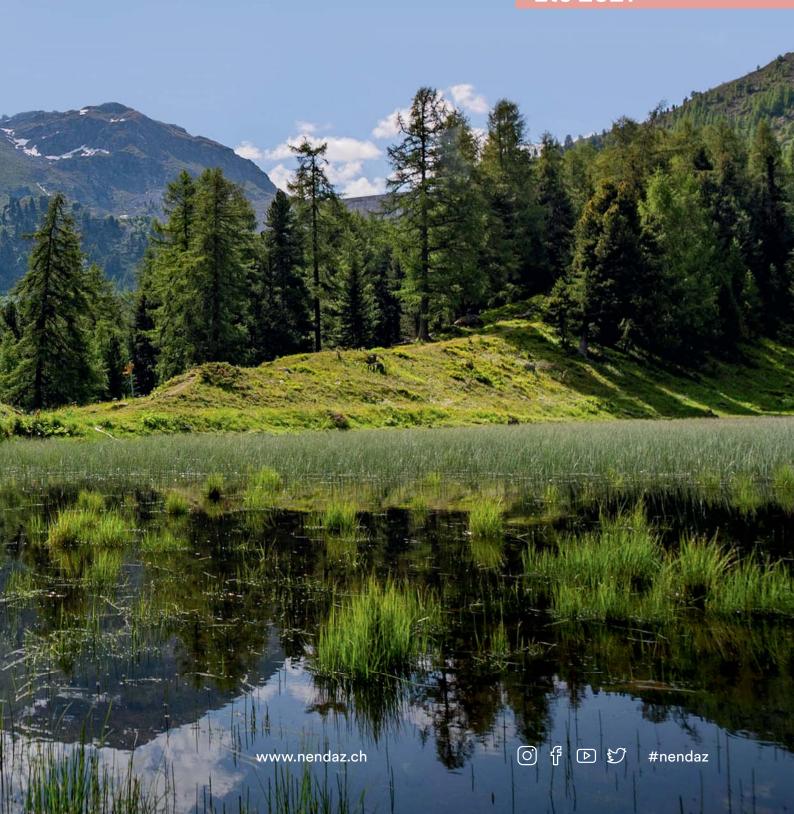


# Dossier de presse

Été 2021



# Edito Nendaz, le bon choix!

Si l'hiver, Nendaz est apprécié pour ses 400 km de pistes au cœur du domaine des 4 Vallées, l'été, notre destination attire les amoureux de la nature, qui la parcourent à pied, en VTT ou en télécabine! Ses huit bisses, canaux d'irrigation historiques toujours en fonction pour six d'entre eux, constituent des balades au fil de l'eau très agréables avec leurs chemins ombragés à très faible dénivelé. Au total, 250 km de randonnées sont proposés entre vieux village, alpages, forêts, pierriers, moyenne et haute montagne: de quoi varier les plaisirs! Plusieurs remontées mécaniques tournent à la belle saison pour donner au plus grand nombre la chance d'atteindre les sommets et d'admirer de somptueux paysages. S'il fallait n'en retenir qu'un, ce serait le Mont-Fort à 3330 mètres d'altitude avec son panorama à couper le souffle sur les Alpes, et notamment sur le Cervin et le Mont-Blanc. Les amateurs de la petite reine s'en donnent également à cœur joie grâce aux 200 km d'itinéraires VTT balisés. Avec l'arrivée de l'e-bike, ces derniers sont devenus accessibles à tout un chacun. Que les épicuriens se rassurent, les 35 restaurants et bars de la commune sauront ravir leurs papilles et étancher leur soif. Les familles se sentiront comme à la maison: tout y est prévu pour combler parents et enfants, de la garderie aux places de jeux, en passant par des chasses au trésor et des animations variées. Nendaz est une station à taille humaine, chaleureuse, avec une vie locale riche et une authenticité préservée. Entre dégustation de produits du terroir et découverte du cor des Alpes, l'hôte est invité à plonger dans nos traditions. De plus, il profite d'infrastructures de qualité, avec magasins, pharmacies et centre médical ouverts à l'année. À vos marques, prêts... bonne découverte!

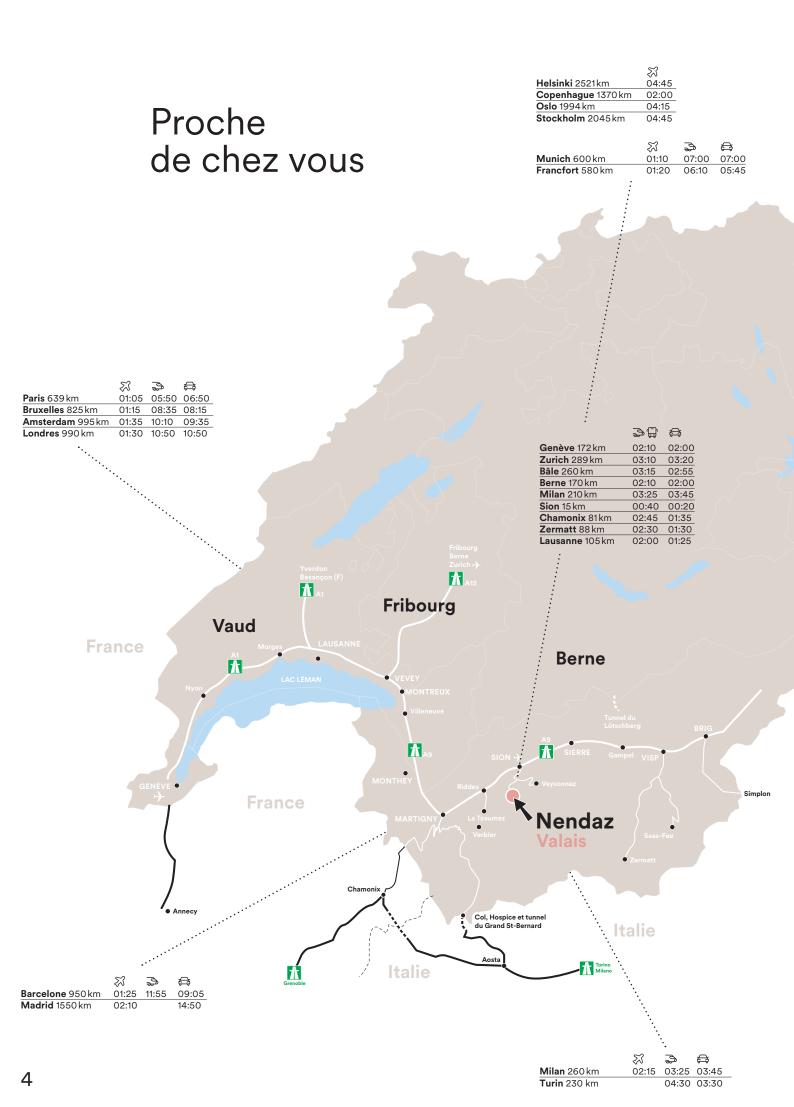
**Baptiste Constantin**Directeur de Nendaz Tourisme baptiste.constantin@nendaz.ch

