

シャモニー・モンブラン



CHAMONIX-MONT-BLANC

SERVOZ - LES HOUCHES - CHAMONIX-MONT-BLANC - ARGENTIÈRE - VALLORCINE



# インスピレーションブック2026

プレス&旅行会社向けガイド



*Open the way*



# フレンチアルプス

ヨーロッパに位置するフランスアルプス山脈は、ヨーロッパ最高峰、4805mのモンブランの荘厳な頂とともにその名をはせています。

観光デスティネーションとして、文化的な重要性もありながら、シャモニー渓谷は美しいスキーエリアとして世界的に有名です。

他に類を見ない氷河から緑豊かな渓谷まで多様な景観が広がり、四季を通じて様々な観光アクティビティを提供しています。

シャモニー・モンブラン渓谷は、壮大な景観に囲まれた5つの村に広がっており、どの村にも手仕事を誇る職人たちの姿があります。



# FRENCH ALPS

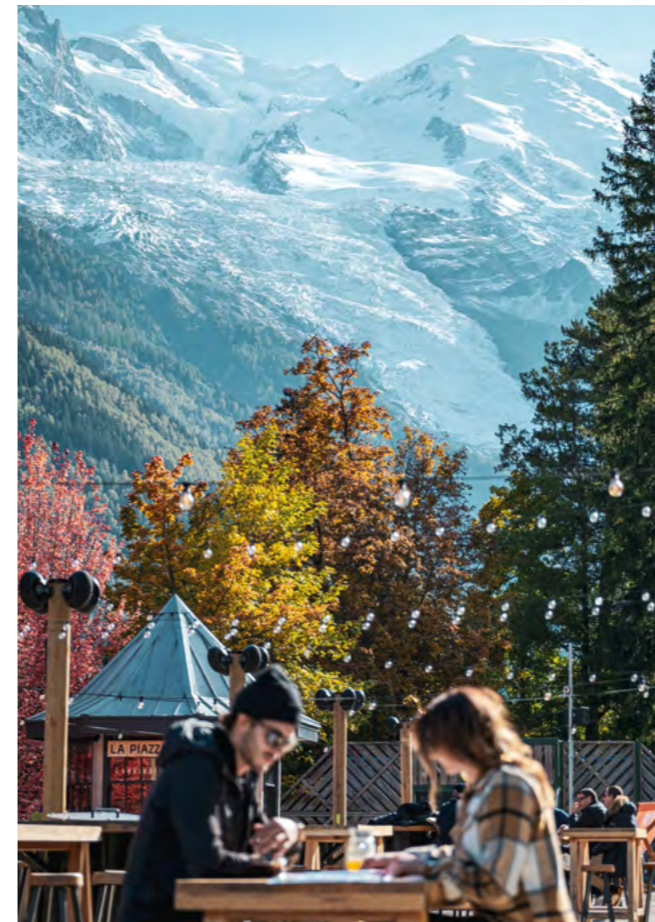
シャモニー谷は5つの町と村で形成されており、各々に独特の雰囲気があります。

## ヴァロシン VALLORCINE: 自然が残る小さな村

- 昔熊が住んでいたので「熊の谷」と名付けられた村は、スイスとの国境に接しています。
- 山の自然保護区から流れ出る渓流は、キャニオニングや釣りの人気スポットです。
- 歴史を感じさせる農家、伝統工芸、放牧、咲き乱れる高山植物等鄙びた村里の風情と自然が満喫できる場所です。

## アージャンティエール ARGENTIERE: 山の伝統発祥の村

- 氷河の麓の町はシャモニー谷の伝統的な職業だった水晶取りや山岳ガイド発祥の村です。
- バロック教会や山岳郷土資料館「村の家」があります。



## シャモニー CHAMONIX: アルピニズムの神話の町

- 標高3842mのエギュー・デュ・ミディ展望台とパノラミック・モンブランでの空中散歩が楽しめます。
- またモンタンヴェール登山鉄道でのメール・ド・グラス展望と氷河見学は必見。
- 1821年設立の世界最古のシャモニーガイド組合は、12日から15日にガイド祭りを開催。
- 山岳マラソン、モンブラン・トレイルラン開催地。
- ハイキング、登山等、アウトドアスポーツのメッカ。
- ミシェラン星付きレストランから郷土料理まで世界の食事が楽しめます。



## レ・ズーシュ LES HOUCHES: 家族滞在向けの村

- モンブラン乗馬クラブやシャヴァン湖周辺のテニスコートや子供の遊び場等、家族で楽しめるレジャー施設があります。
- メルレ自然動物公園 Parc de Merletはモンブランを正面に見る絶好のロケーションで、園内を周遊しながら放し飼いの山の動物が見られます。
- ロープウェイの終点からマウンテンバイクの専用路がスタートします。
- 登山電車トラムウエー・モンブラン(T.M.B)の終点2380mからはピオナセ氷河 Glacier de Bionnassayが展望できます。

## セルヴォーズ SERVOZ: 明るく伝統的な村

- デイオザ峡谷 Gorges de la Diosazでは、緑に覆われた高い岩場から流れ出る7つの滝を含む激流を木製の遊歩道をたどりながら見学できます。
- 「リユトゥナンの家」Maison du Lieutenantは15世紀に建てられた建物で、現在は、古い伝統的な山岳農業や酪農と現代の農業の展示などを見ることができます。
- 黒い雌牛(エラン種)の「闘牛祭り」や「羊祭り」で有名な村。



# 数字で見るシャモニー



**夏期(2025)**  
 フランス人49.6% - 外国人50.4%  
**冬期(2024~25)**  
 フランス人43.1% - 外国人56.9%

シャモニー渓谷の面積:  
**245KM<sup>2</sup>**

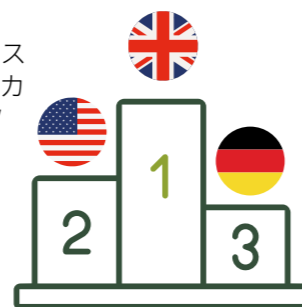
人口密度: **63.22人/KM<sup>2</sup>**

総人口14,288人  
 (内訳: セルヴォーズ1,200人、レ・ズーシュ 3,603人  
 シャモニー 9,023人、ヴァロルシーヌ 462人)

# 国別トップ

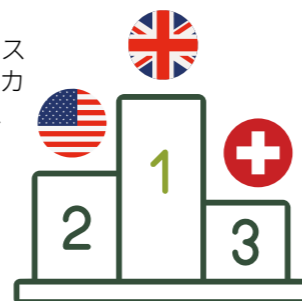
## 夏季

- 1位 イギリス
- 2位 アメリカ
- 3位 ドイツ



## 冬季

- 1位 イギリス
- 2位 アメリカ
- 3位 スイス



# KEY FIGURES



# VISITOR INFORMATION

## シャモニーの町



# インフォメーション

**7日間の週間天気予報**  
 一日3回更新  
 Météo France : <https://en.chamonix.com/weather>

- 病院**
- Chamonix (冬季/夏季 ハイシーズン) :  
 509 Rte des Pèlerins, 74400 Chamonix-Mont-Blanc  
 Tel +33 (0)450 53 84 00
  - Sallanches シャモニーから27km (通年) :  
 380 Rue de l'hospital, 74700 Sallanches  
 Tel. +33 (0)450 47 30 30

