurs

invinctus.vins@gmail.com
06 12 72 32 46

École Catholique d'Apprentissage par l'Automobile

ECAUT
www.ecaut.fr
Ecole de production

Mécanique automobile, Carrosserie et Peinture

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

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

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

LOUDET BOIS

MENUISERIE - AGENCEMENT & POSE

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

Pépinières Morel Bossus MB
producteurs depuis 1967

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

contact@pepinieres-morel-bossus.com

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

Accro'Sponsors

Mountain Service, un de nos sponsors

Depuis 4 hivers en plein cœur du centre-ville de Thonon s'est ouvert un magasin de sport Outdoor atypique. Accro'ski est parti à sa découverte pour vous.

C'est une boutique conviviale et dynamique où vous serez toujours accueillis chaleureusement par une équipe de professionnels passionnés qui sont pour la plupart d'anciens compétiteurs ou moniteurs de la région.

A Mountain Services, on a très vite l'impression de faire partie d'une famille ; peu importe d'où l'on vient ou de notre niveau, on se sent tout de suite à l'aise.

On rentre dans un magasin, en réalité c'est bien plus. En effet, leur véritable savoir-faire et leurs expériences donnent confiance. L'équipe vous accompagne régulièrement sur le terrain, vous donnant la possibilité de tester un matériel de qualité.

C'est un vrai bonheur de parcourir les 3 étages pour découvrir des nouveautés et discuter technique avec l'équipe.

C'est aussi l'assurance d'une prise en charge globale.

Nouveautés :

En 2017, Mountain Service a ouvert deux nouvelles boutiques au centre-ville. Plus spécialisées, l'une est spécifique aux vélos urbains et VAE, l'autre est dédiée au snowboard et autres sports nautiques comme le paddle, le wakeboard ou le surf. Un bureau d'activités vous permet de réserver vos stages de planches à voile ou de paddle sur leur base nautique à Thonon les Bains : le Nautic all Sports.

Le Bootfitting :

En ski, en Trail, en vélo, Coralie s'assure de votre confort. Il y a un avant et un après, et le mot confort prend alors tout son sens : nos pieds se trouvent comme dans des pantoufles quelles que soit nos chaussures de sports.

La douleur n'est plus une fatalité surtout en ski ou en rando.



La location :

Une fois encore, Mountain Service est un cran au-dessus. Il y en a pour tous : des plus petits aux skieurs confirmés, du snowboard au matériel de randonnée, sans oublier les raquettes, une belle gamme de vélos, VTT et E-VTT

Julien, le responsable location, trouvera toujours ce dont vous avez besoin.



Les Ateliers :

Les techniciens prennent le temps d'adapter l'entretien à votre niveau pour optimiser vos performances. Pour le vélo ou le ski, Will et son équipe effectuent les réparations avec

précision et rapidité. Nous pouvons laisser notre matériel en toute confiance. Ça aussi, on apprécie.

Vente :

Ils ont l'art de trouver la bonne marque et les meilleurs modèles afin de toujours répondre aux demandes sur la plupart des sports Outdoor de la région.

Le vrai plus c'est de pouvoir tester le matériel avant de faire son choix. La quasi-totalité des produits est en test et même si très souvent le choix proposé est le plus adapté, c'est toujours un plaisir de s'en assurer avant d'acheter.

Noémie vous accueillera dans l'espace racing du magasin qui est partenaire de notre Ski-club.



ARCHITECTE GUENIN d.p.l.g

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

Power-Technologies

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

Infos: Desvaux david - 06 17 67 27 59

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

Tel. : 04.50.39.1720
Chambres d'hôtes

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

Le Salon

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

Coiffure mixte

57 route de Carraz
74420 Boège

Maçonnerie Neuf-Rénovation SAILLET

Christophe

BURDIGNIN - 06 16 88 74 59

Accro'Souvenirs

La 8ème Montée de Poche

Bravo aux 90 concurrents !

Le vendredi 26 janvier 2018 avait lieu la 8ème Montée de Poche, épreuve de ski de randonnée nocturne organisée par le Ski-club de la Vallée Verte.