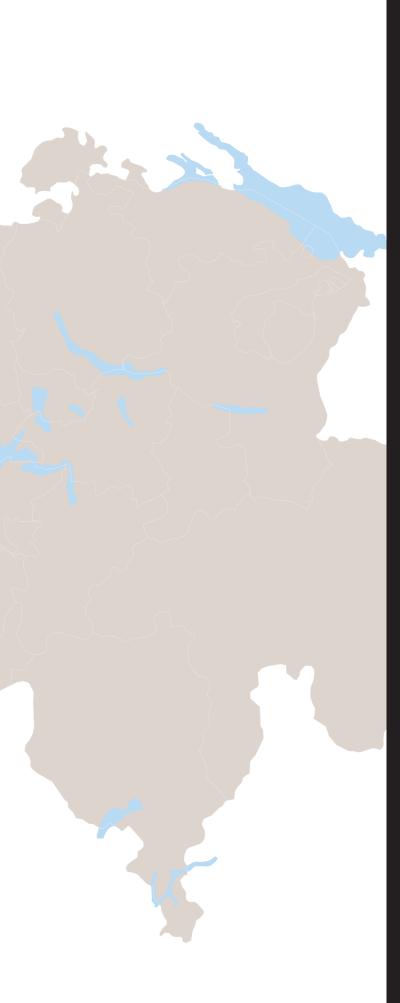


# Sommaire

- 4 Proche de chez vous
- 6 Quoi de neuf
- 7 En quelques chiffres
- 8 Top event
- 10 Des paysages à couper le souffle
- 11 Le Mont-Fort 3330 mètres
- 12 Des randonnées à l'infini
- 13 Des sentiers à thèmes
- 14 Paradis des familles
- 16 Expérience Famille : sentier panoramique
- **17** VTT
- 18 Le plein d'activités
- 20 Un été très animé
- 21 Expérience Nature : la vie des marmottes
- 22 Un riche patrimoine
- 23 Expérience Patrimoine: la vie sur l'alpage
- 24 La capitale du cor des Alpes
- 25 L'art de vivre
- 26 L'hiver à Nendaz
- 27 Contacts







# Accès



Atterrissage aux aéroports de Genève, Zurich, Milan, Bâle,





Arrivée à la gare de Sion reliée à toutes les régions de la Suisse et à toutes les capitales européennes puis trajet en bus jusqu'à Nendaz. Horaires sur www.cff.ch



Sortie «Sion-Ouest» de l'autoroute A9 à 15 km de Nendaz

#### **Navettes**

Des navettes sont proposées pour accéder rapidement et facilement à de nombreuses balades au cœur de la nature.

Elles relient ainsi, du 15 mai au 31 octobre 2021, Haute-Nendaz à:

- Siviez (navettes ou CarPostal selon les dates)
- Veysonnaz

# L'Easy Card

L'Easy Card donne accès à tous les transports publics du Valais, pour un total de 1100 km de routes qui s'ouvrent à nos hôtes au départ de Nendaz! Elle offre également 50% de rabais sur plus de 40 activités, dont les navettes de l'été et les cours de tir à l'arc à Nendaz.

www.cff.ch www.carpostal.ch



# Quoi de neuf?



# Sentier de la vache d'Hérens

Savez-vous comment on fabrique le fromage?
Avez-vous déjà essayé la traite à la main, comme autrefois?
Savez-vous pourquoi les vaches luttent ou à quoi servent
leurs sonnettes? Le sentier de la vache d'Hérens, fun
et ludique, propose à travers 6 jeux répartis autour de l'alpage
de Tortin de répondre à toutes ces questions et d'en apprendre
plus sur cette race emblématique de notre région. D'une
longueur de 6 km, il est destiné aux familles et est inauguré
durant l'été 2021.

### Sentier du Déserteur

Charles-Frédéric Brun, surnommé le Déserteur, est arrivé à Nendaz au milieu du 19e siècle. Il troquait ses tableaux colorés contre des repas. Il a vécu en SDF avec la peur des gendarmes, se cachant entre Nendaz et le val d'Hérens, jusqu'à sa mort en 1871. Pour marquer les 150 ans de sa disparation, un sentier thématique, inauguré en juin 2021, retrace l'histoire de ce personnage emblématique de l'histoire nendette à travers une balade entre Haute-Nendaz, Basse-Nendaz et Saclentse.

#### Le CUBE

Le CUBE, c'est une occasion unique de passer une nuit hors du temps loin, seul au cœur d'une nature verdoyante qui surplombe vallée. Cette chambre mobile, autonome et moderne créée par des artisans valaisans regroupés au sein du Bureau des Métiers, s'installe à Combatseline à 2238 mètres d'altitude du 19 juin au 19 septembre 2021. Le forfait inclut la nuitée avec petit déjeuner, activités de l'alpage, location de vélos électriques, test-drive, montée/descente en télésiège et taxe de séjour.

# Ouverture élargie des remontées mécaniques

Une amélioration continue de l'offre touristique estivale et automnale figure parmi nos priorités. C'est pourquoi Nendaz propose, cet été, une ouverture élargie des installations reliant Siviez à Combatseline et Haute-Nendaz à Tracouet, qui correspond à 32 jours d'exploitation supplémentaires!

#### Week-ends E-Bike

Avez-vous déjà testé l'e-bike? Notre offre est l'occasion rêvée pour (re)tenter l'expérience. Le samedi matin, à votre arrivée, vous pourrez déposer vos bagages, recevoir un pique-nique puis vous équiper pour votre tour en e-bike. Vous arpenterez ensuite toute la journée les itinéraires de votre choix à votre rythme et selon vos envies. Vous profitez ensuite d'un succulent repas le soir et d'une dégustation de vins et de produits du terroir le lendemain.

# En quelques chiffres

Provenance des propriétaires de résidences secondaires\*

75% Suisse
 Suisse
 75% Suisse
 7

**7%** Royaume-Uni

■ 6% Belgique

4% France

3% Allemagne

■ 3% Autres

**2.5%** Pays-Bas

Provenance de nos hôtes (accueillis dans les hébergements professionnels)\*

62.4% Suisse

■ 8.9% Belgique

6.7% Allemagne

**5.7%** Pays-Bas

**11** 4.6% France

**4.0%** Royaume-Uni

**■ 7.7%** Autres



# En bref, Nendaz c'est...

Un territoire qui s'étend de **492 à 3336 mètres d'altitude** 

Une station touristique, Haute-Nendaz, de plus de **22 000 lits** 

Une commune d'une **quinzaine** de villages

#### 6752 habitants

sur l'ensemble de la commune

#### 2075 habitants

à l'année à Haute-Nendaz

### 00

# Hébergements

Hôtels et auberges 320 lits Logements de groupes 340 lits

Appartements et chalets 22 000 lits (dont 6000 en location)

Cabanes 90 lits Chambres d'hôtes 80 lits

#### Particularité de la destination

Elle compte peu d'hôtels. La grande majorité des nuitées sont réalisées dans des résidences secondaires soit par leurs propriétaires très fidèles à Nendaz, soit par des locataires à la semaine ou à la saison. De ce fait, les nuitées sont difficiles à estimer puisque ne passant pas forcément par le biais d'agences.