**緊急時(救急・消防・警察)は112へ。24時間365日対応**

**山岳高山事務所**  
 69 Rue de la Mollard, Chamonix - Tel +33 (0) 450 53 16 89



**天候、安全性など高山に関する全ての情報**  
 「山の家」(山岳インフォメーションセンター)内  
 月曜日～土曜日  
 9:00～12:00 - 15:00～18:00  
 +33 (0)4 50 53 22 08

**日本領事館(シャモニーから82km)**  
 Rue de Lausanne 82, 1202 Genève, Suisse  
 +41 22 716 99 00





# ACCESS

## アクセス

「ヨーロッパの頂」シャモニーへ、  
ジュネーヴ国際空港からわずか1時間  
三カ国が交わる地理的に重要な場所

### フランス

リヨン	2時間15分	220 km
パリ	6時間	600 km
ニース	5時間	457 km

### スイス

ジュネーヴ	1時間	90 km
ツェルマット	2時間30分	145 km
チューリッヒ	3時間40分	330 km

### イタリア

ミラノ	2時間35分	260 km
トリノ	1時間40分	170 km

モンブラントンネル経由でシャモニーから

## シャモニー・ モンブラン渓谷の 公共交通



### バス

- シャモニー谷の宿泊施設に滞在するともらえる「ゲストカード」(キャルト・ドット Carte d'hôte)の提示で最大50%まで割引(3日間:6€,6日間:9€)
- 山岳交通機関パス Forfait Remontées mécaniques: 無料(1日)
- ナイトバス:5€/行程(2025-26)



### 列車

- ゲストカード(Carted'hôte)の提示で無料(シャモニー渓谷、セルヴォーズ Servoz ~ ヴァロシーヌ Vallorcine の区間)
- 山岳交通機関パス Forfait Remontées mécaniques:ル・ファイエ=サン・ジェルヴェ le Fayet-St Gervais ~ シャモニー渓谷の間で利用可能(条件あり。詳しくはこちら)



## 耳寄り情報

ゲストカード(キャルト・ドット Carte d'hôte)はシャモニー渓谷内のホテルに宿泊施設に泊まれた方に発行されます。最新情報はこちら



# REASONS TO STAY IN CHAMONIX



## シャモニーでの滞在をお薦めする理由

### 理由1 国際色豊かなロケーションと優れたアクセス

フランス、スイス、イタリアの3カ国の国境に接しているため、滞在中今日はイタリア、明日はスイスへというように、隣接した国へすぐ足を運べます。

イタリアへは約12kmのモンブラントンネルを抜けて、クールマイユールへアクセス可能です。それからアオスタ、トリノ、ミラノへも足を延ばせます。ミラノを除き、これらの都市へは定期バスが運行されています。

スイスのジュネーブへは、北西へ車で約1時間(88km)の距離にあり、定期バス、又は列車の便もあります。東側のモンブラン峠 col du Mont-Blancを越えると17kmでスイス国境に到達します。登山鉄道モンブラン・エクスプレス Mont-Blanc Express を利用すれば、国境を越えてマルティニー Martignyまで行くことができます。

### 理由2 快適に滞在できる街

人口1万人以上を有するシャモニーは、アルプスの中でも都市機能が充実した街であり、長期滞在中にも適したインフラが整っています。和食が恋しくなった際にも、日本食レストランがあり安心です。街の中心部はコンパクトな歩行者エリアとなっており、銀行や商店、スーパーマーケットなど、日常に必要な施設へは徒歩でアクセスできます。

### 理由3 安心に落ち着いて滞在できる環境

町自体が観光地であるため、大都市と比較しても安全です。万が一の際には、ジュネーブの在ジュネーブ日本国総領事館まで車で約1時間の距離にあります。また、市内には日本人スタッフが在籍する店舗や日本食レストランもあります。

さらに、ロープウェイや登山鉄道を利用することで、安全にモンブランをはじめとする標高4,000メートル級の山々や大規模な氷河の景観を楽しむことができます。30年以上にわたり在住する日本人家族も複数あり、地域の人々は日本人に対して温かく接してくれます。

## およそ300年に及ぶ観光の歴史

1741年、ウィリアム・ウィンダムとリチャード・ポコックという二人のイギリス人がシャモニー・モンブラン渓谷を訪れました。これが当地の歴史に決定的な影響を及ぼすこととなります。二人はイギリスに帰国後、当渓谷とそこに広がる氷河を熱く賞賛する手記を執筆。それらがロンドンやヨーロッパの様々な新聞で発表されると、作家、画家、科学者、観光客が評判の「メール・ド・グラス Mer de Glace (氷の海)」をひと目見ようとこの地に引き寄せられたのです。

1786年にはシャモニー出身のジャック・バルマとミシェル=ガブリエル・パカールがモンブランの初登頂に成功。この快挙は当渓谷にそそり立つ峰々にまつわる迷信を払拭し、それまでもっぱら牧畜と数種の作物の栽培に頼ってきたこの山あいの小さな村の未来を決定づけました。

1901年、当渓谷に鉄道が敷設され、ホテルや民宿の建設によって18世紀末にすでに始まっていた観光ブームが新たな転換点を迎えます。1908年にはメール・ド・グラス氷河glacier de Mer de Glaceへ向かうかの有名なモンタンヴェールMontenvers登山鉄道(ラック式)が開通しました。

1924年、シャモニーで初の冬季オリンピックが開催され、当渓谷でのウィンタースポーツの発展に弾みがつきます。それに伴い、グラシエGlacierおよびプランブラPlanprazのロープウェイ(1927年)、レ・ズーシュ les HouchesにあるベルヴューBellevueのロープウェイ(1936年)、エギーユ・デュ・ミディAiguille du Midiのロープウェイ(1955年)などが造られました。こうした数々の索道施設の建設は、地元の人々の大胆で革新的な精神を反映するものです。

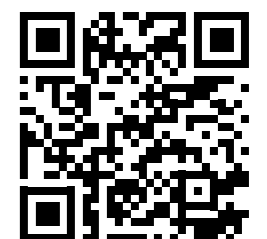


## 富士山からモン・ブランへ、姉妹都市提携へつながる特別な歴史

1910年から1940年にかけて、アルプスは日本を代表する登山家たちの故郷でした。1921年には日高新六郎が日本人として初めてモンブラン登頂を果たしました。1960年代には、若い日本人がシャモニーに定住し始めました。さらに、1978年10月には富士吉田市とシャモニー市が姉妹都市提携を結び、長きにわたる友好と交流の歴史が始まりました。



歴史や逸話、愛犬との散歩、オリンピックなどにまつわる情報をブログで紹介しています。



## パイオニア精神

- 1821年：シャモニーガイド協会Compagnie des Guides de Chamonix設立(世界初の山岳ガイド協会)
- 1860年：サヴォワ地方(当時は伊サルデーニャ王国サヴォイア家の所領)のフランス併合
- 1924年：シャモニーで第1回冬季オリンピック開催
- 1965年：仏伊を結ぶモンブラン・トンネル開通
- 1982年：トレント・ジョーンズ・シニアが1934年に創設されたゴルフ場を刷新。18ホールが誕生。
- 2021年：シャモニーガイド協会設立200周年。団結、連帯、そして登山と山への情熱の共有を象徴するイベントとなる。220人の現役プロが登録。
- 2024年：シャモニーで開催された第1回冬季オリンピックから100年
- 2025年：エギーユ・デュ・ミディ・ロープウェイ開業70周年
- 2026年：レ・ズーシュのベルヴュー・ロープウェイ開業90周年



First Guide Company  
- Since 1921,  
Video "200years  
anniversary"



Video-Interview  
"Anticipating the  
future of the guiding  
profession"





## 文化施設

### MUSÉE DU MONT-BLANC モンブラン博物館

2026年7月3日：旧山岳博物館Musée Alpinは、モンブラン博物館 Musée du Mont-Blanc としてあらたに開館します。

展示面積は1,800㎡、牧畜の伝統から山頂への挑戦に至るまでシャモニー渓谷の歩みをたどる展示で、現代的で没入型の体験が広がる、フランス有数の山岳専門博物館となります。

