



Le p'tit guide des familles 2022

Family guide 2022



THÔNES
CŒUR
DES VALLÉES



VIVRE ENSEMBLE
DE BELLES EXPÉRIENCES

THÔNES
Cœur des Vallées
FRANCE | HAUTE-SAVOIE

« Famille Plus », c'est quoi ?

« Famille Plus », what is it ?

THÔNES CŒUR DES VALLÉES : UNE DESTINATION LABELLISÉE « FAMILLE PLUS NATURE »

Ce label permet d'identifier et d'authentifier les destinations proposant une offre adaptée aux familles et aux enfants. La ville de Thônes offre de nombreuses activités variées pour tous, autant en été qu'en hiver ainsi que des restaurateurs et hébergeurs toujours attentifs aux besoins des familles avec enfants de tous âges.



NOS 6 ENGAGEMENTS :

1. Un accueil personnalisé pour les familles
2. Des animations adaptées pour tous les âges
3. Du plus petit au plus grand : à chacun son tarif
4. Des activités pour petits et grands, à vivre ensemble ou séparément
5. Tous les commerces et services sous la main
6. Des enfants choyés par nos professionnels

THÔNES CŒUR DES VALLÉES: DESTINATION CERTIFIED « FAMILLE PLUS NATURE »

This label allows to identify and authenticate family friendly destinations. Thônes offers many different activities for everyone, both in summer and winter, as well as restaurants and accommodation providers always attentive to the needs of families with children of all ages.

OUR 6 COMMITMENTS:

1. A personalised welcome for families
2. Activities adapted for all ages
3. From the youngest to the oldest: a price for everyone
4. Activities for young and old, to be enjoyed together or separately
5. All shops and services on hand
6. Children pampered by our professionals

Un petit coin rien que pour toi...

Dans notre Office de Tourisme, un « coin enfants » avec une petite table et des chaises est à disposition. À ton arrivée, les conseillères en séjour t'offrent un petit livret avec jeux et coloriages à l'intérieur !

*Our Tourist Office advisors offer you a booklet with games and colouring inside.
A table with chairs suitable for children is also available at the front desk.*



Sommaire

INFORMATIONS PRATIQUES & COIN DES PARENTS

Practical informations & childcare facilities

PAGE 4

POUR LES PETITS AVENTURIERS

For the little adventurers

PAGE 7

ACTIVITÉS DANS L'EAU

Water activities

PAGE 8

APPRENDRE AVEC LES ANIMAUX

Learn with animals

PAGE 10

POUR LES AMOUREUX DE LA NATURE

For outdoor lovers

PAGE 11

POUR SE COUCHER MOINS BÊTE

For the little curious

PAGE 12

POUR SE DÉTENDRE

To relax

PAGE 14

MARCHÉS & VISITE DE FERMES

Markets and farm visits

PAGE 16

BALADES EN FAMILLE

Family walks

PAGE 18

UN P'TIT CREUX ?

Are you hungry ?

PAGE 20

OÙ DORMIR ?

Where to sleep ?

PAGE 22

MON CARNET DE VACANCES & JEUX

My holiday notebook

PAGE 26





Informations pratiques

Urgence

Pompiers : 18.
Samu : 15. Police : 17.
Secours en montagne : 112.

Cabinet médical

18 rue Louis Haase
+33(0)4 50 05 69 00

Accueil du secrétariat :
lundi au vendredi 8h30-12h & 14h-18h.
RDV possible sur Doctolib.
Permanence de 2 médecins :
samedi 8h30-12h, sans rendez-vous.

Pharmacie des Arcades

4 rue des Portiques
+33(0)4 50 02 00 13

Pharmacie Sivrière

Place Avet
+33(0)4 50 02 00 78

Cabinets infirmiers

15 rue de Tournette
+33(0)4 50 02 01 55

9 rue de la Tournette
+33(0)4 50 02 05 36

Laboratoire d'analyse médicale

8 rue de la Saulne
+33(0)4 50 02 08 85

OFFICE DE TOURISME THÔNES CŒUR DES VALLÉES

1 rue Blanche 74230 Thônes
infos@thonescoeurdesvalles.com
+33(0)4 50 02 00 26

AIRE DE JEUX

En plein centre de Thônes, près de la piscine, du mini-golf et des terrains de boules place Avet, l'aire de jeux vous propose des balançoires, toboggans, bac à sable, petit module d'escalade et de nombreux autres jeux.