## Résultats touristiques\*

- +9.5% de nuitées commerciales (dans les hébergements professionnels tels que hôtels, auberges, chambres d'hôtes, logements de groupes et agences de location)
- -64.5% de nuitées commerciales en mars et -92% en avril en raison de la pandémie de Covid-19
- +43.5% de nuitées commerciales entre le 1er juin et le 30 septembre

#### Répartition des nuitées par saison:

56.9% en hiver, 31.7% en été et 11.4% en automne

\* pour la dernière année touristique, soit du 01.11.2019 au 31.10.2020

<sup>\*</sup> pour la dernière année touristique, soit du 01.11.19 au 31.10.20

# Top Events

Sous réserve de l'évolution de la pandémie de Covid-19 et des mesures sanitaires y relatives

# Exposition de photos animalières le long des bisses

#### Juin à octobre

Des photographies, imprimées sur des bâches d'environ trois mètres sur trois mètres, sont exposées dans la forêt le long d'un itinéraire tracé entre le bisse du Milieu et le bisse Vieux. Elles ont été réalisées par des photographes animaliers de la région. Une chasse au trésor pour les enfants est également organisée sur ce parcours.

#### Nuit de la randonnée

#### 26 iuin 2021

Les promeneurs sont invités à enfiler leurs chaussures au coucher du soleil pour découvrir nos paysages au clair de lune. La balade est guidée et agrémentée d'un casse-croûte et de légendes au coin du feu.



## **Peppiland**

#### Du 16 juin au 4 juillet 2021

Ce parc itinérant de châteaux gonflables fait le bonheur des enfants. 2000 m² pour s'amuser, sauter et courir!

# Clean-Up Tour

#### 4 iuillet 2021

En partenariat avec l'ONG Summit Foundation, une opération de ramassage de déchets est mise sur pied sur le domaine skiable de Nendaz et Siviez.

### Marchés nendards

#### Annulation en raison de la crise sanitaire

En été, le mercredi les rues de Nendaz s'animent: stands, animations, produits du terroir et artisanaux.

#### Lever de soleil

#### 10, 17, 22, 24, 31 juillet, 5, 7, 12, 14 et 21 août 2021

Assister à un lever de soleil à 3'330 mètres d'altitude, avec vue sur les sommets les plus emblématiques des Alpes (Cervin, Mont-Blanc, Dent Blanche, etc.) est un moment privilégié de plénitude.

#### Trésors du ciel

#### 16 et 30 juillet, 20 et 27 août 2021

Vivez un moment magique en altitude, qui combine dégustation de raclette valaisanne à volonté et observation du ciel en compagnie de passionnés d'astronomie.

# Festival de guitare classique

#### 16, 23, et 30 juillet, 6 et 13 août 2021

Des concerts de virtuoses internationaux sont proposés dans le cadre intimiste d'une jolie chapelle de montagne à l'acoustique exceptionnelle.

# Valais Drink Pure Festival de cor des Alpes

## 24 et 25 juillet 2021

Ce grand rassemblement de joueurs de cors des Alpes est aussi habituellement une véritable fête populaire. Cette année, Covid-19 oblige, il se concentrera sur ce qui faisait son essence lors de sa naissance il y a 20 ans: le concours de cor des Alpes.

#### Fête nationale

#### 1er août 2021

Vivez la Fête nationale suisse à la montagne.

#### Tour des Stations

#### 7 août 2021

L'événement se distingue en proposant un défi unique au monde: se mesurer en une seule journée au dénivelé de l'Everest! Cette course de vélo de route qui relie les stations de la région propose trois parcours répondant aux caractéristiques des Marmotte Granfondo Series (avec des distances de 220 km, 140 km ou 50 km et 7'400 mD+, 4'700 mD+ ou 2'000 mD+).



# Nuit des étoiles filantes

#### 12 août 2021

Dans un cadre naturel préservé, loin des lumières de la station, observez les étoiles filantes avec une équipe de passionnés d'astronomie et dégustez un délicieux repas au Chalet des Alpes à Prarion.

# Verbier E-Bike Festival by Nendaz

### 12, 13, 14 et 15 août 2021

Nendaz participe à cet événement avec trois parcours découverte dont une rando gourmande et un nouvel itinéraire mystère à explorer sous forme de jeu.

## **Grand Raid**

## 21 août 2021

Le Grand Raid BCVs est une course de VTT qui relie Verbier à Grimentz (125 km et 5'000 m de dénivelé). Trois autres départs, le long du parcours, sont donnés, dont un à Nendaz.

## Nendaz Trail

#### 28 août 2021

Le Nendaz Trail propose aux coureurs et aux marcheurs trois boucles, de 16 km, 30 km et 70 km, au départ de Haute-Nendaz dans un cadre naturel d'exception. La course traverse quatre communes environnantes: Nendaz, Isérables, Hérémence et Vex.

# Rallye international du Valais

#### 21, 22 et 23 octobre 2021

Le Rallye international du Valais est de retour pour sa 61<sup>e</sup> édition qui s'annonce riche en émotions et en grands moments sportifs. Il sera de passage à Nendaz le 22 octobre.

www.nendaz.ch/agenda

# Des paysages à couper le souffle

Lors d'un séjour à Nendaz, il y a des lieux d'exception à ne pas louper de par leur panorama, la sérénité qui en émane et, simplement, le spectacle offert par la nature. En voici un aperçu, loin d'être exhaustif.



## Tracouet / Dent de Nendaz

Tracouet, à 2200 m d'altitude, est facilement accessible par télécabine. Lieu de départ de nombreuses balades, ce site au décor enchanteur vaut le détour en soi avec son panorama vertigineux sur la plaine du Rhône, son lac de montagne, son restaurant et sa place de jeux pour les enfants. Petit conseil pour les plus motivés: prendre encore un peu plus de hauteur en montant jusqu'à la Dent de Nendaz.