> イベントスペース、団体受入、講演スペースを備えています。



## 新着情報

旅行者向け予約プラットフォーム

**特別料金と柔軟な条件：**  
ホテル、アパートメント、シャレーなど幅広いタイプの宿泊施設に、旅行者向けの優待料金(10%~20%割引)をご提案します。

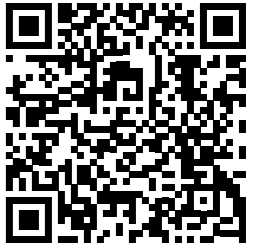
**エキスパートによるサポートと迅速な対応：**  
現地の専任担当がご相談に応じます。

→ これらサービスを受けるための旅行会社の認証お申込み：  
[promotion@chamonix.com](mailto:promotion@chamonix.com)



## モンテ峠のシャレー / エギーユ・ルージュ自然保護区

2026年6月、シャレーが再オープンします。生物多様性をテーマとした没入型の見学コース、絶景が広がる休憩スペース、あらゆる来訪者に対応したテーマ別遊歩道を備えています。入場自由・無料



## インフラ整備と山頂

### 伝説の地レ・グラン・モンテの再生プロジェクト

モンブラン山群の中でもスキーと登山の拠点として知られるレ・グラン・モンテ Les Grands Montets が、いま新たな姿へと生まれ変わろうとしています。規格外の当プロジェクトを手がけるのは、イタリアの建築家 レンゾ・ピアノ。ロープウェイ各駅の再整備を通じて、この地ならではの雄大なパノラマを、より多くの人々が体験できるようにすることを目指しています。山を愛するすべての人にとって、忘れがたい特別な体験となることでしょう。

ドッペルマイヤー社による最新鋭の山岳交通設備が2基導入されます。

- 2026年12月：第1区間  
ゴンドラ(10席)でアージャンティエール Argentière → ロニャン高原 plateau de Lognan (標高1,972m)

- 2027年12月：第2区間  
着脱式3本索ロープウェイ« 3S »(24席)でグラン・モンテ Grands Montets 山頂(標高3,300m)まで。



## 宿泊施設

2026年12月：リノベーション後の再オープン

- ホテル・ヴァレ・ブランシュ Hotel Vallée Blanche 3\*
- ホテル・ル・モルガヌ Hôtel Le Morgane 4\*

2027年12月：町中心部で進む規格外の再建プロジェクト

### ホテル・リシュモン Hôtel Richemond が5ツ星ホテルに

歴史あるこのホテルは再建に伴い、全48室のホテルとして2ツ星から5ツ星に格上げされようとしています。中心部の歩行者エリアに位置し、ラグジュアリーと洗練されたライフスタイルを融合させた特別なアドレスとして認識されることでしょう。

### ホテル・ラ・クロワ・ブランシュ Hôtel La Croix Blanche、4ツ星への転換

シャモニー中心部に位置する歴史的名門ホテルが全面改装後、4ツ星ホテルとしての再生を目指しています。

# FRENCH ART OF LIVING



## フランス流ライフスタイル

シャモニー・モンブラン、四季を通して活気溢れる山岳都市

### 食の楽しみ:150軒以上のレストラン

ガストロノミーレストランからフランスの伝統料理まで、郷土の味覚はもちろん、スカンジナビア料理、イタリア料理、インド料理、日本料理など、世界各国の多彩なグルメをお楽しみいただけます。デザートもお忘れなく。魅力あふれるスイーツの数々もぜひご堪能ください。

**ショッピング好き**にも見逃せない魅力が揃っています。有名アウトドアブランドからお土産店まで、約400の店舗が軒を連ねています。

### リラクゼーション

心身をゆったりと癒すひとときに、シャモニーの谷には多彩なウェルネス施設が揃っています。なかでも、モンブランを望む屋外プールを含む約3,000㎡の感覚体験型ウェルネス施設を備えた QC テルム (QC Terme) は象徴的な存在です。

### サポート体制

専門チームが貴社のお客様(団体・個人いずれも)の滞在手配をサポートいたします。

詳細・ご予約について:[www.booking.chamonix.com](http://www.booking.chamonix.com)  
旅行会社様の登録認証:[promotion@chamonix.com](mailto:promotion@chamonix.com)



## 57軒のホテル

うち市内中心部に29軒

5ツ星ホテル:108室  
(※2027年末までに約40室  
増加予定)

4ツ星:1,007室

3ツ星:810室

2ツ星:144室

格付け無しのホテル:35室

アパートメント、シャレー、  
レジデンスなどの貸別荘:  
約8,000件



## 郷土料理ファルソンのレシピ

甘みと塩味が絶妙に調和したファルソン français は、農家の食材(ジャガイモ、卵、牛乳)と地元産のプルーンを使って作る「日曜日のお昼」の定番でした。世代から世代へと受け継がれてきた食の宝です。

### 材料(6人分)

- ・ジャガイモ(ホクホクしたタイプのもの)1kg、プルーン200g、ベーコン100g
- ・燻製豚バラ肉(薄切り)12枚、生クリーム100ml、卵2個、玉ねぎ1個
- ・塩、こしょう、バター

### 作り方

**準備:**バターで玉ねぎとベーコンを炒める。油を塗ったファルソン型の内側に燻製豚バラ肉を敷き詰める。

**混ぜる:**ジャガイモをすりおろし(必要に応じて水気を切る)、すべての材料と混ぜ合わせ、味を調え、型に詰める。アルミホイルで覆う。

**加熱:**湯せんにかけた状態で150°Cのオーブンで2~3時間加熱する。

**仕上げ:**しばらく休ませてから型から外す。

**コツ:**翌日、スライスしてバターで焼くとさらに美味しい。

### 賞味できるレストラン

ラ・フィヌ・ブーシュ La Fine Bouche、ラ・メゾン・キャリエ La Maison Carrier、ブラスリー・デュ・ロン・ポワン Brasserie du Rond Point

### ファルソン型が買える場所

シェ・シュヴェルニー Chez Cheverny 住Rue Paccard, Chamonix)



## 免税手続き





# JAPANESE INSPIRATION

## アールーダ レ・ターブル・エフェメール・ド・フィリップ Arudha, Les Tables Éphémères de Philippe ～ アルプスの中心で美食を極める 【於ラヴァンシェ Lavancher】



シャモニー谷の中、大自然に囲まれた隠れ家的な美食レストラン。シェフ、ユーゴ・ルメルシエ Hugo Lemerrierが五感で楽しむ食体験を提供します。  
> 予約制でディナーのみ営業 | 最大14名まで  
[contact@arudha.fr](mailto:contact@arudha.fr)  
Booking: +33 (0) 607 23 17 2  
<https://www.instagram.com/arudha.restaurant/>

## オーベルジュ・デュ・ボワ・ブラン Auberge du Bois Prin 【於ムスー Moussoux】

モンブランを望む理想的なロケーションで、地元食材を生かし洗練された美食を提供。シェフはエマニュエル・ルノー Emmanuel Renaut とカンタン・ヴェラ Quentin Veyrat。  
30席+テラス席 | グルメガイド「ゴ・エ・ミヨ」2025年版で3トックを獲得  
[info@boisprin.com](mailto:info@boisprin.com) | <http://boisprin.com/en/>  
69 chemin de l'Hermine

## タンポポ・シャモニー Tanpopo Chamonix

ラーメンや日本式カレー、餃子などの定番料理に加え、日本のビールや日本酒も楽しめます。抹茶ティラミスやジンジャー風味のチョコレートムースなど、オリジナルの自家製デザートも魅力。  
店内飲食+テイクアウト | 242 avenue Michel Croz (シャモニー・モンブラン駅近く) | 19席+テラス席  
[https://www.facebook.com/tanpopochamonix/timeline?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/tanpopochamonix/timeline?ref=page_internal)



