



DPA

Sainte-Foy-Tarentaise, le ski au naturel

Nichée au cœur d'une montagne immaculée, Sainte-Foy-Tarentaise place la nature au cœur de toutes ses activités. Et même de son architecture, puisque toute construction doit respecter une charte pour une harmonie visuelle remarquable.

Sainte-Foy est la plus jeune station de la vallée de la Tarentaise mais les hameaux qui la composent comptent parmi les plus anciens, pittoresques et authentiques de la région. À 1.550 m d'altitude moyenne, ce village dispersé bénéficie d'un enneigement exceptionnel grâce aux retours d'est. Petit paradis perdu qui invite les amoureux de la montagne à une exploration sans limite, ce cocon méconnu a fait de la nature sa marque de fabrique tandis que le bourg a gardé son architecture de pierre, de bois, de chalets à colonnes et de toits de lauze. Témoins d'un savoir-faire et d'un patrimoine joliment préservés.

On y vient avant tout, bien entendu, pour tâter des joies de la neige en hiver. Ici, elle est (presque) toujours profonde. Du coup, Sainte-Foy révèle le « natural skieur » qui est en nous pour apprendre - si nécessaire - à skier tout terrain. Un écrin niché entre dix sommets de plus de 3.000 m, c'est forcément un terrain de jeu privilégié pour les amateurs

d'émotions fortes. L'expérience privilégie effectivement les sensations pures : descentes immaculées, évasions confidentielles, hors-pistes magiques... Le ski devient la meilleure façon d'explorer un territoire resté sauvage.

Accessible aux skieurs de tous niveaux, débutants ou freeriders aguerris, le domaine régale tous les amateurs de poudreuse qui veulent laisser leur trace. Baptisées « Natur'pistes », trois zones de freeski non damées mais balisées sont accessibles toute la saison. À nous les pentes immaculées, les forêts touffues, les couloirs serrés ou les itinéraires de randonnée. Et pour les plus jeunes, des stages « ski nature » leur apprennent dès 10 ans à sortir... des traces. Le « Natural Ski », disent ses promoteurs, c'est aimer, protéger et respecter une nature trop souvent abîmée qui n'en sera que plus belle... et accessible de plein d'autres façons. En raquettes par exemple, dans les traces de Jean-Pierre Lamic, spécialiste de la flore et de la faune sauvages, mais surtout grand connaisseur du loup auquel il a consacré plusieurs ouvrages. En chercher l'empreinte avec ce guide hors pair, c'est s'offrir un intense moment d'évasion. Même si au bout du compte, ce sont surtout les traces abondantes des proies du roi

des prédateurs qu'on trouve sous nos raquettes.

Parce que la nature est la meilleure alliée du bien-être, on fait aussi à Sainte-Foy le plein d'activités zen. Avec Caroline De Klerk par exemple, accompagnatrice en montagne spécialiste de la méthode XPEO (Explorer le Potentiel Énergétique Originel). Après avoir pratiqué le ski ou la balade en raquettes en appliquant ses exercices de Tai-chi, on ne ressent plus la montagne de la même façon. Une magnifique expérience de reconnexion à soi-même et aux éléments qui nous entourent, en développant notre énergie vitale et notre concentration pour accomplir des mouvements plus fluides et efficaces.

Cerise sur le gâteau, la pépète est au bout de la rando lorsqu'on arrive dans le village classé du Monal. Du sommet de la station, les skis plongent dans la poudreuse pour suivre un itinéraire qui passe par le Vallon du Clou, classé site naturel. On découvre à l'arrivée un ensemble remarquable rassemblant d'authentiques chalets des XVIII^e et XIX^e siècles et une adorable petite chapelle. Situé à 1.875m d'altitude et uniquement accessible à ski ou en raquettes, l'isolement lui confère un charme particulier.

Elena Pardot

www.saintefoy.net