# Cleuson / Lac du Grand Désert

Le barrage de Cleuson constitue un excellent but de promenade notamment pour ses eaux turquoises. Au bord du lac de Cleuson, à près de 2200 m d'altitude, se trouve la charmante petite chapelle Saint-Barthélémy, la plus haute de la commune. La vue qui s'y offre est imprenable. Les plus sportifs longeront le lac de Cleuson, poursuivront leur balade sur un chemin de montagne avant d'arriver au lac du Grand Désert au cœur d'un univers minéral dépaysant.

# Le Jardin japonais

Le Jardin japonais, ainsi nommé pour sa ressemblance avec un jardin aménagé, fait la joie des promeneurs. Ce magnifique site, entièrement naturel et totalement unique dans la région, possède un écosystème spécifique. L'eau qui coule dans les innombrables méandres en fait un lieu fort apprécié des familles.

#### Les mélèzes de Balavaux

Le pâturage de Balavaux, sis sur la commune d'Isérables, regroupe plus de 250 mélèzes âgés de 300 à 1000 ans, dont certains se classent parmi les plus gros d'Europe. L'un d'entre eux, dont la circonférence est de 14,6 mètres, détient peut-être la première place! La meilleure période pour les découvrir: l'automne, lorsqu'ils revêtent leurs habits de lumière.



#### Pass Altitude

Ce passeport de 3 à 12 jours à la carte, valable durant toute la saison d'été, vous permet de profiter des installations de Nendaz et Veysonnaz à un tarif fort avantageux.



www.passaltitude.ch

# Le Mont-Fort / 3330 mètres

Imaginez-vous à 3300 m d'altitude face à une vue éblouissante sur les plus beaux sommets alpins. Une aventure en soi à laquelle on peut ajouter une dose d'adrénaline grâce à différentes activités.

# Un panorama d'exception

Du Mont-Fort, à 3330 mètres d'altitude, vous profitez d'un panorama à 360° sur les montagnes les plus illustres des Alpes, du Cervin au Mont-Blanc en passant par le Grand Combin. Un véritable décor de carte postale!

## Un accès facile

En été comme en hiver, le Mont-Fort est facilement accessible depuis Siviez, via le télésiège de Tortin puis les téléphériques des Gentianes et du Mont-Fort.

# Une tyrolienne

Une vitesse de pointe à plus de 100 kilomètres/heure et un départ à 3300 mètres d'altitude font d'elle une tyrolienne unique! Vous vous élancez de l'emblématique Mont-Fort en direction du col des Gentianes survolant ainsi le glacier de Tortin sur une distance de 1.4km et un dénivelé de 323 mètres. Sensations fortes garanties!



# Deux via ferratas

Deux via ferratas, de deux niveaux de difficulté différents, partent des Gentianes pour une arrivée à plus de 3000 mètres qui vous procurera à coup sûr une belle émotion.

## Une via cordata

Alternative à une montée en téléphérique: la via cordata, un mix de randonnée, d'escalade et d'alpinisme. Des points d'ancrage facilitent la progression dans la paroi et des points d'aide permettent une escalade facilitée dans les passages les plus techniques. Un parcours recommandé aux alpinistes confirmés ou aux personnes en bonne condition physique accompagnées d'un guide.

#### L'Igloo

Au menu, de la petite restauration dont la plus haute fondue d'Europe qui se déguste en profitant d'une vue incroyable. N'hésitez pas à commander la spécialité de la maison: le Swiss Rock Café, composé de douce d'Abricotine, sucre de canne, expresso et crème chantilly.

#### **♥** Coup de cœur

## Lever du soleil au Mont-Fort

Assister à l'apparition des premiers rayons du soleil du sommet du Mont-Fort : un spectacle grandiose qui récompense largement ceux qui auront le courage de sortir de leur lit avant l'aurore.
À qui souhaite prolonger le plaisir, il est proposé un cours de yoga.

# Des randonnées à l'infini

Nendaz propose 250 km de balades balisées, à travers prairies et forêts, vers les sommets ou encore le long des bisses. Cette diversité de paysages et de niveaux saura répondre aux envies de chacun.

## Dans les villages

- Écluses-Bermouche: un tour de la station avec un passage vers le point de vue de l'Antenne.
- Vieux village: à la découverte des petites ruelles, des raccards et greniers, de la chapelle de Saint-Michel construite au XV<sup>e</sup> siècle ou encore du Moulin du Tsâblo
- Siviez places de pique-nique: une courte balade le long de la Printse qui mène à un coin, équipé de tables et d'un foyer, idéal pour passer une journée d'été
- Antenne Dzoc d'En Bas: une promenade à deux pas de la station mais avec l'avantage d'être en plein cœur de la nature
- Promenade des villages: une boucle à travers plusieurs villages de la commune dont Saclentse et Basse-Nendaz.





# Le long des bisses

Nendaz compte huit bisses, ce qui représente un réseau unique de près de 100 km. Creusés dans le sol, taillés ou suspendus dans des parois rocheuses entre 1435 et 1876, ils sont des témoins du combat des Nendards pour lutter contre la sécheresse et, de manière plus générale, de notre histoire. Six d'entre eux sont encore en eau. Étagés entre 700 et 2300 mètres d'altitude, ils font le bonheur des randonneurs de tous âges: les sentiers les longeant constituent des promenades au fil de l'eau prisées, car non motorisées, peu inclinées, ombragées et riches en panoramas.

#### En altitude

- Lac du Grand Désert: une randonnée pour marcheurs expérimentés qui vous mène jusqu'à ce charmant lac de montagne qui se trouve au pied de la Rosablanche dans une atmosphère minérale atypique
- Dent de Nendaz: depuis Tracouet, une randonnée qui vous mène à ce sommet relativement accessible à toute personne qui a le pied sûr et non sujette au vertige
- Col des Gentianes: une randonnée exigeante de 1600 m de dénivelés à travers des paysages alpins des plus dépaysants.





🖒 Le bon plan

Nendaz Trekking

Le Nendaz Trekking, c'est un tour pédestre « clé en main ». Il propose au randonneur de passer 3 ou 4 jours au cœur de la montagne entre Nendaz et Veysonnaz. Il s'adresse au randonneur moven (aucune difficulté technique) mais entraîne

# Sentiers à thème



# Chemin des sculptures

La route du promeneur y croise des animaux de nos montagnes immortalisés dans le bois par le sculpteur Raphaël Pache.

### Sentier Au fil du glacier

Cette randonnée part de la Cabane Saint-Laurent pour vous guider jusqu'au pied du glacier du Grand Désert. Trois variantes avec des niveaux de difficulté différents sont proposées. Ce sentier thématique, créé par le ski-club Arpettaz, sensibilise au retrait spectaculaire du glacier grâce à des panneaux indiquant son emplacement au cours des décennies. Il souhaite aussi inciter tout un chacun à oser s'aventurer en haute montagne, au-delà du lac de Cleuson, en toute autonomie et sécurité.