## ユミドリ・シャモニー YUMIDORI CHAMONIX

寿司やボウルなどを提供し、日本からの影響を受けたコンセプトストアでオーガニックやグルテンフリーにこだわる。2024年東京で開催された寿司世界大会の準優勝者、ジェレミ・セグダ Jérémie Segudaの店。  
店内飲食・セルフサービス・テイクアウト対応 | 店内25席+広いテラス席  
[yumidorichamonix.com](http://yumidorichamonix.com)  
[inspirationsjaponaises@gmail.com](mailto:inspirationsjaponaises@gmail.com)  
52 avenue Ravel le rouge

## 日本に着想を得たガストロノミーと フュージョン料理



### レストラン・ル・サツキ Restaurant Le Satsuki

冷房完備の洗練された空間で、シェフ石崎達也による寿司、天ぷら、とんかつ、すき焼きなどをお楽しみください。  
店内飲食+テイクアウト | 45席+テラス席  
<http://www.satsuki.eu/fr/chamonix> | [rest.satsuki@orange.fr](mailto:rest.satsuki@orange.fr) | 288 r Joseph Vallot

### ムーマ Mumma

茶碗蒸しやパール状のポン酢などを取り入れた、創造性あふれる味わい豊かなフュージョン料理。シェアスタイルで楽しむ、ネオビストロの温かみある雰囲気も魅力です。  
ディナーのみ営業 | 35席+テラス  
[hello@mumma.fr](mailto:hello@mumma.fr) | 予約+33 (0)450 53 05 08  
31 Rue Whympfer



# MADE IN CHAMONIX



## メイド・イン・シャモニー

### RABBIT ON THE ROOF ラビット・オン・ザ・ルーフ — 限定生産のスキー板工房

木の魔術師、ピーター・ステルツナー Peter Steltzner は、多彩な分野で技術を磨いたのち、木工とスキーに魅せられました。現在はレ・プラド・ド・シャモニー Les Praz de Chamonix を拠点に、フリーライド用の高級スキーを一本一本手作業で製作しています。無垢のアッシュ材を芯に、多様な木材で仕上げたパーツを工房で切り出し、カーボンファイバーとともに油圧プレスで成形。こうして生まれるのは、卓越した性能と美しさを兼ね備えたスキーです。情熱とともに使いたい一本。

### ESPACE HERITAGE - MANUFACTURE SIMOND エスパス・エリタージュ — マニュファクチュール・シモン

1860年創業の登山・クライミング装備の専門ブランドで、カラビナやピッケル、ロープなど、製造を見学し、職人技と最新技術を融合した独自のものづくりを体感できます。

- ガイドなし見学: 水曜日 14:00~17:30 (音声ガイド: 仏語/英語)
  - ガイド付き見学: 要予約
- 150 route des papillons



アルプスに棲むという不思議な生き物。左右で長さの異なる脚は、山の斜面を軽やかに移動できるが、その代償として同じ方向にしか進めない



### COUTEAU LE CHAMONIARD クトー・ル・シャモニアル

ナイフ工房のクトー・ル・シャモニアルCouteau le Chamoniardでは、柄にモンブランの形状をあしらったシリーズを製作しています。工房見学のお問い合わせ: [contact@lechamoniard.com](mailto:contact@lechamoniard.com) グループ見学 (10~12名) は要予約 (50€~)



### SHOUKA シュカ アルプスの焙煎ショップ

「ビーン・トゥー・バー (豆から板チョコへ)」をコンセプトに掲げ、フランスで初めてダブル焙煎を実践した工房。厳選されたカカオ豆とコーヒー豆をその場で加工しています。チョコレートは毎年数々の賞を受賞しています。

- チョコレート工房見学 (大豆レシチンや保存料などの添加物を使用しない製造工程をご覧ください)
  - ティールームおよびショップ併設
- プレゼントに: 高品質な贈り物に最適な、魅力あふれるチョコレートのラインナップ

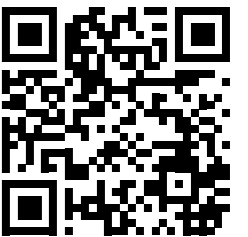


### 伝統あるマルシェ

毎週土曜午前、モンブラン広場 Place du Mont-Blanc にて開催。旬の野菜や果物、地域の特産品、惣菜、工芸品などが並びます。

### ファーム体験と学び

モンブラン・フェルム・ペダ協会  
Association Mont Blanc  
Fermes Péda





## モンブランのサフラン

標高1,000メートルで栽培される「モンブランのサフラン」は、独特の風味と秀逸な味が自慢。自家製ジャムやはちみつ、サフラン入りピネガーやマスタードなどもご賞味あれ。

- 一度は味わいたい、またはギフトにも最適
- 購入できる場所: 伝統的なマルシェ(土曜朝 - シャモニーのモンブラン広場 place Mont-Blanc)、または地元特産品を扱うショップ、ルフェージュ・パヨ Refuges Payot で販売。

## アルティチュード・ジン ALTITUDE GIN

2017年に誕生したサステナブル志向のブランド、アルティチュード・ジン。蒸留器にアルプスの空気を吹き込み、ジュンパーベリーやブルーベリー、松の針葉を使った“魔法のレシピ”を、山の清らかな水で蒸留しています。生物多様性の保全に向け、モンブラン高山生態系研究センター(CREA)の取り組みも支援。見学・試飲: 自由見学または予約による個別見学

## レ・ゴーフル・ド・シャモニー LES GAUFRES DE CHAMONIX — 1965年創業の名店

シャモニー版「ブルーのストのマドレーヌ」ともいえる懐かしの味は、木の小屋が目印の店で、60年にわたり人々に親しまれてきました。ファヴレ家 Favret が生み出した手作りレシピは、今も大切に守られています。

定番のプレーンに加え、ぜひ味わいたいのは塩キャラメル、そしてレモンクリームも外せません。街の中心で味わう、懐かしく美味しいひととき。

14時30分～19時営業 | 65, rue Whympet à Chamonix

## シャモニー観光ミニトレイン

環境に配慮した100%電動のミニトレインで、シャモニーの起源や歴史、建造物、建築、スポーツ、アクティビティ、そして周囲のパノラマを音声解説付きで巡ります。

日本語音声ガイドあり | バルマ広場 Place Balmat (郵便局前) から出発  
所要時間: 約40分

貸切可能: [info@trainchamonix.com](mailto:info@trainchamonix.com)

## 地元生産者と 特産品

モンブラン地域の中心において、地元生産者たちは景観や牧畜文化の保全に重要な役割を担っています。自然と調和しながら生み出されるのは、サヴォワ産チーズや山岳地帯で飼育された畜産物、旬の果物や野菜など、質の高い食材の数々です。

情熱あふれる生

産者たち: パン・ド・シボン Pain de CHIBON、ラ・フェルム・ド・ラ・グリアーズ Les Fermes de la Griaz、モンロック Montroc、ヴァロルシーヌ Vallorcine、GAECデ・クロエ・マスタン GAEC des Croets Mastins ほか。

製品の購入は:

<https://www.chamonix.com/artisanat-et-producteurs-locaux>



## 環境

### エコロジーとエネルギーの変革を目指して数々のプロジェクトを実施

シャモニー・モンブラン渓谷では貴重であり脆弱でもある当渓谷の自然遺産を保護する重要性が強く意識されており、この数年来、積極果敢なプロジェクトの数々に取り組んできました。その目的は自然環境を守ること、多様な分野(モビリティ、住宅および建物、エネルギー、ゴミ、循環型経済など)でエコロジーとエネルギーの変革を積極的に推進することです。