Après deux années d'absence en raison d'hivers sans neige, la montée sèche de la Vallée Verte a fait son grand retour pour le plus grand plaisir des fidèles, des accro's du ski de randonnée et des amoureux de la Vallée Verte et de nature en général. C'est à la frontale que nos 90 participants se sont élancés à l'assaut du sommet du télésiège des Crêtes. Le départ a été donné à 19h30 au pied du Darandet. 650 mètres de dénivelé avalés en 27min et 48 secondes pour le premier homme et 37min et 22 secondes pour la première femme. Le record de l'épreuve n'a pas été battu au cours de cette 8ème édition, en raison peut-être d'une météo peu favorable au départ... Ce qui rend la performance de ces compétiteurs encore plus belle !

Cette année et pour la première fois, la montée était proposée sous deux formats : chronométrée et libre. Ainsi, ce sont 29 amateurs qui ont choisi de s'élancer, hors chronométrage, tout en profitant de l'organisation et de la sécurisation du parcours. Bravo à eux ! La montée de Poche est maintenant une épreuve nocturne incontournable dans le Chablais pour les mordus de ski de rando ! Son succès témoigne de l'engouement pour ce sport. L'initiative de ce format revient à Martial Sauhier, passionné de montagne et de ski alpinisme. Martial nous expliquait que la première édition s'était également déroulée dans des conditions particulières avec trois fois de suite la montée du Darandet, faute d'enneigement suffisant ! Les connaisseurs apprécieront l'exploit, le mur du Darandet étant une référence dans la vallée et au delà...

Mais la Montée de Poche, c'est aussi et surtout plus de 55 bénévoles motivés ainsi que le soutien de la station d'Habère-Poche ! Sans eux, pas de montée !! Alors un grand MERCI à tous. Du cuisinier de la désormais traditionnelle tartiflette aux orienteurs, en passant par les chronométreurs et l'accueil à l'arrivée des Crêtes, tous se mettent au service de cette manifestation sportive le temps d'une soirée (et parfois plus !).

Le 26 janvier 2018, les potets ont sonné et raisonné tout au long du parcours éclairé par des flambeaux, pour encourager nos courageux concurrents. Les orienteurs ont donné de la voix tout au long du parcours encourageant les participants du premier au dernier dans une météo difficile. Les skieurs ont pu se réchauffer à l'arrivée avec un thé chaud fort ap-



précié sous une tente montée spécialement pour l'évènement. La soirée s'est poursuivie à la salle polyvalente d'Habère-Poche où les concurrents ont pu partager un repas chaud ! La tartiflette et le potage ont été appréciés. La soirée s'est terminée par les podiums, la remise des récompenses et autres lots (plus d'une quarantaine au total).

Bravo à tous les participants ainsi que les bénévoles et à l'année prochaine pour la 9ème édition !!



Concepteur et fabricant d'appareils électroniques de mesure de précision

Multi dep SAS
DÉPANNAGES - MAINTENANCE
CONTRAT D'ENTRETIEN
Tous brûleurs, fioul, gaz, bois,
chaudières électriques
Régulation automatique de température
Energies renouvelables - Pompes à chaleur - Chaudières à granulés
TELEGESTION
Secteur Genevois-Chablais-Faucigny
Z.A.E - 145 route de Serry
74250 FILLINGES
04 50 36 20 20 - Fax : 04 50 36 23 30
Agence Secteur Pays Mont Blanc
278 avenue St Martin
74700 SALLANCHES
04 50 18 84 69
Fax : 04 50 18 04 48

MAGASIN OUVERT
JEUDI, VENDREDI, SAMEDI
de 8h30 à 12h et 15h à 19h
POISSONNERIE GOY
85 route des Brasses 74250 VIUZ-EN-SALLAZ / 04 50 36 81 36

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

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

Tous transports :
Malades assis
Privés
Gares
Aéroports
Communes de Stationnement :
BOEGE BOGEVE
BONNE VILLARD
HABERE-POCHE
ST JEAN de THOLOME
VIUZ-en-SALLAZ
LULLIN