AIRES DE PIQUE-NIQUE

Place Avet

2 tables et toilettes à proximité.

Autour du lac de Thuy

5 tables à proximité.

Aire de loisirs des Écureuils

4 tables, proche du centre équestre et du parcours aventure.
Toilettes à proximité.

Piscine

3 tables situées sur l'espace verdure de la piscine. Toilettes à disposition.

Écomusée du Bois et de la Forêt

3 tables situées derrière la scierie, dans le parc paysager.



Practical information



OFFICE DE TOURISME THÔNES CŒUR DES VALLÉES

1 rue Blanche 74230 Thônes
infos@thonescoeurdesvalles.com
+33(0)4 50 02 00 26

PLAYGROUND

In the heart of Thônes, near the swimming pool, the mini-golf course and the pétanque strip Place Avet, the playground offers swings, slides, a sandpit, a small climbing module and many other games.

PICNIC AREAS

Place Avet

2 tables, toilets nearby.

Around Thuy lake

5 tables nearby.

Leisure area of the Ecureuils

4 tables, near the equestrian centre and adventure course.
Toilets nearby.

Swimming pool

3 tables located on the lawn of the swimming pool. Toilets available.

Ecomusée du Bois et de la Forêt cultural site

3 tables behind the sawmill, in a park.

Emergency

For foreign tourists : 112.
Police : 17.

Doctor's office

18 rue Louis Haase
+33(0)4 50 05 69 00

Reception open: Monday to Friday
8:30 am-12 am & 2 pm-6 pm.

Appointment possible on Doctolib.

2 doctors available on a permanent basis on
Saturday 8:30 am-12 am, without appointment.

Pharmacie des Arcades

4 rue des Portiques
+33(0)4 50 02 00 13

Pharmacie Sivrière

Place Avet
+33(0)4 50 02 00 78

Nurse's offices

15 rue de Tournette
+33(0)4 50 02 01 55

-
9 rue de la Tournette
+33(0)4 50 02 05 36

Medical analysis laboratory

8 rue de la Saulne
+33(0)4 50 02 08 85



Le coin des parents

Childcare facilities



Crèche et garderie « Les P'tious » 'Les P'tious' childcare center

1 rue du Pré de Foire, Thônes
+33(0)4 58 98 01 13
multiaccueil@mairie-thonnes.fr

Accueil des enfants de 2 mois à 4 ans.
S'adapte au rythme des enfants
et favorise l'éveil et l'autonomie.

Infos pratiques

Inscriptions à la journée ou demi-journée.
Ouverture : lundi au vendredi 7h30-18h30.
Fermeture : 1 semaine à Noël & 1-22 août 2022.

*Children welcomed from 2 months to 4 years.
Adapts to the children's rhythm and promotes
awareness and independence.*

Practical information

Full or half day registrations.
Open: Monday to Friday 7:30 am - 6:30 pm.
Closed : 1 week at Christmas
& 1-22 August 2022

Foyer d'animation & de loisirs Animation & leisure center

3 rue du Chanoine Pochat-Baron, Thônes
+33(0)4 50 02 00 76
contact@foyeranimation.com

Accueil des enfants de 4 à 11 ans.
Propose des activités culturelles, artistiques,
sportives et bien-être.

Infos pratiques

Inscriptions à la journée ou demi-journée.
Ouverture : lundi au vendredi 8h-18h.
Fermeture : vacances de Noël
& Nouvel-An et les 3 premières semaines
d'août.

*Children welcomed from 4 to 11 years.
Offers cultural, artistic, sports
and well-being activities.*

Practical information

Full or half day registrations.
Open: Monday to Friday 8 am - 6 pm.
Closed: for the Christmas and New Year holidays
& the first 3 weeks of August.

Centre de loisirs « Les Abeilles » 'Les Abeilles' Leisure Centre

12 rue du 8 mai 1945, Thônes
+33(0)4 50 02 00 39
direction@association-les-abeilles.fr

Accueil des enfants de 4 à 12 ans.
Semaine à thème pendant les vacances.

Infos pratiques

Inscriptions à la journée ou à la semaine.
Ouverture : lundi au vendredi 7h-19h.
Fermeture : 1 semaine à Noël.