#### Sentier de la vache d'Hérens

Savez-vous comment on fabrique le fromage? Avez-vous déjà essayé la traite à la main, comme autrefois? Savez-vous pourquoi les vaches luttent ou à quoi servent leurs sonnettes? Le sentier de la vache d'Hérens, fun et ludique, propose à travers 6 jeux répartis autour de l'alpage de Tortin de répondre à toutes ces questions et d'en apprendre plus sur cette race emblématique de notre région. D'une longueur de 6 km, il est destiné aux familles.

## Sentier des pives

Ce parcours naturaliste compte des panneaux didactiques sur les biotopes traversés et passe par des sites qui valent le détour tels que l'étang de Sofleu, le bisse de Saxon, le pierrier de Dzerjonna, l'alpage de Pra da Dzeu ou encore de la gouille d'Ouché.

# Sentier panoramique

Cette balade facile au départ de Tracouet est agrémentée de modules ludiques, de panneaux éducatifs et d'un coin photo.

## Sentier pieds nus

Après un passage dans un bac rempli de sable, copeaux, galets, pives, mousses, aiguilles de sapin et rondins pour s'initier à cette nouvelle expérience, il est proposé de réaliser cette petite balade pieds nus.

# Sentier sur les pas du Déserteur NEW

Charles-Frédéric Brun, surnommé le Déserteur, est arrivé à Nendaz au milieu du 19ème siècle. Il troquait ses tableaux colorés contre des repas. Il a vécu en SDF avec la peur des gendarmes, se cachant entre Nendaz et le val d'Hérens, jusqu'à sa mort en 1871. Pour marquer les 150 ans de sa disparation, un sentier thématique, inauguré en juin 2021, retrace l'histoire de ce personnage emblématique de l'histoire nendette à travers une balade entre Haute-Nendaz, Basse-Nendaz et Saclentse

**⊘** Liens utiles

# Le paradis des familles

Salut! Je m'appelle **CHEESY**. Je suis la mascotte de Nendaz et je t'emmène à la découverte de mon village dans lequel les familles adorent passer leurs vacances. Ici, petits et grands trouvent leur bonheur et vivent ensemble des expériences mémorables. Pas étonnant que Nendaz bénéficie du label Family Destination!



# Village de **CHEESY**

J'ouvre du 17 juillet au 15 août un espace sur la plaine des Ecluses 100% dédié aux enfants. Tu aimes très certainement sauter, pédaler et grimper, non? Viens profiter gratuitement de trampolines, de petit parcours d'accrobranche, d'un circuit de karts à pédales et d'un château gonflable.

# Atelier de CHEESY

Je propose des ateliers de bricolage durant l'été aux enfants pour qu'ils puissent y démontrer tout leur talent et toute leur créativité.

### Chasses au trésor

Avec ton cahier d'aventurier, pars à la découverte des sentiers de la région et résous des énigmes qui t'aideront à en apprendre plus sur moi. Cet été, 5 chasses au trésor inédites et gratuites n'attendent que toi! Une fois ta mission accomplie, tu recevras un petit cadeau en récompense.







Si tu aimes nager piscine en plein air et espace enfant au spa des bisses

Si tu aimes marcher et faire le plein de découvertes

7 sentiers thématiques (voir page 13), dont le dernier dédié à mes amies les vaches d'Hérens!

Si c'est papa et maman qui aiment marcher

4 itinéraires de randonnées adaptés aux poussettes

Si tu aimes pédaler

3 itinéraires VTT spécialement adaptés aux familles et un pumptrack

Si tu aimes t'amuser

3 places de jeux, de nombreuses animations pour les familles (cor des Alpes, tir à l'arc, cirque, fabrication du fromage, etc.; voir page 20) et une ludothèque

Si tes parents cherchent un moyen de garde garderie et liste de baby-sitters



Le portrait de CHEESY

Jeune vache d'Hérens, CHEESY adore accompagner les enfants lors de divers événements ou animations. Mascotte officielle de Nendaz, elle descend tout spécialement de son alpage pour les rencontrer et passer des moments inoubliables à leurs côtés.

# Expérience Famille le sentier panoramique



Des chaussures de marche aux pieds pour les uns et de bonnes baskets pour les autres, un polaire, une gourde et un petit goûter dans le sac: nous voilà prêts à découvrir le sentier panoramique de Tracouet! Avec mes deux filles et une de leur copine, nous retrouvons une amie accompagnée de ses deux fils. Pour les enfants, âgés de 3 à 8 ans, la montée en télécabine est déjà une fête en soi. Ils se bousculent pour tantôt s'asseoir sur le banc, tantôt se placer vers la fenêtre pour regarder la station s'éloigner. À l'arrivée, à 2200 mètres d'altitude, nous apprécions le petit air frais qui nous change des grandes chaleurs de la plaine.

La bonne surprise pour les enfants: des toboggans, des balançoires, un camion de pompier et un grand trampoline. Et la bonne surprise pour les parents: un restaurant avec une jolie terrasse de laquelle on peut facilement surveiller ses bambins. Mais comment convaincre les petits de faire une balade alors que cet endroit semble si amusant? La promesse, au retour, d'une glace et d'un long moment de jeux suffit à les décider.

Les voilà qui se précipitent vers le portillon de départ. Ils ont un grand plaisir à courir d'un panneau jaune à l'autre. C'est à qui sera le premier! Après quelques minutes, leurs pas ralentissent car le premier tronçon grimpe quelque peu.

Premier arrêt près d'une pive géante en bois. Les petits s'empressent de l'escalader. Puis après s'être bien défoulés, ils prêtent attention au panneau qui présente le casse-noix moucheté et les arolles, arbres se développant en nombre dans la région, entre 1600 et 2400 mètres d'altitude. Le lien entre cet arbre et cet oiseau? Nous vous laissons le découvrir lors de votre future balade à Tracouet.

Nous repartons sur un petit chemin sinueux. « Maman j'ai presque le vertige ici! », me lance Gwenaëlle. Le sentier est pourtant très sûr; mais elle est impressionnée par la vue incroyable qu'il offre sur toute la vallée du Rhône, tel un balcon époustouflant sur les Alpes.

Le poste suivant se trouve au milieu de paravalanches. Je demande aux enfants ce que c'est à leur avis. « C'est des tourniquets à chamois? » demande l'un. « Une œuvre d'art? » essaie un autre. « Regarde, ils ne sont pas tous pareils! », s'exclame un troisième en bon observateur. En leur donnant la bonne réponse, nous profitons pour les sensibiliser aux dangers de la montagne. Après encore quelques minutes d'effort, nous prenons une pose sur la tribune panoramique; sorte de canapé en bois sur lequel il y a de place pour les cinq enfants et les deux mamans! «Je vois la maison de mamie », s'exclame Mathilde. On admire le paysage, on boit une gorgée d'eau et c'est reparti!