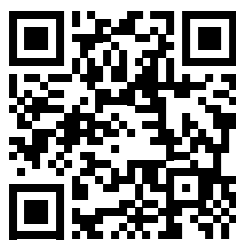
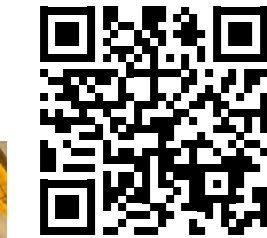
### 認証ラベル「フロコン・ヴェール」の更新

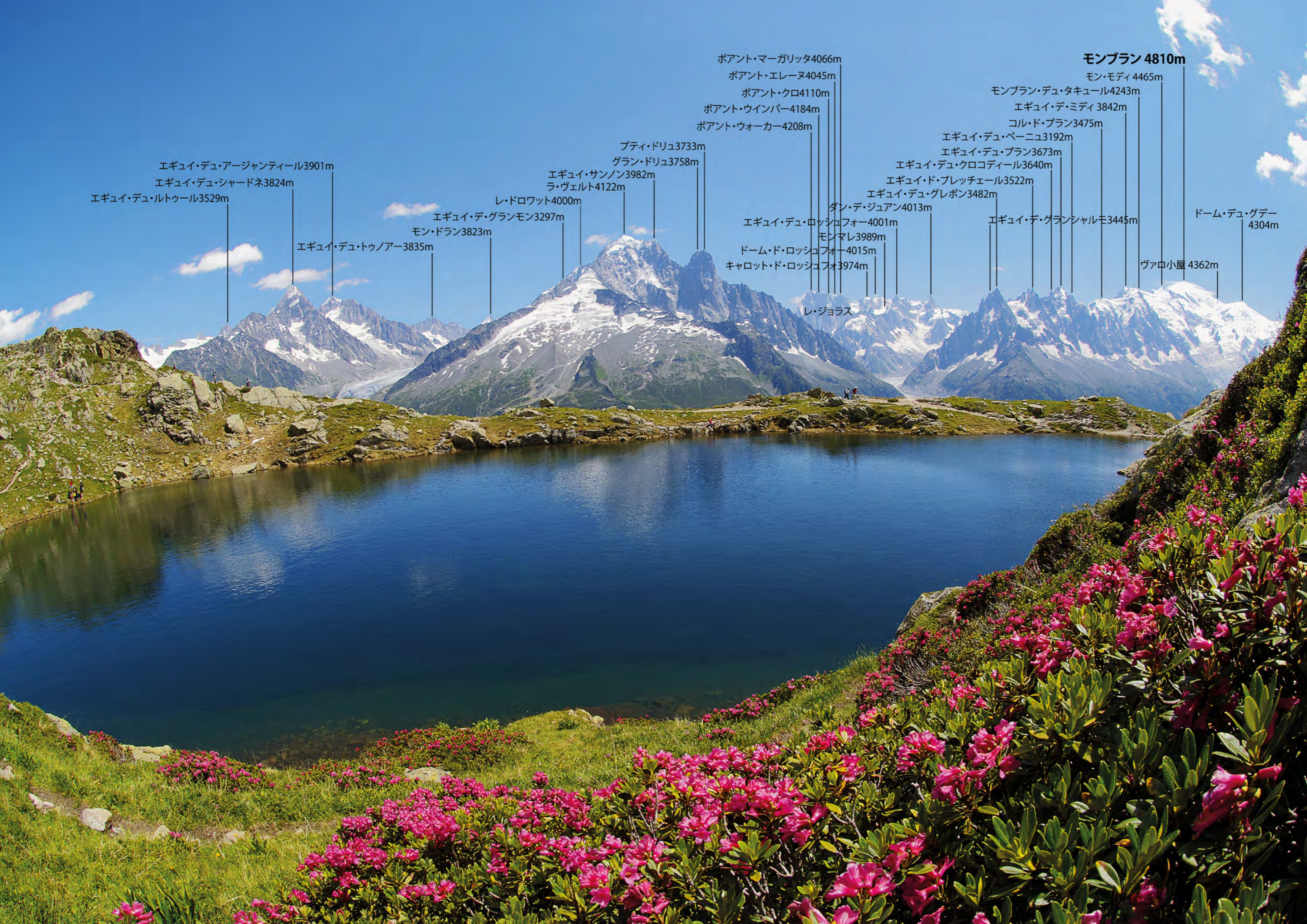
フロコン・ヴェール Flocons vert は山岳観光デスティネーションのサステナブルな取り組みを保証する認証ラベルです。シャモニー・渓谷はこうした取り組みの先駆者であり、2013年にラベルを取得。現在、レベル2のラベルを更新しています。

<https://www.flocon-vert.org/stations-laureates/vallee-de-chamonix-fr>  
<https://www.flocon-vert.org/le-label/>

### 地元のアクターも積極的に参加

シャモニー・モンブラン渓谷の90%が環境保護措置の恩恵を受けており(3つの国立自然保護区、1つのナチュラ2000サイト、2つの指定保護サイト)、当渓谷の経済アクターも生物多様性と生態系の保全について利用者を啓発する活動に取り組んでいます。





モンブラン 4810m

モン・モディ 4465m

モンブラン・デュ・タキユール 4243m

エギュイ・デ・ミディ 3842m

コル・ド・ブラン 3475m

エギュイ・デュ・ペーニユ 3192m

エギュイ・デュ・ブラン 3673m

エギュイ・デュ・クロコディール 3640m

エギュイ・ド・プレツェール 3522m

エギュイ・デュ・グレボン 3482m

ダン・デ・ジュアン 4013m

エギュイ・デ・グランシャルモ 3445m

ドーム・デュ・グデー 4304m

ヴァロ小屋 4362m

ポアント・マーガリッタ 4066m

ポアント・エレヌ 4045m

ポアント・クロ 4110m

ポアント・ウインパー 4184m

ポアント・ウォーカー 4208m

プティ・ドリユ 3733m

グラン・ドリユ 3758m

エギュイ・サンノン 3982m

ラ・ヴェルト 4122m

レ・ドロワット 4000m

エギュイ・デ・グランモン 3297m

モン・ドラン 3823m

エギュイ・デュ・トゥノア 3835m

エギュイ・デュ・アージャンティール 3901m

エギュイ・デュ・シャードネ 3824m

エギュイ・デュ・ルトウール 3529m

エギュイ・デュ・ロッシュフォー 4001m

モンマレ 3989m

ドーム・ド・ロッシュフォー 4015m

キャロット・ド・ロッシュフォー 3974m

レ・ジョラス

# ESSENTIALS



Panoramic Mont-Blanc



## ぜひ訪りたい場所



標高3,842メートル、  
エギュイユ・デュ・ミディから山の頂きに手を伸ばす

### シャモニからの散策

1955年に開業したエギュイユ・デュ・ミディへのロープウェイは標高3,842mに到達します。シャモニーの中心街からわずか30分で高山域へアクセスでき、モンブラン山群と周囲のアルプスを一望する壮大なパノラマが広がります。

建築と技術の粋を集めた「天空への一歩 (パ・ダン・ル・ヴィド Pas dans le Vide®) (1,000mの断崖上に張り出したガラス張りの展望スペース) も必見です。



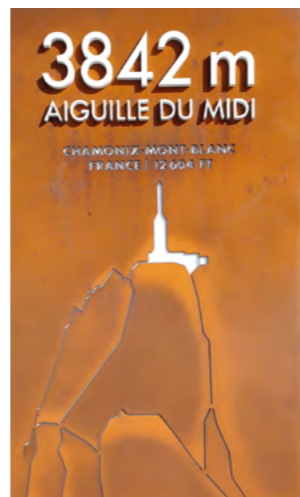
4Dシネマで  
氷河の上を  
飛ぶ体験を!