*Children welcomed from 4 to 12 years.
Theme weeks during holidays.*

Practical information

Day or week registrations.
Open: Monday to Friday 7 am - 7 pm.
Closed: 1 week at Christmas.





Pour les petits

For the little

aventuriers



Parc d'aventures Adventure park



Aravis Parc d'Aventures

Aire de loisirs des Écureuils, Thônes
+33(0)4 50 32 17 50
infos@aravis-parc-d-aventures.fr

Parcours acrobatique en forêt
pour toute la famille, de la petite
aventure au grand frisson !
À partir de 3 ans.

*Acrobatic course in the forest for the whole
family, from small adventure to big thrill!
From 3 years old.*

Tarifs (à partir de) / Prices (from) :
Enfant / Child : 9,50 €
Adulte / Adult : 24,50 €

VTT Mountain biking



Aravis VTT

Thônes
+33(0)6 60 78 46 18
ecolevttgbvt@gmail.com

Balades, sorties découvertes, stages ou
perfectionnement.
À partir de 6 ans.

*Rides, discovery or training courses,
improvement.
From 6 years old.*

Tarifs (à partir de) / Prices (from) :
Enfant (-12 ans) / Child (-12 y.o.) : 18 €
Adulte / Adult: 29 €
Stage / Course : 69 € (4 séances / 4 sessions)

Activités dans l'eau

Water activities

Pêche ton propre poisson !

Catch your own fish!



Pisciculture

*Vallée de Montremont, Thônes
+33(0)4 50 02 00 85*

Profitez d'une partie de pêche en famille à la pisciculture de Montremont dans un cadre champêtre. Restaurant sur place servant des spécialités à base de truite. Canne à pêche et appâts fournis.

*Enjoy a family fishing trip
at the Montremont fish farm in a rural setting.
Restaurant on site serving trout specialties.
Fishing rod and bait provided.*

15 € le kilo

Pêche en famille

Fishing with your family



Société de pêche

*Lac de Thuy, Thônes
+33(0)6 32 75 55 55*

En été, tous les jeudis, découverte de la pêche pour les enfants au lac de Thuy, encadrée par des bénévoles qualifiés.

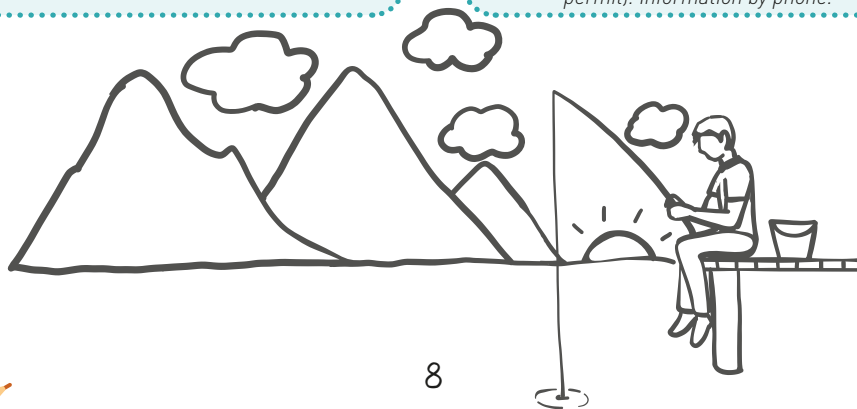
In summer, every Thursday, children can discover fishing at Lake Thuy, supervised by qualified volunteers.

Enfant (7-16 ans) / Child (7-16 y.o.) : 13 €

Matériel inclus / Including fishing equipments

Toute l'année, possibilité de pêcher en liberté (permis spécial). Plus d'infos par téléphone.

All year round, free fishing possible (special permit). Information by phone.



Piscine extérieure chauffée

Heated outdoor swimming pool



Enfant / Child : 2,50 €
Adulte / Adult : 5 €

Famille nombreuse (3 enf. + 1 ad.)
Family pack (3 children + 1 adult) : 10 €

Carte 10 entrées enfant / 10-entry pass for child: 20 €
Carte 10 entrées adultes / 10-entry pass for adult : 40 €

Piscine de Thônes

Place Avet, Thônes
 +33(0)4 50 02 01 76

Piscine extérieure chauffée en plein air au cœur de Thônes. Détendez-vous en famille ou faites quelques longueurs en ayant une superbe vue sur la via ferrata de la Roche à l'Agathe. Pataugeoire, moyen et grand bassins, 2 plongeoirs, pelouse avec tables de pique-nique, restauration et buvette au snack bar de la piscine.