Plus loin, à l'aide d'un panneau indiquant le nom des sommets visibles, nous cherchons les montagnes mentionnées dans l'immensité du décor qui nous fait face.

Encore un dernier effort et nous parvenons au point le plus élevé de cette balade. Y est proposé de tester son équilibre. Si sur la poutre de bois, les petits se déplacent seuls avec agilité, la main de maman est encore la bienvenue sur la slackline.

Après quelques mètres de descente sur la piste de ski de la Dent que nous avons plaisir à découvrir sous un jour estival, une nouvelle occasion leur est donnée de se dépenser en sautant de rondin en rondin. C'est alors que nous apercevons en contre-bas une place de pique-nique qui tombe à point nommé; le bon air de la montagne, ça ouvre l'appétit!

La balade se termine au bord du lac noir de Tracouet. Un poste présente les batraciens. Mais la pratique attire bien plus les enfants que la théorie: quoi de plus amusant que d'observer les têtards dans les gouilles et d'essayer d'apercevoir un triton!

Nous rejoignons ensuite la place de jeux tant convoitée et offrons aux petits marcheurs la glace promise qu'ils dégustent au soleil confortablement installés sur des transats.

Cette boucle de 1,8 km représente 45 minutes de marche effective. En prenant tout notre temps et en laissant les enfants s'amuser sur les différents modules, nous l'avons parcourue en environ 2 heures.



# Du VTT pour tous

Les vététistes profitent d'environ 200 km de tracés balisés de niveaux très variés. Des sommets à la plaine, ils sont amenés à découvrir la diversité naturelle de la région.

## VTT électrique

La grande partie de nos itinéraires présentent des dénivelés importants. Si durant longtemps ils étaient réservés aux personnes entraînées, l'essor des vélos électriques les a grandement démocratisés.

#### Le vélo au cœur d'événements

- Le Tour des Stations (7 août 2021): course cycliste qui propose différents parcours reliant les stations de la région et qui se distingue en proposant un défi unique au monde: « Se mesurer en une seule journée au dénivelé de l'Everest!»
- Verbier E-bike Festival by Nendaz (du 12 au 15 août 2021): un week-end durant lequel l'e-bike est roi
- Le Grand Raid (21 août 2021): course VTT de 125 km et
   5000 m de dénivelé entre Verbier et Grimentz en passant par Nendaz

# Pumptrack

Gratuit et ludique, le pumptrack est ouvert à tous. Cette boucle d'environ 50 mètres enchaîne des bosses et des virages relevés. Il peut s'emprunter en VTT bien sûr, mais aussi en skate, roller ou trottinette.

#### 

## En remontées mécaniques

Les installations sont équipées pour véhiculer des vélos. Ce service est proposé gratuitement à tous les détenteurs d'un billet piéton.



# 🖔 Coup de cœur

## Tour du Mont-Fort Le tour du Mont-Fort offre la possibilité de tutoyer le mythique point culminant du domaine skiable en pédalant à travers éboulis, pâturages et forêts de mélèzes à la découverte des hauteurs de Nendaz, Verbier et La Tzoumaz.



# Le plein d'activités

Besoin de détente et de farniente? Amateurs de sensations fortes? Envie de vacances actives? À vous de choisir!



### Détente et wellness

- Spa des bisses: un espace zen de 2200 m²
   au décor à la fois alpin et contemporain: bassin intérieur et extérieur, saunas, hammams, salles de traitements, etc.
- Piscine en plein air: une vue plongeante sur la plaine du Rhône et une eau toujours chauffée à 25°
- 1 cabinet d'acupuncture
- 7 instituts de massage et de beauté
- 2 podologues



# Escape Life (seulement en français)

Cette aventure en équipe vous mène à la découverte des trésors cachés de Nendaz! Au cœur de lieux insolites, pour certains habituellement fermés au public, recherchez les indices et résolvez les énigmes. Les sept signes de l'Apocalypse et les peintures du Déserteur, personnage emblématique de l'histoire nendette vous aideront à mener à bien votre mission.

# 14 parcours de trail

Que ce soit au départ de Haute-Nendaz, de Siviez et de Veysonnaz, chacun peut pratiquer le trail à son rythme, sur des itinéraires faciles pour les non-initiés ou des itinéraires exigeants pour les plus aguerris. Les tracés présentent en effet des niveaux de difficulté très divers, tant en termes de longueur (de 5,9 km à 70 km) qu'en termes de dénivelé (de 472 m à 3590 m).

## 🖒 Le bon plan

#### **7en Altitude**

Zen Altitude, c'est la promesse d'un week-end de relaxation, de connexion à soi et de retour à la nature. Les participants partagent notamment des cours de yoga, de méditation, de danses énergétiques, une balade sensorielle en forêt et ur moment de détente au spa.





# Un été très animé

Qu'est-ce qui peut rendre votre séjour unique? Très certainement d'expérimenter de nouvelles activités tout en vous amusant. Nendaz Tourisme élabore un programme d'animations très variés et qui, en fonction des intérêts manifestés par nos hôtes, évoluent d'année en année.





# Pour les familles

- VTT agility (dès 6 ans)
- Biscuits des petits (dès 5 ans)
- Tir à l'arc (dès 6 ans)
- · Activités Robin des Bois (dès 5 ans)
- Initiation au cirque (dès 5 ans)
- Atelier de **CHEESY** (dès 3 ans)
- Escalade (dès 5 ans)
- · Chasses au trésor (tout public)



# Pour les sportifs

- Balade accompagnée en e-bike (dès 16 ans)
- Descente en trottinettes (dès 10 ans)
- Week-ends d'entrainement au trail (dès 18 ans)





# Pour les amoureux de la nature et du patrimoine

- Dégustation de vins (dès 18 ans)
- Visite du vieux village (tout public)
- Initiation au cor des Alpes (dès 8 ans)
- La vie sur l'alpage (tout public)
- Balade guidée autour des mélèzes de Balavaux (tout public)
- Cueillette et dégustation dans la nature (tout public)
- La vie des marmottes (tout public)
- Rando-raclette (dès 6 ans)
- · Visite du barrage de Cleuson (dès 6 ans)
- Escape Life (dès 12 ans)
- · Bains de forêt (tout public)
- \* sous réserve de modifications



# Expérience Nature La vie des marmottes



Qui veut apercevoir des marmottes a le choix entre se lever très tôt ou attendre la fin de la journée. Entre deux, elles font une très longue sieste à l'abri des regards. Il faut profiter de leurs deux repas quotidiens pour les observer. Je me rends à Siviez à 16 h, avec ma fille de 7 ans, toutes deux impatientes de partir à la découverte des marmottes. Avec un petit groupe d'une quinzaine de personnes, nous suivons Yvette, accompagnatrice en montagne.