>2日間以上のマルチパス  
に含まれます。



### エギュイユ・デュ・ミディ 山頂から

パノラミック・モンブラン  
PANORAMIC MONT-BLANC:  
フランス～イタリアの国境を  
またぐ氷河上のゴンドラ(5月  
～9月運行)  
パスポートを忘れずに!



### シャモニからの散策

#### 氷河メール・ド・グラスとモンタンヴェール登山鉄道

たった20分で、モンタンヴェール登山鉄道が氷河「メール・ド・グラス」の岸まで運んでくれます。「氷の海」と名づけられた大自然の美の世界はヨーロッパでも最大級の氷河で、谷から誰でも行くことができます。モンタンヴェール展望台からは、ドリユ針峰、グランドジョラスなど魅惑的な山々と、標高1,400mから3,900mの40kmの広さに広がる驚異的なメール・ドゥグラス氷河が眺められます。

1,913mの終点駅は、たかさんの見学コースの出発点でもあります。メール・ドゥ・グラス氷河の中を歩いて見学できる「氷の洞窟」、岩の洞窟の中に造られた「水晶ギャラリー」、そしてハイカーには高山植物が美しい山道や、夏の人気クラシックコース「モンタンヴェール/プラン・ドゥ・エギューユ」のハイキング。このコースはエギュイユ・デュ・ミディのロープウェイ中間駅に到着します。



### ル・ブレヴァン Le Brévent

標高2,525mのエギーユ・ルージュ山  
群 Aiguilles Rouges を望むパノラマ

#### レ・プラ村 Les Praz から

フレジュール FLÉGÈRE (標高  
2,396m) : モンブラン山群を一望



#### アージャンティエール Argentièrre から

レ・グラン・モンテ LES GRANDS-MONTETS (標高3,300m)

#### ル・トゥール村 Le Tour または ヴァロルシーヌ Vallorcine から

バルム＝ヴァロルシーヌ BALME-VALLORCINE (標高2,777m) :  
牧草地と氷河の眺望



### 谷の入口

#### レ・ズーシュ Les Houches (標高1,900m)

ベルヴュー・ロープウェイ  
Téléphérique de Bellevue、  
プラリオン・ゴンドラ  
Télécabine du Prarion、  
またはモンブラン・トラムウェイ  
Tramway du Mont-Blanc



# FOUR SEASONS

## 四季を舞台にしたアクティビティ

山岳アクティビティ、ゲレンデスキーや氷河スキー、スノーシュー、登山（モンブラン登頂など）、ハイキング、Eマウンテンバイク、ゴルフ、タンデムパラグライダー、ラフティング、キャニオニング、ハイドロスピード、プール、クライミングなど。  
45種類以上のアウトドアアクティビティを楽しめます。

### アドバイス

登山あるいはすべてのスポーツの前に、あなたの準備は万全ですか？自己の実力を認識し、無理な行程を避け、天気予報には細心の注意を払いましょう。山の天候は変わりやすく、標高は体力の限界を変えてしまいます。防寒具・予備食・水を忘れずに携行し、子供づれの場合は特に、紫外線予防と温度変化、脱水に留意してください。コース、コンディション、テクニク、安全性、山の専門家たちに何でもご相談ください。



## 散歩&トレッキング

**歩いて見つける冒険、簡単なトレッキング**  
高低差の少ないルートを厳選(リフト利用有り/なし)

多くの方楽しんでいただける、簡単なトレッキングルートをご紹介します。周遊型ルート、往復ルート、谷間や森林、川沿い、展望が開けたルートなど、技術的な難易度が低いルートを選びました。

**アクセス:**公共交通機関(バス「Chamonix Mobilité」または鉄道「Mont-Blanc Express」)を利用。コースによっては、標高が高い場所のルートにアクセスするためにリフトを利用することがあります。

**休憩は食を愉しむひとときに:**コースに応じて、山のレストランや軽食スタンドに立ち寄り、絶景を眺めながら地元の名物料理(オムレツ、ファルソン、クレープ、ブルーベリータルトなど)をお楽しみいただけます。

**テクニカル情報:**各コースの詳細(所要時間、出発地点、標高差、難易度、日照条件など)はウェブサイトに掲載されています。GPSルートはQRコードをスキャンしてご確認ください。

トレイルガイドや詳細マップ(仏語/英語)は、観光案内所および公式オンラインショップにて販売しています。

現地ガイドの案内をご希望ですか？  
お問い合わせはこちら



## 出発前に:

天候の確認と登山道の状況チェックを忘れずに

- 天気予報: [www.chamonix.com/meteo](http://www.chamonix.com/meteo)
- La Chamoniarde (登山・ハイキングの安全情報): [www.chamoniarde.com](http://www.chamoniarde.com)
- 観光局: [en.chamonix.com/](http://en.chamonix.com/)



## 山のレストラン、軽食スタンド

美味しいひと休みが楽しめるトレッキングコース

実用情報: <https://www.chamoniarde.com/en/your-activities/hiking>



エリア	店名	特徴	標高	出発点	登り標高差	歩行時間
VALLORCINE	Cascade de Bérard +33 6 87 19 79 41	Refreshment bar at the entrance to Vallon de Bérard ☞ Located in forest above the waterfall and below Farinet forger cavern. ☞ Local specialties. Dinner on booking.	1450 m	Buet train station parking, before Vallorcine village and Direction Vallon de Bérard	100 m	➤ 20 min ~ 15 min
<a href="https://www.facebook.com/cascadedeberard.labuvette">https://www.facebook.com/cascadedeberard.labuvette</a>						
LE TOUR	L'Alpage de Balme +33 683 33 86 61	Mountain pasture in operation. ☞ Mt Blanc massif and particularly glacier du Tour. ☞ Local specialties. Booking advisable.	1990 m	① From top of Charamillon cabins in Le Tour ② From top of Vallorcine cabins ③ From le Tour village via aiguillette des Posettes	① 145 m ② 60 m ③ 720 m	➤ 30 min ~ 30 min ➤ 15 min ~ 15 min ➤ 2h30 ~ 2h
<a href="https://www.facebook.com/Restaurant-Alpage-de-Balme-100063654095590/">https://www.facebook.com/Restaurant-Alpage-de-Balme-100063654095590/</a>						
ARGENTIÈRE	Crèmerie du glacier +33 450 54 07 52	Dairy at the bottom of the valley. ☞ Located in the woods at the bottom of Argentièrre glacier. Orientation training course closed by. ☞ Local food. Booking advisable.	1300 m	From Lognan parking in Argentièrre direction CMBH Helicopter dropping zone	20 m	➤ 10 min ~ 10 min
<a href="http://www.lacremiereduglacier.fr">http://www.lacremiereduglacier.fr</a>						
LE LAVANCHER	Chalet du Chapeau +33 610 77 59 01	Above gorges de l'Arveyron and 10mn far from the view point on front of Mer de Glace. ☞ Aiguilles Rouges, Aiguilles de Chamonix. ☞ Local specialties. Dinner on booking.	1536 m	① From Lavancher village ② From les Bois village, chemin de la source de l'Arveyron	① 255 m ② 435 m	➤ 50 min ~ 40 min ➤ 1h20 ~ 1h
LES PRAZ	Chalet de la Floria New Owner 2026 Check at Tourist office +33 450 53 00 24	Chalet in the woods with a sunny terrace. ☞ Mont-Blanc range, aiguilles de Chamonix ☞ Local specialties	1337 m	① At entrance of les Praz village → left side before the bridge ② From tennis parking Chamonix, then Les Nants road, and La Floriaz sign	① 270 m ② 290 m	➤ 45 min ~ 40 min ➤ 1h ~ 1h
	Buvette du Paradis des Praz +33 6 63 10 42 38	Located in valley in the woods near by a stream. ☞ Kids games area. Pony rides ☞ Local specialties salads	1080 m	Les Praz golf parking	10 m	➤ 10 min ~ 10 min