Heated outdoor swimming pool in the heart of Thônes. Relax with the family or do a few laps with a superb view on the via ferrata of the Roche à l'Agathe. There is a paddling pool, a medium and large pool, 2 diving boards, a lawn with picnic tables, food and drink at the pool snack bar.

Bébés nageurs et cours de natation

Baby swimmers and swimming lessons

Aqu'Atlantys

3 allée François Cochat, Thônes
 +33(0)6 15 72 70 63
contact@aquatlantys.com

Partagez 1h de détente dans l'eau avec votre bébé lors d'un cours de bébés nageurs. Aqu'Atlantys vous propose également des cours de natation pour apprendre ou se perfectionner dans toutes les nages, en groupe ou en cours individuels.

Share 1 hour of relaxation in the water with your baby during a baby swimming lesson. Aqu'Atlantys also offers swimming lessons to learn or improve in all swimming techniques, in groups or in individual lessons.



Stage de natation / Swimming course : 79 €

Bébés nageurs / Baby swimmers : 16 €
(1 séance - 1 ad. + 1 enf.)
1 session - 1 adult + 1 child)





Apprendre

avec les animaux

Learn with animals



Découvrir la montagne avec les ânes

Discover mountains with donkeys



Ânes et alpages

La Sauffaz, Serraval

+33(0)6 19 23 02 01

dominique.beaufaron@laposte.net

Randonnez en compagnie des ânes de bât dans le Massif des Aravis sur des sentiers accessibles à tous. Jeux, lectures, contes et découverte de la faune, de la flore et des paysages.

Walk with pack donkeys in the Aravis Massif on paths accessible to all. Games, reading, tales and discovery of the fauna, flora, and landscape.

Enfant / Child : 30 € (journée)

Adulte / Adult : 37 € (journée)

Forfait famille (2 ad. + 2 enf.) : 125 €

Family pack (2 adults + 2 children) : 125 €

Gratuit -3 ans / Free of charge -3 y.o.

Promenades à poney et stages

Pony rides and courses



Centre équestre de Thônes

Aire de Loisirs des Ecureuils

2 rue Saint-Blaise, Thônes

+33(0)4 50 02 91 20

c.equestre.thones@wanadoo.fr

Stages estivaux et tours de poney de 15 à 30 minutes accompagnés par les parents.

Summer courses, riding lessons and pony rides of 15 to 30 minutes accompanied by the parents.

Tarifs (à partir de) / Prices (from) :

Stages / Courses : 50 € la journée / per day

Tours de poney / Pony rides : 5 € le tour / per ride

Cours / Lessons : 21 € / 1h

Pour les amoureux de la nature



For outdoor lovers

Découverte de la nature *Discovering nature*



Natur'Envie

Thônes

+33(0)6 22 54 92 68

frederic.isselin@natur-envie.com

Partez à la découverte de la faune et de la flore alpine. Observez, recherchez, comparez, amusez-vous avec la nature à travers des ateliers qui vous plongeront dans la vie de la forêt en été comme en hiver.

Discover the Alpine fauna and flora. Look, research, compare and have fun with nature through workshops that will immerse you in the life of the forest in winter and summer.

Enfant (-12 ans) / Child (-12 y.o.) : 9 €

Adulte / Adult : 11 €

Forfait famille / Family package : dès / from 35 €

Randonnées et activités outdoor *Hiking and outdoor activities*

Bureau des Guides

1 rue Blanche, Thônes

+33(0)6 75 83 62 81

bureauguidesthones@gmail.com

De multiples activités en été comme en hiver : randonnée pédestre, randonnée aquatique, bivouac, canyoning, via ferrata, escalade, raquettes à neige...

Various activities in winter and summer : snowshoeing, hiking, water trekking, bivouac, canyoning, via ferrata, climbing...