«Ici, elles vivent en liberté, dans leur habitat naturel. Nous allons partir pour une petite balade sur l'alpage de Tortin. En chemin, je vous retracerai la vie de ces mammifères tout au long de l'année. Et surtout, on va essayer d'en voir! » Si elle ne peut pas garantir que nous en croiserons car ce site n'est pas un parc animalier, elle est très confiante car il abrite de très nombreux individus qui ont pris l'habitude de voir passer en été de nombreux randonneurs. Elles ne s'enfuient donc plus au moindre bruit tout en restant sauvages. Pas question de les approcher de trop près, petit conseil: pensez à prendre des jumelles (si vous n'en avez pas, Yvette prend toujours avec elle deux ou trois pairs qu'elle prête volontiers). Et pour mettre toutes les chances de votre côté, évitez de crier ou de courir.

Nous voilà donc partis pour une agréable boucle d'environ 5 km rythmés par des haltes pour observer les marmottes et pour écouter les très éclairantes explications d'Yvette. Comme j'espère que, vous aussi, vous vivrez cette expérience, je ne veux pas trop vous « spoiler ». Mais que d'intéressantes informations reçues!

Savez-vous que les marmottes n'ont pas le même nombre de griffes aux pattes avant et arrière? Que leurs cris ont des significations précises? Qu'en hiver elles vont « aux toilettes » ensemble? Qu'elles ont un terrier pour l'hiver et un autre pour l'été? Nous en avons appris encore bien davantage sur ces petits mammifères et aussi sur la flore environnante. C'était également l'occasion rêvée de poser toutes nos questions!

Reste la préoccupation principale que nous avions avant notre départ: pourrons-nous apercevoir des marmottes? Mais oui, et plutôt une dizaine qu'une! À plusieurs reprises, elles nous ont fait le plaisir de pointer leur bout du nez et nous avons même pu admirer deux bébés, des marmottons, vers la fin de notre balade. Nés à la mi-juin, ils font en effet leur première sortie deux ou trois semaines plus tard. Un vrai bonheur!



# Un riche patrimoine

Les habitants de Nendaz sont très attachés à leurs traditions et leurs produits du terroir. En témoignent la vitalité de l'Association pour la sauvegarde du patrimoine nendard (ASPN) et de celle qui regroupe les producteurs de la région appelée « Les Bienfaits de la Printse », ainsi que la présence très active de sociétés locales telles que les groupes folkloriques et les fanfares.



### La vache d'Hérens

Robuste et adaptée à notre climat, la vache d'Hérens est une excellente marcheuse qui se déplace aisément dans les terrains difficiles. On en trouve essentiellement en Valais et dans le Val d'Aoste. Elles combattent par instinct dans le but d'instaurer une hiérarchie avec leurs congénères. À chaque printemps, lors de la montée à l'alpage, elles luttent donc entre elles avec acharnement, cornes contre cornes.

#### Le Nînd'Art

Situé au cœur du village de Haute-Nendaz, le Nînd'Art est un espace dédié à la culture et au patrimoine nendard. Tout au long de l'année, des expositions et des animations prennent possession des lieux.

## Le Moulin du Tsâblo

À la fin du 19° siècle, pas moins de 12 moulins hydrauliques tournaient à Nendaz, dont celui du Tsâblo. La route de Nendaz, construite en 1925, passait au ras de ses façades: il a donc été démantelé petit à petit à ce moment-là, définitivement arrêté en 1935 et démoli en 1984, lors de la correction de cette même route. Il a ensuite été reconstruit à l'identique, en suivant un procédé traditionnel.

# Des villages typiques

Nendaz compte une quinzaine de villages et hameaux. Il y a ainsi, entre autres:

- Le vieux village de Haute-Nendaz: un itinéraire pédestre vous propose de découvrir des constructions d'antan, entre maisons traditionnelles, raccards et vieux greniers.
- Basse-Nendaz: le chef-lieu de la commune qui a cependant su garder dans ses ruelles son charme d'autrefois.
- Planchouet: plusieurs bisses et balades convergent vers ce petit hameau qui, en plus d'accueillir les promeneurs dans ses deux restaurants, abrite la plus ravissante chapelle qu'il soit, nichée au cœur des mélèzes.
   Elle ne compte plus le nombre de mariages célébrés en son sein!

## Les produits du terroir

À Nendaz, deux fruits sont stars: l'abricot et la framboise. Ils y sont largement cultivés car le climat leur est favorable. Ils se déclinent ensuite en confiture, en sirop, en alcool et autres produits variés et colorés! D'autres spécialités, telles que le miel, la viande séchée, le fromage ou le vin sont élaborées à Nendaz.





# Expérience Patrimoine La vie sur l'alpage

La vie sur l'alpage, elle débute de bon matin. Voilà la première leçon apprise par mes deux filles (5 et 2 ans) et moi lorsqu'à 7 h 30 nous nous retrouvons devant l'office du tourisme pour organiser le covoiturage. Et encore, lorsque nous débarqueront à Balavaux, voilà longtemps qu'elle aura commencé. Debout depuis 4 h du matin, le fromager aura déjà presque une demi-journée de travail derrière lui.

Après trente à quarante-cinq minutes de trajet, le groupe profite quelques instants du cadre enchanteur sublimé par les premiers rayons de soleil sur les Alpes. Ensuite, c'est la découverte de la laiterie avec sa cuve, son grand évier, ses seaux, ses moules et son tuyau d'arrosage pour nettoyer le sol à grand coup de jet.

Le fromager nous donne quelques explications tout en continuant sa tâche avec des gestes très sûrs. Sa matinée est réglée comme du papier millimétré. Il a une mission à remplir, soit la production d'environ huit fromages et d'une vingtaine de tommes, avec des tâches à exécuter dans un ordre précis durant un laps de temps donné. La visite se calque donc sur son planning; il nous fait partager son quotidien.

À notre arrivée, il est occupé au décaillage: à l'aide d'un instrument appelé le tranche-caillé, il découpe le lait, qui a été transformé en caillé préalablement, en grains fermes qui formeront plus tard le fromage. Cette opération prend une quinzaine de minutes. Puis le tout doit être brassés et chauffés progressivement à 39° en 35 minutes, une opération semi-automatique qui permet au fromager de nous offrir sa pleine attention. Nous visitons alors la cave et ses 800 fromages qu'il faut brosser et tourner chaque jour. Petit tour aussi par l'alpage où une trentaine de vaches paissent paisiblement: elles ont déjà donné environ 200 litres de lait et leur écurie, que nous découvrons également, a été nettoyée. Il nous propose de déguster du sérac, fabriqué à partir du petit lait. Si à 8 h du matin, je suis d'habitude plutôt tartines, dans ce cadre, j'ai bien envie d'y goûter.