## トレジャーハント (無料)

鉄道でアクセス可能な、自由に楽しめる文化散歩ルート

耳寄り情報: 登山列車モンブラン・エクスプレスはゲストカードの提示で無料になります。

→ 参加方法: 観光案内所にて案内をお受け取りください。





エリア	店名	特徴	標高	出発点	登り 標高差	歩行時間	
CHAMONIX	Buvette du Cerro Check at Tourist office +33 450 53 00 24	Located on glacier des Bossons right side. 🌿 Les aiguilles Rouges, le glacier des Bossons 🍷 Snacking and drinks. Open from 10am to 5pm	1358 m	① Parking before tunnel du Mont-Blanc entrance ② From les Bossons train station, via les Songenaz hamlet	① 100 m ② 345 m	➤ 15 min ~ 15 min ➤ 1h15 ~ 50 min	
	Cascade du Dard New Owner 2026 Check at Tourist office +33 450 53 00 24	Splendid water fall 20m high. 🌿 Les Aiguilles Rouges 🍷 Local specialties, salads... Dinner on booking	1233 m	① Penultimate curve on tunnel du Mont-Blanc road ② From chemin à Bâtir (Crêperie parking) via le camping des Mollisses	① 5 m ② 200 m	➤ 5 min ~ 5 min ➤ 50 min ~ 40 min	
	Alpage de Blaitière +33 622 32 50 95	Mountain pasture in operation. 🌿 Les aiguilles Rouges, les aiguilles de Chamonix, Chamonix valley 🐏 Sheepfold visit. Tasting and sale of cheeses	1708 m	① From parking du Biollay ② From parking du Grépon ③ From Plan de l'Aiguille mid station cable car	① 650 m ② 660 m ③ 600 m	➤ 2h ~ 1h30 ➤ 2h ~ 1h30 ➤ 1h50 ~ 1h	
	<a href="https://lesbrebsdepitounes.sumupstore.com/">https://lesbrebsdepitounes.sumupstore.com/</a>						
	Buvette des Mottets +33 680 95 30 87	Downstream from Montenvers 🌿 Mer de Glace, les Drus, glacier du Nant Blanc 🍷 Local specialties, salads... Dinner on booking. Possibility to book night in bubble tents	1638 m	① From parking des Planards (luge alpine coaster) ② From les Bois village, via chemin de la Filia ③ From Montenvers railway top-station	① 580 m ② 540 m ③ 275 m	➤ 2h ~ 1h30 ➤ 1h45 ~ 1h10 ➤ 50 min ~ 30 min	
	<a href="https://buvettemottets.wixsite.com/nature">https://buvettemottets.wixsite.com/nature</a>						
	Buvette Caillet +336 52 58 69 12	Downstream from Montenvers → Les aiguilles rouges, Brévent and Flégère. Permanent treasure game. 🌿 Organic, local products, cooking in wood stove. Dinner on booking. Bubble tent booking (night)	1590 m	① From parking des Planards (luge alpine coaster) ② From les Bois village, via chemin de la Filia ③ From Montenvers railway top-station	① 530 m ② 490 m ③ 323 m	➤ 1h45 ~ 1h15 ➤ 1h30 ~ 1h ➤ 1h ~ 40 min	
LES BOSSONS	Chalet du glacier des Bossons +33 744 97 79 07	On glacier des Bossons left side. 🌿 View point on the glacier, Chamonix valley. Thematic path about the story of the glacier 🍷 Local specialties. Dinner on booking	1425 m	① From les Bossons, route du Tremplin ② From route du Mont parking (before the hamlet & ski jumping hill) ③ From summit of les Bossons chairlift	① 370 m ② 275 m ③ 10 m	➤ 1h20 ~ 50 min ➤ 45 min ~ 35 min ➤ 5 min ~ 5 min	
LES HOUCHES	Chalet de Chailloux +33 610 95 39 47 +33 621 87 81 91	In a pasture below aiguillette des Houches. 🌿 Chamonix valley, massif du Mt Blanc, glacier des Bossons 🍷 Local cheese - charcuterie board	1932 m	① From parking du Bettey, la Flatière ② From Parc animalier de Merlet	① 590 m ② 465 m	➤ 2h ~ 1h30 ➤ 1h30 ~ 1h10	
SERVOZ	La Tête de la Fontaine +33 619 56 69 73 +33 450 47 21 68	Located on the path towards Pormenaz, ahead Servoz and Diosaz stream. → Fiz and Aravis mountain ranges → Local specialties. Dinner on booking	1080 m	① From Pont du Souay parking ② From Moulins d'en haut parking	① 80 m ② 200 m	➤ 20 min ~ 10 min ➤ 40 min ~ 30 min	

## トレッキングコースの例

(リフトなど使用の場合は最終リフトの時間を確認してください)

一週間、毎日ハイキングを取り入れたプログラム(ロープウェーを使った観光とハイキングの組み合わせ)

### 1日目

午前 エギユイ・ドゥ・ミディ Aiguille du Midi 展望台からイタリア側までロープウェーで移動、見学

午後 ロープウェーの中間駅でピクニックランチ(近くの山小屋で食事もとれます)の後、ハイキングでモンタンヴェール Montenversへ。登山電車でシャモニーへ戻ります。

### 2日目

午前 レプラまで行き、ロープウェーとリフトでランデックスへ、ハイキングでラックブラン Lac Blanc(ここの山小屋で昼食もとれます)

午後 シェゼリー Cheserys湖を通り、アージャンティエール Argentière の町まで下りて、バス又はモンブランエクスプレスでシャモニーへ戻る。



### 3日目

午前 ロープウェーでプレヴァン Brévent まで上りモンブランを正面に展望した後ベラッシャ Bellachat の山小屋へ(昼食も取れます)。

午後 その後、メルレ自然動物園 Parc animalier de Merlet のテラスで休憩後シャモニーまで直接下るか、レ・ズーシュ Les Houches の駅まで歩いてモンブランエクスプレスでシャモニーへ戻ります。

### 4日目

午前 バスでル・トゥール Le Tour へ。バルム峠 Col de Balme までリフトで上がり、歩いてアルベルト1世小屋 Chalet Albert 1<sup>er</sup> までのハイキング(山小屋では昼食がとれます)。近くに氷河がみられます。

午後 元来た道を途中まで戻り、中間駅のシャラミオン(お茶が出来ます)からテレキャビンで戻ります。又はル・トゥールの部落まで歩くことも出来ます。バスでシャモニーへ。

### 5日目

午前 バスでレ・ズーシュ Les Houches のル・プラリオン Le Prarion へ。テレキャビンでプラリオン山頂より歩いてヴォザ峠へ。トラムウエー登山電車 TMB で終点ニー・デグル Nid d'Aigle へ。モンブラン登山のスタート地点からのピオナセ氷河 Glacier de Bionnassay を展望(食事がとれます)。

午後 ハイキングでベルヴュー Bellevue まで。ロープウェーで下りバスでシャモニーへ。又はヴォザ峠 Col de Voza まで電車で行って、そこからハイキングでレ・ズーシュ Les Houches へ。バスでシャモニーへ。(そのまま登山電車で終点ル・ファイエ Le Fayet まで下りてモンブランエクスプレスでシャモニーへ)