Tarifs (à partir de) / Price (from)

Adulte - Enfant / Adult - Child :

Canyoning : 61 € - 61 €

Rando 1/2 journée / Hiking 1/2 day : 25 € - 18 €

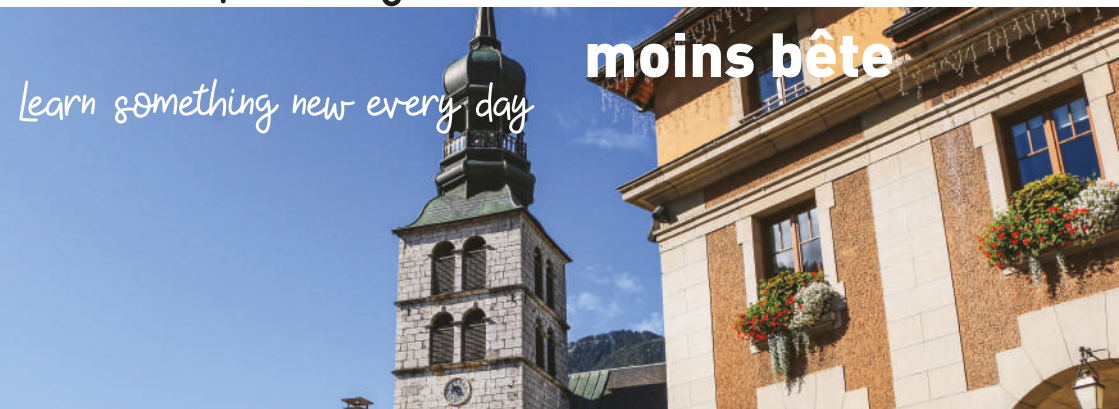
Via ferrata : 67 € - 55 € (dès 12 ans / from 12 y.o.)



Pour se coucher

moins bête

learn something new every day



L'histoire de Thônes *The history of Thônes*



Espace Muséal de Thônes

1 rue Blanche, Thônes
+33(0)4 50 02 97 76
musee@mairie-thones.fr

Venez découvrir l'évolution de la ville de Thônes depuis le 19^{ème} siècle à nos jours, de manière ludique avec des petits jeux ou histoires.

Discover the evolution of Thônes since the 19th century to the present day, in a playful way with little games or stories.

Jeune (12 - 16 ans) / Child (12 - 16 y.o.) : 2 €
Adulte / Adult : 5,50 €
Gratuit -12 ans / Free of charge -12 y.o.

Le travail du bois au 19^{ème} siècle *Woodcraft in the 19th century*



Ecomusée du Bois et de la Forêt

Scierie des Etouvières,
Vallée de Montremont, Thônes
+33(0)4 50 32 18 10
info@ecomuseedubois.com

Découverte d'une scierie hydraulique datant du 19^{ème} siècle, ateliers nature, initiations à la menuiserie, démonstrations, balades découvertes...

Discovery of a hydraulic sawmill dating from the 19th century, nature workshops, initiation to carpentry, demonstrations, discovery walks...

Tarifs (à partir de) / Prices (from) :
Enfant / Child : 4 €
Adulte / Adult : 6 €
Gratuit -6 ans / Free of charge -6 y.o.

Thônes pendant la guerre *Thônes during the war*



Site de Morette

Route de Thônes, Lieu-dit Morette,

La Balme-de-Thuy

+33(0)4 50 33 49 50

reservationsitesdesglieres@hautesavoie.fr

Visite du musée départemental de la Résistance haut-savoyarde, du mémorial de la déportation et de la Nécropole nationale des Glières en visite libre ou commentée. Espace multimédia et salle de projection. Livrets de jeux et animations spéciales enfants et familles.

Enfant (8 - 25 ans) / Child (8 - 25 y.o.) : 2 €

Adulte / Adult : 3 €

Famille (1 ad. + 1 enf.) : 2 €

Family (1 ad. + 1 child) : 2 €

Gratuit -8 ans / Free of charge -8 y.o.

Free or guided visit of the Haute-Savoie Resistance Museum, the Deportation memorial and the national Necropolis. Multimedia space and screening room. Game books and special activities for children and families.

Rendez-vous à l'Office du Tourisme pour récupérer le jeu de piste gratuit de Thônes !
Il te permettra de découvrir le centre-ville tout en t'amusant.

Si tu souhaites en savoir plus, des visites guidées de Thônes sont proposées (plus d'infos sur notre site internet).