8ème Montée de Poch'
Ski de randonnée
Classement de l'épreuve



Cl't	Dos.	Nom et prénom	Sexe	Catégorie	Temps	Ecart
1	45	BERNAZ Corentin	Homme	Espoirs	27:48.7	
2	42	BOUTHER Romain	Homme	Séniors	27:58.9	10.2
3	55	GREMAT Raphaël	Homme	Séniors	28:34.9	46.2
4	24	RODRIGUEZ Antoine	Homme	Séniors	29:01.5	1:12.8
5	10	PAGE Jean François	Homme	Séniors	29:13.5	1:24.8
6	41	COMBET Antoine	Homme	Séniors	29:28.1	1:39.4
7	47	DI-TUCCI Vittorio	Homme	Séniors	29:40.1	1:51.4
8	30	CHAVANNE Joris	Homme	Séniors	29:55.7	2:07.0
9	53	VOISIN Tanguy	Homme	Espoirs	30:21.9	2:33.2
10	44	SACHE Florian	Homme	Séniors	30:44.8	2:56.1
11	49	BUINOUD Augustin	Homme	Juniors	31:30.0	3:41.3
12	61	BOSSON Benoît	Homme	Séniors	31:37.6	3:48.9
13	58	DUFOURD Benoît-Gilles	Homme	Séniors	32:27.4	4:38.7
14	54	BAUD Martial	Homme	Séniors	32:46.7	4:58.0
15	52	RAYMOND Denis	Homme	Séniors	32:53.0	5:04.3
16	17	ARPIN Jerome	Homme	Vétérans	33:02.1	5:13.4
17	43	MONNIER Jordan	Homme	Séniors	33:09.2	5:20.5
18	5	MARTIN Benoît	Homme	Vétérans	33:13.1	5:24.4
19	20	ORNON Gregory	Homme	Séniors	33:31.0	5:42.3
20	66	PAYET Jacques	Homme	Séniors	33:36.6	5:47.9
21	65	CHEVALLET Joseph	Homme	Vétérans	33:50.1	6:01.4
22	31	DAL-ZOTTO Ludovic	Homme	Vétérans	34:30.3	6:41.6
23	27	VAUDAUX Eric	Homme	Vétérans	35:07.5	7:18.8
24	32	GARNIER Pierre	Homme	Séniors	35:39.4	7:50.7
25	23	DESFOSSÉZ Benjamin	Homme	Séniors	35:40.6	7:51.9
26	26	ROUSSEAU Manu	Homme	Vétérans	36:05.3	8:16.6
27	69	TIERRICK-ROBBE Pierrick	Homme	Juniors	36:27.0	8:38.3
28	62	BAILLE Antoine	Homme	Séniors	36:56.8	9:08.1
29	50	CALLEIA Aude	Dame	Séniors	37:22.2	9:33.5
30	51	VULLIEZ Alain	Homme	Vétérans	37:56.5	10:07.8
31	56	BRAUD Jean-Christophe	Homme	Vétérans	37:59.0	10:10.3
32	57	PELLET-MANY Clément	Homme	Séniors	37:59.6	10:10.9
33	60	CHENEVAL Valentin	Homme	Espoirs	38:25.1	10:36.4
34	6	GUESARAOUI Boualem	Homme	Vétérans	38:47.2	10:58.5
35	3	SIMOND Lionel	Homme	Vétérans	39:30.6	11:41.9
36	63	GINOD Thomas	Homme	Séniors	39:51.4	12:02.7
37	7	AZARIOZ Benjamin	Homme	Espoirs	40:01.4	12:12.7
38	29	SERASSET Maxime	Homme	Séniors	40:17.1	12:28.4
39	68	SAULNIER Martial	Homme	Vétérans	40:18.5	12:29.8
40	9	DEVILLE Damien	Homme	Séniors	40:29.5	12:40.8
41	33	HYACINTHE Jean-Noël	Homme	Vétérans	40:31.4	12:42.7
42	16	REY Tom	Homme	Cadets	40:46.7	12:58.0
43	4	DESJARDINS Sophie	Dame	Séniors	41:06.7	13:18.0
44	46	GLEZ Véronique	Dame	Séniors	41:49.1	14:00.4
45	28	BORNET Christophe	Homme	Vétérans	42:12.8	14:24.1
46	22	ROULLIER Philippe	Homme	Vétérans	42:16.6	14:27.9
47	14	LEVALLOIS Pierre	Homme	Séniors	42:27.3	14:38.6
48	8	LAPLACE Jean-Luc	Homme	Vétérans	43:16.1	15:27.4
49	59	BOUTHER Cédric	Homme	Vétérans	43:35.2	15:46.5
50	64	PATHOUX Clément	Homme	Séniors	43:49.1	16:00.4
51	13	RAINE Sébastien	Homme	Séniors	46:08.5	18:19.8
52	67	AUGSBURGER Emile	Homme	Juniors	46:08.9	18:20.2
53	40	DUPRAZ ROLLIN Didier	Homme	Vétérans	47:43.0	19:54.3
54	39	BURKI Bruno	Homme	Vétérans	47:43.6	19:54.9
55	34	DURET Xavier	Homme	Vétérans	48:06.3	20:17.6
56	12	PICAUD Sébastien	Homme	Séniors	48:30.4	20:41.7
57	25	BURNICHON Pierre Sébastien	Homme	Vétérans	51:30.8	23:42.1
58	1	LETHENET Thibault	Homme	Séniors	53:41.8	25:53.1
59	2	PEYREAU Ludovic	Homme	Séniors	53:42.6	25:53.9
60	48	GOTZ Lou	Dame	Séniors	53:45.7	25:57.0
61	38	BURKI Céline	Dame	Vétérans	54:49.1	27:00.4