Il sort ensuite le fromage de la chaudière: la méthode, un simple filet qui retient les grains tout en laissant dans la cuve le petit lait, a gardé son côté ancestral tout en se modernisant puisque ce n'est plus à la force des bras que l'on tire dehors ce filet mais avec l'aide d'une poulie automatique. Son contenu est versé dans des moules pour prendre la forme de meules.

Enfin, l'heure du petit-déjeuner vient à point nommé. Après quelques pas, nous voici à la cabane de Balavaux avec ses jolis volets rouges et sa vue imprenable. Un accueil chaleureux et une table copieusement garnie finissent d'ouvrir notre appétit.

Pour terminer en beauté, la terrasse nous invite à un bain de soleil: nous tombons la veste et profitons des transats pour un moment de détente absolue!



# La capitale du cor des Alpes

Été comme hiver, le cor des Alpes résonne à Nendaz dans le cadre d'une multitude d'événements. Il était utilisé par le passé pour rassembler le bétail et pour communiquer d'une vallée à l'autre. Mais aujourd'hui, de véritables virtuoses en ont fait un instrument à part entière!



## Des joueurs ambassadeurs

Le groupe de cor des Alpes de Nendaz, composé de 14 joueurs, se produit dans le cadre de très nombreuses manifestations pour le plus grand plaisir des hôtes comme des locaux. Véritable ambassadeur, le quatuor, lui, promeut régulièrement la destination autant en Suisse qu'à l'étranger. Il coopère activement avec Nendaz Tourisme, Valais/Wallis Promotion et Suisse Tourisme.

#### Le saviez-vous?

- Environ 4000 joueurs en Suisse et 200 en Valais dont 14 à Nendaz
- Environ 80 heures de travail pour en fabriquer un à la main
- Le plus souvent construit en sapin mais appartient à la famille des cuivres
- Une longueur standard d'environ 3.5 mètres (record du plus long: 47 mètres): plus il est court, plus il est difficile d'en jouer.

## Les highlights

- Valais Drink Pure Festival de cor des Alpes: il réunit sur trois jours près de 200 joueurs, parmi les meilleurs du monde. Y assister, c'est s'immerger dans un monde de folklore et de traditions. Edition 2021 les 24 et 25 juillet dans une version réduite en raison de la crise sanitaire.
- Exposition 20 ans du Festival de cor des Alpes: pour célébrer son anniversaire, le Valais Drink Pure Festival organise une exposition qui retrace son histoire au Nînd'Art 16 juillet au 8 août 2021.
- «Venez jouer du cor des Alpes»: une animation de deux heures proposée toutes les semaines durant laquelle chacun peut apprendre davantage sur cet instrument fascinant et tenter d'en tirer une note.
- Cours d'initiation et stages de perfectionnement: des cours de deux à cinq jours sont organisés régulièrement avec des professeurs de musique expérimentés.

# L'art de vivre

# Des plaisirs gourmands

Les épicuriens trouvent leur compte à Nendaz grâce à une trentaine de restaurants aux menus diversifiés. Les plats typiquement valaisans y occupent une belle place. Mais de la cuisine italienne, française, mexicaine ou de la haute gastronomie sauront satisfaire les papilles de chacun.

# Jusqu'au bout de la nuit

La réputation de la vie nocturne nendette n'est plus à faire. Nos hôtes sont invités à profiter de l'ambiance de « Nendaz by night» pour se détendre dans un cadre agréable, déguster un apéritif de la région, partager un bon moment entre amis ou se défouler sur le dancefloor.

Treize bars et une discothèque proposent des atmosphères bien différentes, du lounge à la discothèque en passant par des lieux de dégustation.



www.nendaz.ch/restaurants



Nouveauté en 2021: Rando'Miam peut aussi s'expérimenter en e-bike.

# Votre hiver à Nendaz

Entre ski, randonnées et événements sportifs ou festifs, l'hiver est un véritable enchantement à Nendaz. S'évader dans la nature ou danser toute la nuit, pas besoin de choisir!

## Plus de 400 km de pistes

Nendaz se trouve au cœur d'un des plus grands domaines skiables d'Europe, les 4 Vallées. C'est plus de 400 km qui attendent les amateurs de glisse entre 1300 et 3330 mètres d'altitude. De bonnes conditions d'enneigement sont garanties sur l'ensemble du domaine de décembre à avril.

# Mille façons de bouger

L'hiver à Nendaz.

c'est aussi notamment:

- 100 km de balades hivernales à pied balisées
- 7 itinéraires raquettes
- 2 circuits de ski de fond
- 4 itinéraires de ski de randonnée pour un total de 15 km
- 3 pistes de luge



# Le plein d'événements\*

- The Beginning, 4 décembre
- The Big Winter Opening, 18 et 19 décembre
- Ski au clair de lune, 18 décembre, 22 janvier, 12 février et 19 mars
- Chants de Noël, 23 décembre
- Noël des enfants, 25 décembre
- Spectacle de magie pour les enfants, 28 décembre
- Saint-Sylvestre, 31 décembre
- Nendaz fête les rois, 8 janvier
- Soirée meurtres et mystères, 15 janvier
- Nendaz Freeride, du 25 février au 9 mars
- Carnaval de Nendaz, 1er mars
- Tournoi de Snow Soccer, 12 mars
- Grand Prix Migros, 19 mars
- Mud Day Winter Edition, 2 avril
- Nendaz Snow Vibes Festival & Waterslide, 16 avril
- Chasse de Pâques, 17 avril
- \* sous réserve de modifications



# Contacts

Personnes de contact +41 (0)27 289 55 89



Annick Loos Responsable Marketing annick.loos@nendaz.ch



Sonia Délèze Responsable Communication sonia.deleze@nendaz.ch



Cindy Voide Responsable Offres et Ventes cindy.voide@nendaz.ch



Elodie Moos Collaboratrice Marketing elodie.moos@nendaz.ch



Emilie Mariéthoz Collaboratrice Marketing emilie.mariethoz@nendaz.ch



# Voyage de presse estival à la carte

Le département marketing/communication de Nendaz Tourisme vous accueille avec plaisir. Il peut vous préparer un séjour personnalisé selon vos besoins sur le thème de votre choix. Quelques exemples pour vous inspirer:

- Les bisses, au fil de l'eau et au cœur du patrimoine
- Nendaz Trekking: randonnée au cœur
- de la montagne de cabane en cabane
- Du VTT autour du Mont-Fort
- Retour aux traditions avec visite du moulin, du vieux village, dégustation des produits du terroir, initiation au cor des Alpes, etc.
- Initiation au trail avec des coureurs passionnés
- etc.

## Retrouvez-nous online



www.nendaz.ch



www.facebook.com/Nendaz.ch



www.instagram.com/nendazswitzerland



www.twitter.com/NendazSuisse



www.youtube.com/nendazswiterzland



Nos hashtags #InLoveWithNendaz #MyNendaz #Nendaz