*Go to the Tourist Office to get the free treasure hunt of Thônes!
It will allow you to discover the city-centre while having fun.*

*If you want to know more, guided tours of Thônes are available
(more info on our website).*



Pour se détendre

To relax



Mini-golf



Mini-golf

Place Avet, Thônes
+33(0)6 78 61 71 85

A proximité de la piscine de Thônes, des jeux pour enfants et des terrains de boules, venez passer un moment de détente en famille ou entre amis au mini-golf.

Near the swimming pool of Thônes, children's playground area and the petanque strip, come and spend a relaxing moment with your family or friends at the minigolf.

Enfant / Child : 3,50 €
Adulte / Adult : 4 €

Séance de cinéma *Cinema session*



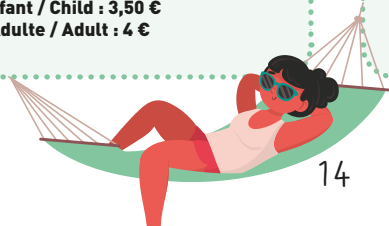
Cinéma Edelweiss

Passage des Addebouts, Thônes
+33(0)4 50 02 04 00
cinemaedelweissthones@orange.fr

Une salle de cinéma avec 1 ou 2 projections à la journée, selon les périodes (17h30 et/ou 20h30).

A cinema with 1 or 2 screenings per day, depending on the period (5:30 pm and/or 8:30 pm)

Enfant / Child : 4,50 €
Adulte / Adult : 8 €
Carte 6 séances (adultes) : 42 €
6-sessions pass (adults) : 42 €



Librairie *Book shop*



Librairie des Aravis

11 place Avet, Thônes
+33(0)4 50 02 17 90
lib.aravis@wanadoo.fr

Littérature, jeunesse, BD, montagne, régionalisme, cartes et guides. Fournitures : scolaires, bureau, informatique. Photocopie couleur, reliure, tampons. Papeterie, loisirs créatifs. Espace internet. Rencontres littéraires.

Literature, children's literature, comics, mountains, regionalism, maps and guides. School, offices and computer supplies. Colour photocopies, bindings, stamps. Stationery, arts and crafts. Internet space. Literary events and signings.

Bibliothèque *Library*



Bibliothèque Multimédia de Thônes

1 rue Blanche, Thônes
+33(0)4 50 02 96 92
bibliotheque@mairie-thonnes.fr

Espace coloré et convivial. Une offre variée de livres, magazines, BD, DVD et livres audios pour tout âge. Trois espaces : enfants, ados et adultes. Ordinateurs et wifi à disposition.

Colourful and friendly space. A wide range of books, magazines, comics, DVDs and audio books for all ages. Three areas: children, teenagers, adults. Computers and wifi available.

Gratuit / Free of charge
Abonnement mensuel : 8€ (5 pièces)
Possibilité d'abonnement annuel.
Possibility of monthly or annual subscription.





Marchés et

visites de fermes

Markets and farm visits



La ferme de Lorette Été / Summer

Plateau de Beauregard, Thônes
45.891323, 6.398215
+33(0)6 78 12 55 05
visitelorette@orange.fr

Venez visiter l'alpage de la Ferme de Lorette
situé sur le Plateau de Beauregard
(juin - septembre, accessible seulement à pied) :
du lundi au vendredi à 14h30, sur réservation.

Cette visite guidée vous montrera les secrets de
fabrication du fameux Reblochon AOP, de la traite à la
transformation du lait en fromage.

Vous terminerez par une petite dégustation !

Visite spéciale enfant : mercredi matin à 10h, sur réservation.

Accès libre à la ferme toute la journée.

*Come and visit the mountain pasture of the Ferme de Lorette
located on the Plateau de Beauregard
(June - September, accessible only by foot): Monday to Friday
at 2.30 pm, by reservation.*

*This guided tour will show you the secrets of making the
famous Reblochon AOP, from milking to the transformation
of the milk into cheese. You will finish with a small tasting!*

*Special visit for children: Wednesday morning
at 10am, by reservation.*

Free access to the farm all day.

Adulte / Adult : 6,50 €
Enfant (-12 ans) / Child (-12 y.o.) : 4,50 €
Gratuit -5ans / Free of charge -5 y.o.