Merci à la station des Habères, la commune d'Habère-Poche, le département de la Haute-Savoie et nos sponsors que sont Go Sport à Etrémbières, Mountain-Service à Thonon-Bains et les Eaux Minérales de Thonon. Rendez-vous l'an prochain.

Cette année le comité d'organisation a gâté les 90 participants avec 44 lots remis aux vainqueurs de chaque catégorie, aux meilleurs temps scratch masculin et féminin et par tirage au sort parmi tous les participants à une épreuve. La valeur totale des lots mis en jeu s'est élevée à 1850 euros dont deux paires de ski de rando pour le et la plus rapide chez les hommes et chez les dames (voir photo ci-contre). Parmi les autres lots figuraient une paire de raquettes, une paire de peau de phoque, une paire de bâton, une lampe frontale ou encore des heures de location et/ou de cours de paddle ou planche à voile et des bouteilles de champagne.



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

26/01/2018 / Habère-poche Le 26/01/2018 à 20:57 / Page 2/2
TAGHeuer Vola Timing (www.vola.fr) / Msports Pro 2.09 Yoann MOLLIER



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

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

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 BOËGE

CHENEVAL SAS
CHARPENTE



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

Accro'Agenda

Samedi 24 février 2018

La Ballavaude

Caisse des Remontées Mécaniques des Mouilles à 16h00,

SAM. 24 FÉV.-20H

MUSIC = The = BIERES
Rock'n Poche Pub



Bar éphémère

Mercredi 21 février 2018

Critérium de saut



Critérium régional de saut à ski sur le tremplin K25 du Bois Noir à Habère-Poche.

Catégories U10-U12-U14.

www.skiclub-valleeverte.org

Rendez-vous nordique annuel et incontournable des 2 Savoie, cette journée est dédiée aux activités nordiques : ski nordique, biathlon, raquettes, fatbike, formation sécurité, construction d'igloos...

Le Foyer des Moises, en partenariat avec Haute-Savoie Nordic, accueillait pour la 1ère fois le Festi'Nordic le Samedi 20 Janvier 2018. Accessibles gratuitement, les ateliers de découverte étaient proposés avec un prêt de matériel pour une initiation dans des conditions optimales.

Les différents ateliers ont été encadrés bénévolement par des accompagnateurs en montagne de la Vallée Verte, des moniteurs de l'ESF de la Vallée Verte et des moniteurs VTT des Moises. L'Office de Tourisme des Alpes du Léman était également présent en soutien à l'accueil des participants à cette journée. Le point chaud restauration fut assuré par le Ski Club Vallée Verte.



Malgré une météo tempétueuse sur le Plateau des Moises dès la mi-journée, plus de 250 personnes ont participé aux ateliers proposés.

Ce fut également l'occasion de faire découvrir ou redécouvrir le site nordique des Moises et son Foyer récemment rénové.