### 6日目

シャモニーでショッピング、スパ、美術館巡り、散策、美味しいもの巡り(パティスリー、地ビールなど)をお楽しみください。

午後 観光案内所に立ち寄りトレジャーハントに参加、シャモニー土産を購入

Boutique officielle :  
<https://boutique.chamonix.com/en/>

### 18 ホールのゴルフコース

## マウンテンバイク コースマップ





# MULTIPASS



## マルチパス - 山頂を目指すなら

あなたの滞在に最適なパスをお選びください。

MONT BLANC  
MultiPass

### 春-夏-秋

#### モンブラン・マルチパス MONT BLANC MULTIPASS :

マルチパスは、“簡単なハイキング&観光”に最適なパスです。高山の魅力を存分に味わうため、春、夏、秋の季節に、特別感のある標高の高いエリアである4つの観光スポットからお選びください。

**耳寄り情報:**連続使用のパスではなく、滞在中の日程を選択して使用できるパスもあります。

二日間連続のパス:大人113€~



MONT BLANC  
Unlimited

### 冬季

#### モンブラン・アンリミテッド MONT BLANC UNLIMITED :

3か国(フランス、スイス、イタリア)をまたいだスキー&冒険旅行に 4つの観光地、10のスキーエリア

総滑走可能距離723km-ロープウェイ、登山鉄道、ゴンドラ、リフト、Tバーリフト

初級コース(緑)63本 | 中級コース(青)122本 | 上級コース(赤)170本 | 最上級コース(黒)67本



CHAMONIX  
Le Pass

#### シャモニー・ル・パス CHAMONIX LE PASS:

シャモニーの3つの主要スキーエリア(グランモンテ頂上を除く)を100%利用できるスキーパス



Service commercial :  
sales@compagniedumontblanc.fr



AGENDA

## 主要イベント

### 6月

Marathon du Mont-Blanc(モンブラン・マラソン) :  
25-28/06/2026

Chamonix film Festival(シャモニー映画祭) :  
10-14/06/2026

### 7月

Coupe du monde d'escalade(クライミング世界選手権) :  
10-12/07/2026

Cosmo jazz festival(コスモ・ジャズ・フェスティバル) :  
20-25/07/2026

### 8月

Compagnie des guides, Fête des guides  
(シャモニーガイド組合のガイド祭) :  
12-16/08/2026

UTMB, Ultra trail du Mont Blanc(ウルトラ・トレイル・デュ・モンブラン) : 24-30/08/2026

### 9月

Trail des Aiguilles  
rouges(エギーユ・ルージュ・  
トレイル) : 27/09/2026

Journées du  
Patrimoine(文化遺産デ  
ー) : 19-20/09/2026

### 10月、11月

Chamonix photo  
Festival(シャモニー写真フ  
ェスティバル) :  
30/10-01/11/2026

### 12月

Marché de Noël(クリスマ  
スマーケット) :  
19/12/26-03/01/2027





# CHAMONIX-MONT-BLANC

SERVOZ - LES HOUCHES - CHAMONIX-MONT-BLANC - ARGENTIÈRE - VALLORCINE

## コンタクト

### CHAMONIX-MONT-BLANC VALLEY TOURIST OFFICE

85 place du triangle de l'amitié 74400 CHAMONIX-MONT-BLANC

T : + 33 (0)4 50 53 00 24

[info@chamonix.com](mailto:info@chamonix.com)

#### プレス

**Astrid LANCEAU** : [presse@chamonix.com](mailto:presse@chamonix.com)

**Cécile GRUFFAT** : [c.gruffat@chamonix.com](mailto:c.gruffat@chamonix.com)






#### 旅行会社向けプロモーション

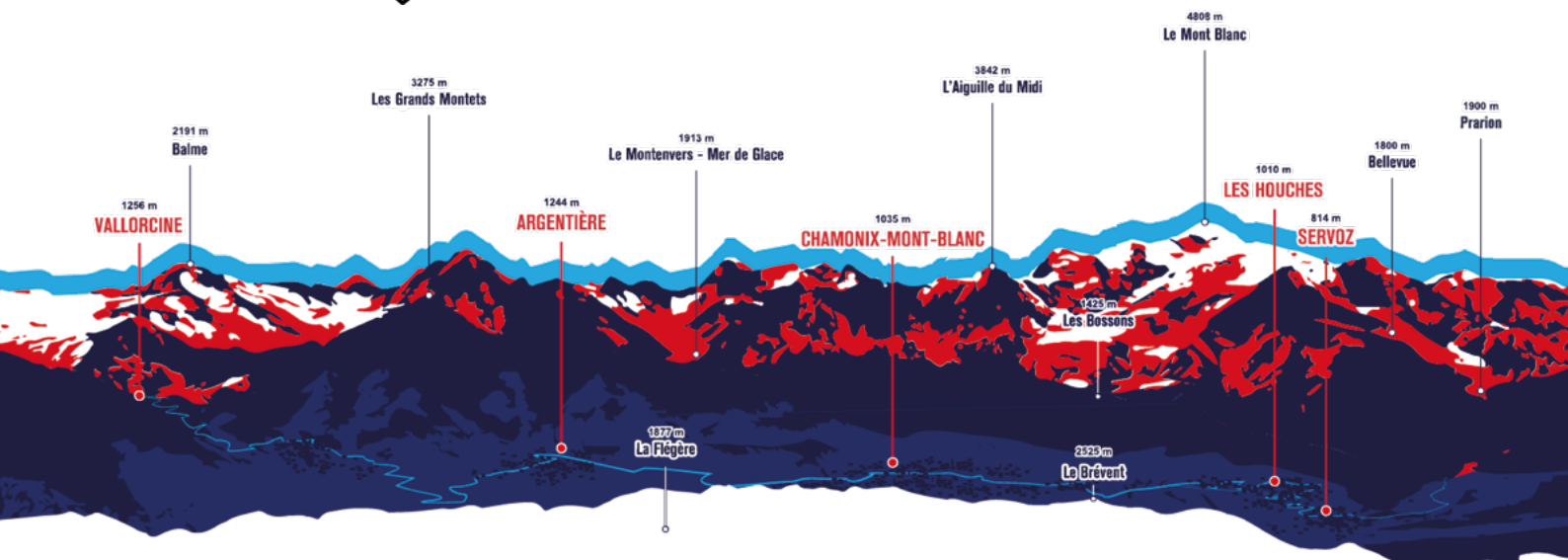
**Chloé ANCRENAZ** : [promotion@chamonix.com](mailto:promotion@chamonix.com)

+33 (0)450 53 23 33 · +33 (0)779 49 90 75 (WhatsApp)

WEB (GB) : <https://en.chamonix.com/>

WEB (JP) : [https://asia.chamonix.com/日本語](https://asia.chamonix.com/)

-  @chamonixmontblanc
-  @chamonixmontblanc
-  [photo.chamonix.com](http://photo.chamonix.com)
-  [chamonix\\_montblanc](https://open.spotify.com/artist/chamonix_montblanc)
-  [chamonix.com](http://chamonix.com)



OT VALLÉE DE CHAMONIX-MONT-BLANC Coordination : Chloé ANCRENAZ - Traduction : Mayumi Masuda

Photos : Tristan Shu (couverture), OT Chamonix-Mont-Blanc, Gaëtan Haugeard, Corentin Leray, Fabian Bodet, Gilles Lansard, Yucca Films, Eric Courcier, MBNR, B. Tsuda, Mario Colonej, N. Kubo, Chloé Ancrenaz, David Ravanel, Spa of Wonder, Les Vieilles Luges, Bois Prin, Auberge des Gorges, Shouka, Simond Héritage, Adam Johnston Photography, Cie. des Guides Chamonix Aventure, DR.

Mise en page : Joanna Perraudin © Tous droits réservés - été 2026