La ferme de Lorette Hiver / Winter

2938 route de Glapigny
+33(0)6 78 12 55 05
visitelorette@orange.fr

Visite libre de
la Ferme de Lorette à Glapigny
en hiver (septembre - mai)
tous les jours de 16h à 18h.
Vous pourrez caresser les veaux,
accéder à l'étable et apercevoir la
traite. Pas d'accès à la traite ou de
démonstration de fabrication
ni de dégustation.

*Free visit of the Ferme de Lorette in
Glapigny in winter (September - May)
every day from 4 to 6 pm.*

*You could pet the calves, enter the
cowshed and see, a bit, the milking. No
demonstration of milking,
no transformation, no tasting.*

Gratuit / Free of charge



Thônes est reconnue comme étant la Capitale du Reblochon et du Chevrotin !
Le Reblochon est LE fromage emblématique de la région, utilisé pour la préparation de nombreux plats traditionnels : tartiflette, croziflette, reblochonnade...

L'avez-vous déjà goûté ?

Si ce n'est pas encore fait, courez vite en acheter directement dans les fermes qui font de la vente directe, sur le marché de Thônes le samedi matin ou bien dans les différentes crèmeries de la ville. Pour le déguster déjà cuisiné, allez vous installer à la table de l'un de nos restaurants (page 20) pour tester une de nos spécialités !

Un peu d'histoire...

Le Reblochon est un fromage onctueux fait à base de lait de vache. Il a été créé au 13^{ème} siècle dans les alpages des vallées de Thônes. Le nom Reblochon vient du patois « Rebloche » qui signifie traire une 2^{ème} fois.



Thônes is known as the Capital of Reblochon and Chevrotin!

Reblochon is THE emblematic cheese of the region, used in the preparation of many traditional dishes: tartiflette, croziflette, reblochonnade... Have you already tasted it? If you haven't yet, run and buy it from the farms that sell it directly, on the Thônes market on Saturday mornings or in the various dairy shops in Thônes. If you want to taste it already cooked, go and sit at the table of one of our restaurants (page 20) to try one of our specialities!

A little history...

Reblochon is a creamy cheese made from cow's milk. It was created in the 13th century in the mountain pastures of the Thônes valleys. The name Reblochon comes from the patois 'Rebloche' which means to milk a 2nd time.

Jours de marchés locaux (le matin) Market days (in the morning)

Thônes : Samedi / Saturday

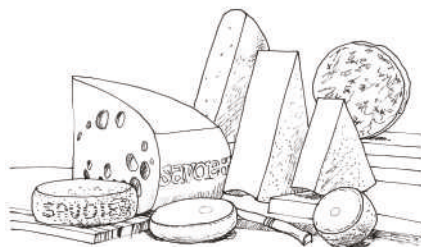
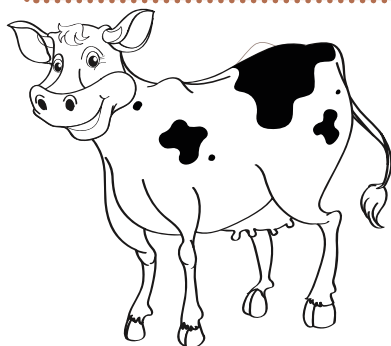
Saint-Jean-de-Sixt : Dimanche (juillet & août) / Sunday (July & August)

La Clusaz : Lundi / Monday

Le Grand-Bornand : Mercredi / Wednesday

Manigod : Mardi (juillet & août) / Tuesday (July & August)

Annecy : Mardi, vendredi, samedi & dimanche / Tuesday, Friday, Saturday & Sunday





Balades en famille

Family walks

Boucle du Plateau de Beauregard



Depuis le parking de la Croix Fry, suivre la direction « Pointe de Beauregard ». A la 2^{ème} épingle, continuer sur la piste qui monte au Plateau de Beauregard. Retour au parking par le même itinéraire.

À voir, à faire : vue panoramique sur la chaîne des Aravis, le Mont Blanc, le massif de la Tournette & visite de la Ferme de Lorette et vente de fromage chez le producteur.

At the Croix Fry car park, follow signs to 'Pointe de Beauregard'. At the 2nd hairpin, continue on the track that climbs to the Plateau de Beauregard.

Return to the car park by the same route.

Must-see, must-do : panoramic view on the Aravis range, the Mont Blanc, the Tournette massif & farm visit of the Ferme de Lorette and cheese sale at the producer.