Toute l'équipe du Foyer des Moises a travaillé étroitement avec Haute-Savoie Nordic pour faire que cette journée soit conviviale et réussie. Ce fut le cas ! Participants et organisateurs ont été ravis et évoquaient déjà un rendez-vous en 2019. A suivre

Samedi 7 juillet 2018

Nuit des Hiboux



18^{ème} édition

Très belle descente libre en VTT le long de la Menoge (de Habère-Poche à Saint-André) avec repas.

www.nuitdeshiboux.com

Dimanche 26 août 2018

Vallée Verte Bike Tour



3^{ème} édition

Randonnées pédestres et VTT avec circuits de 10 à 70km, repas et animations.

www.vallevertetiketour.com

TOUTE L'ALIMENTATION ANIMALE

Etablissements DÉGERINE

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

RÉSO IMMOBILIER

DERVIEUX DOMINIQUE, VOTRE CONSEILLERE 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)

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

Aramis conseil

Société d'Expertise Comptable

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

Cours de danse
Stages
Soirées dansantes
Démonstrations

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

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

OPTIMHOME immobilier

Jean-Claude DENIS

Conseiller en Immobilier Haute-Savoie
jeanclaudio.denis@optimhome.com
www.denisj.optimhome.com

Agent commercial - RSAC : 480 985 795 THONON

VAUDAUX SPORTS

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

Accro'études

Coupe du monde de biathlon au Grand Bornand

Des nouvelles de la section ski du collège de Boège



Les 12 et 17 décembre dernier, la Haute-Savoie a accueilli la Coupe du monde de biathlon au Grand-Bornand, un spectacle que les jeunes de toutes les classes de la section ski du collège Jean-Marie Molliet n'auraient pas voulu manquer. Le Conseil Départemental de la Haute-Savoie avait invité plus de mille collégiens, une occasion unique de partager un grand moment de ski et de vibrer en encourageant les plus grands champions du circuit mondial.



Retour sur une très belle performance - Championnats de France UNSS Excellence Ski Alpin - Auron - 21/24 Janvier 2018

Marie Laure Place, Simon Wallart, Matisse Desvaux (tous trois membres de notre Ski-Club) et Laly Pellet (ASPTT Annemasse) ont participé aux Championnats de France UNSS Excellence de ski alpin qui se sont déroulés du 21 au 24 Janvier 2018 sur la station d'Auron, dans les Alpes du sud.

La première épreuve était un slalom géant en deux belles manches d'une minute environ. L'équipe se classe à la 10ème place / 19, en embuscade pour la suite de ce championnat. Signalons les très belles places de Marie Laure et Simon, 12ème /38, au total des 2 manches.

La deuxième journée se composait d'un slalom parallèle en plusieurs matches à enchaîner. Lors du premier match, la victoire face à Villard de Lans, 7ème du géant, leur ouvre les portes du haut de tableau. S'ensuit une défaite logique face à Bourg d'Oisans qui terminera à la deuxième place de ce championnat de France.

La suite des rencontres s'est déroulée en nocturne sur le bas de la station, avec une victoire face à Gex dans un premier temps, avant le match de classement pour la 5ème et 6ème place, face à notre plus proche voisin, Taninges. Grosse ambiance dans la raquette d'arrivée, avec les profs de chaque équipe côte à côte et qui vibrent au fil du relais qui opposent les deux collèges.

Un relais qui s'avèrera très disputé et que Boège remporte d'un cheveu!

Une 5ème place sur ce parallèle donc, qui permet une belle remontée et la 7ème place au classement général.



BAR • RESTAURANT
Les Habères

Chez Sophie et Serge
Tél. 04 50 39 55 70
74420 Habère-Poche

Stéphanie RAVAUX
Opticienne diplômée
Prof optique
RACONTEZ - 104 Rés du Pont de Fillings
NOUS 74250 FILLINGES
VOTRE VUE 04 50 36 41 96
stephanie@profoptique.com

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

Daniel TINGAUD
VENTE GESTION SYNDIC DE COPROPRIETE
agenceimmobileredesvallees@orange.fr
www.immobileredesvallees.fr
4 Rue de la Menoge
74420 BOEGE
AIDV74
Agence Immobilière des Vallées

AGENCE IMMOBILIERE DES VALLEES BOEGE
04 50 31 88 13 mob 06 31 41 36 66

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
N° ORIAS : 12 066 660
www.oriass.fr
ACPR : 61, rue Talibout
75436 Paris cedex 09
Tél. : 04 50 03 31 55
Fax : 04 50 03 35 87
h974191@agents.allianz.fr

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 - Débitrage - Diagnostic conduits
Travaux fumisterie - Industrie & Particuliers
04 50 43 11 11

FONDATION RIPAILLE

Accro'C'est aussi

Les pistes de ski de la station d'Habère-Poche

Avec ses 600 m de dénivellé et ses 25 kilomètres de pistes, desservies par 9 remontées dont 3 télésièges, le village d'Habère-Poche offre un potentiel skiable très attrayant tout en préservant le cadre familial qui le caractérise. Saurez-vous, à l'aide des photos qui vous sont proposées, reconnaître la piste que vous empruntez ainsi que le nom qu'elle porte ? Celui-ci est indiqué sur le plan des pistes de la station et une charade, située vers chaque photographie facilitera votre recherche.



PHOTO 5

Mon premier sert à tromper pour attirer
 Mon deuxième est une ville de Normandie dont le maire est dénommé grossièrement
 Mon troisième est fait par l'architecte



PHOTO 6

Mon premier est un ancien loup
 Mon deuxième se met dans la cheminée
 Mon troisième est une couleur



PHOTO 7

Mon premier est une bière belge
 Mon deuxième est un sentiment déshonorant
 Mon troisième est un sentiment d'hostilité très prononcé



PHOTO 8

Mon premier est le contraire de beau
 Mon deuxième est une petite étendue d'eau
 Mon troisième est un petit monticule

PHOTO 1

Mon premier est une rivière d'Ariège et de Haute-Garonne
 Mon deuxième est une chaîne de montagnes
 Mon troisième s'exprime en nombre d'années



PHOTO 2

Mon premier est le nom de la largeur d'une bande de papier peint
 Mon deuxième est un insecte



PHOTO 3

Mon premier est une ancienne station spatiale russe
 Mon deuxième est un affluent de la Saône



PHOTO 4

Mon premier est un reptile
 Mon deuxième est le lieu où se tient un marché couvert

* réponses dans le prochain numéro

Thonon-les-bains

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

www.culturevelo.com

CULTURE
vélo
 des vélos et des hommes®


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


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

La Quincaillerie de Boège
 Quincaillerie - Cadeaux - Bricolage

 Rue de Carraz 74420 Boège
 04 50 39 18 25
 laquincailleriedeboege@orange.fr


TSL
TSL SPORT EQUIPMENT

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

GO SPORT
VIVONS SPORT

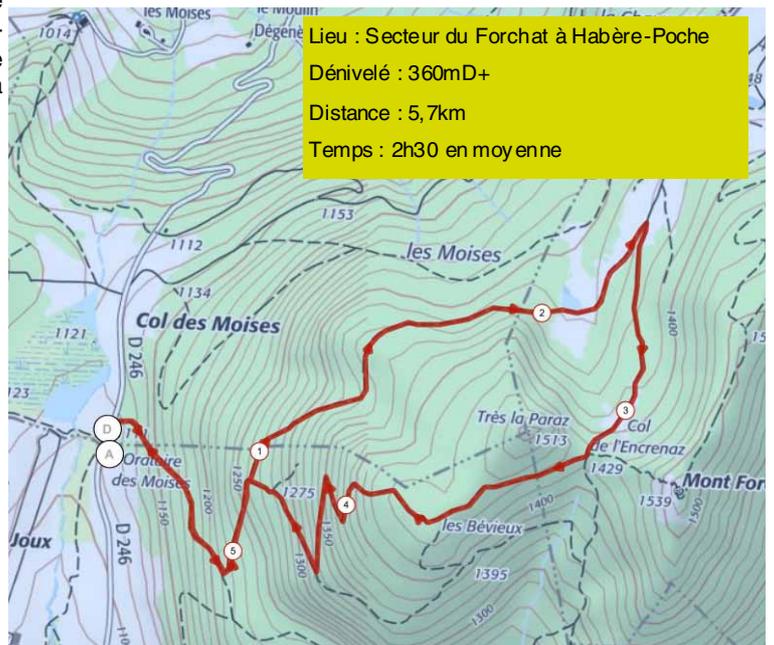
Accro'Rando

Un petit tour en pleine nature

Nous vous proposons dans ce 3^{ème} numéro une randonnée dans le secteur du Forchat en empruntant un chemin fraîchement ré-ouvert. Cette balade peut être parcourue soit à pied l'été, soit en raquettes ou skis de randonnée l'hiver.

Vous démarrerez cette balade en partant du petit parking du plateau des Moises à côté de l'oratoire, à la hauteur du bout de la piste de vol à voile. À partir du parking prendre le chemin de l'autre côté de la route en direction du Forchat, direction Très le Mont. Une petite montée régulière sur ce chemin jusqu'au premier carrefour pour prendre sur la gauche, le chemin montant. Vous monterez jusqu'à une large épingle sur la droite, à cet endroit prenez le petit chemin sur la gauche. Cette portion sera à découvert sur quelques centaines de mètres avec une magnifique vue sur le bassin lémanique, puis le chemin rentre dans les bois. Le chemin vous emmènera en direction du plateau de Très le Mont par le côté nord du Bévieux, largement au-dessus du hameau de 'Sur le Mont', vous passerez par un dévers de quelques centaines de mètres avant de ressortir du bois pour arriver au bout des prairies de Très le Mont. Vous verrez alors sur votre droite le sommet du Forchat. Suivez le chemin dans la prairie qui monte légèrement sur votre gauche pour vous retrouver sur le chemin qui vient de Très le Mont et menant au col de l'Encrenaz. Prenez alors la direction du col de l'Encrenaz.

Une fois arrivé au col, vous serez à un carrefour avec 4 directions possibles, celui que vous avez emprunté, un chemin menant au Forchat sur la gauche, tout droit le chemin menant aux Granges Mamet coté Habère-Poche et à droite un chemin légèrement montant prenant la direction du sommet du Bévieux. Prenez ce dernier jusqu'à vous retrouver dans une très belle clairière, gardez le chemin en face de vous légèrement sur la droite commençant à descendre en direction du col des Moises. Ce sentier descendant débouchera sur un chemin un peu plus large après quelques centaines de mètres. Prenez ce chemin forestier à droite, où vous trouverez le long de la descente, le carrefour par lequel vous êtes passés sur la voie de départ. Suivez ce chemin que vous avez emprunté lors de la montée pour vous trouvez de nouveau au parking.



SARL Jacques-Vuarambon
Denis

PEINTURE
PAPIERS PEINTS
FAÇADES
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

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

ESPRIT MONTAGNE
MEUBLES - DÉCORATION - CADEAUX

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

Le Chêne & le Roseau
Arboriste grimpeur

Elagage - Taille et soins aux arbres, arbustes et fruitiers
Abattages délicats - Plantations raisonnées
Entretien - Conseils ...
Guillaume Faucher
06 32 51 50 86
74420 St André de Boège

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

Accro'Ski

Nos jeunes à l'affiche

A mi-saison, toute l'équipe du ski-club de la Vallée-Verte souhaite féliciter tous les jeunes du club pour les progrès réalisés et pour les bons résultats déjà obtenus avec une pensée toute particulière pour nos trois blessés, Louise, Charlotte et Simon à qui nous adressons tous nos vœux de bon rétablissement en espérant les revoir très vite parmi les meilleurs.



Réponses du numéro précédent, il s'agissait des églises des villages suivants :

Photo 1 : Villard

Photo 2 : Saxel

Photo 3 : Habère-Poche

Photo 4 : Saint-André

Photo 5 : Bogève

Photo 6 : Burdignin

Photo 7 : Habère-Lullin

Photo 8 : Boège



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 mai 2018

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 Converset
Trésorier : Franck Blanc
Secrétaire : Bruno Lab

Bloc-note

Le numéro 3 d'Accro'Ski (février 2018) 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

Nadège CHAPON
Sylvie COULOMB
Christelle PASQUIER
Marie-Catherine SOUCHAUD
Franck BLANC
Jérôme BURNICHON
Valentin CHENEVAL
Bertrand CONVERSET
Nicolas GASQUET
Bernard MOGUEROU
Yoann MOLLIET
François PASQUIER