2h - 5 km - 150 m D+

Circuit des Cascades



Prendre le sentier à côté de l'Auberge de Morette en direction de Notre Dame des Neiges. Au carrefour le Nantet, suivre le chemin qui descend à gauche vers l'abri préhistorique en passant par la cascade. Après le parking, prendre la route à gauche qui vous ramènera au Pont de Morette.

À voir, à faire : visite de l'Abri sous Roche en été, la grotte Notre-Dame-de-Lourdes, sentier de la Plaine du Fier à proximité & visite du site de Morette.

Take the path next to the Auberge de Morette which climbs in the direction of Notre Dame des Neiges. At the Nantet crossroads, follow the path that descends on the left towards the prehistoric shelter, via the waterfall. After the car park, take the road on the left which will bring you back to the Pont de Morette.

Must-see, must-do : Abri sous Roche visit in summer, the cave of Notre-Dame-de-Lourdes, the Plaine du Fier path & visit of the Morette site.

45 min - 1,6 km - 130 m D+

Ma panoplie de promeneur

As-tu pris le nécessaire pour te promener ? *Did you take the necessary things to walk around?*

☐ 1l d'eau par personne
1l of water per person

☐ une casquette
ou un chapeau
a cap or a hat

☐ des vêtements chauds
warm clothing

☐ de la crème solaire
sunscreen

☐ des bonnes chaussures
de marche
good walking shoes

☐ des lunettes de soleil
a pair of sunglasses

☐ ta bonne humeur !
your good mood!

☐ de quoi grignoter
something to snack on

La Plaine du Fier



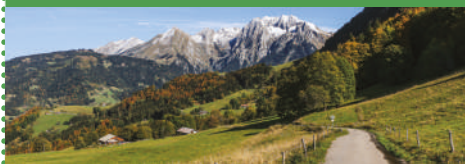
Au départ de la Balme-de-Thuy (parking de l'Abri sous Roche ou terrain de Rodéo Cascade) ou Dingy-Saint-Clair (parking de Provenat), ce sentier aménagé longeant le Fier ravira petits et grands, à pied, à vélo, à cheval ou en poussette. Adaptez la distance à parcourir selon vos envies.

Retour par le même itinéraire.

From the Balme-de-Thuy (Abri sous Roche car park or Rodéo Cascad site), or Dingy-Saint-Clair (Provenat car park), this adapted path along the Fier river will delight young and old alike, on foot, by bike, on horseback or with a pushchair. Adapt the distance according to your desires. Return by the same route.

3/4h - 10/14 km - 40 m D+

Chalet de Sulens



Au Col de Plan Bois, prendre la piste forestière à droite de l'auberge, direction la "Grande Montagne" et son alpage.

Retour au Col de Plan Bois par le même itinéraire.

À voir, à faire : les alpages de Sulens avec leurs vaches, magnifique vue sur la vallée de Thônes, la Tournette & le Parmelan. Vente de fromages chez les producteurs.

At the Col de Plan Bois, take the forest track to the right of the restaurant, towards the 'Grande Montagne' mountain pasture school. Return to the Col de Plan Bois by the same route.

Must-see, must-do : the mountain pastures of Sulens with their cows, magnificent view of the Thônes valley, the Tournette & the Parmelan. Cheese sale at the producers.

2h - 4,8 km - 325 m D+

Le Roi du Mont



Passer le porche sous les arcades, continuer devant le cinéma et suivre tout droit le chemin du Mont. A la fin de la route goudronnée, poursuivre sur le sentier en direction de la Table Ronde puis du Roi du Mont. Retour par le même itinéraire.

À voir, à faire : jolie vue sur la vallée de Thônes, le Parmelan, découverte du Roi du Mont (Épicéa âgé de 250 ans).

Go through the porch under the arcades, past the cinema and straight on to the Chemin du Mont. Continue on the path towards the Table Ronde and then the Roi du Mont.

Return by the same route.

Must-see, must-do : nice view on the Thônes valley, the Parmelan, discovery of the Roi du Mont (250 years old spruce).

2h15 - 5,3 km - 390 m D+

+ DE BALADES 3€

TOPOGUIDE avec 37 balades en famille en vente à l'office

Family walks map in English for sale at the office



VIRÉES EN ARAVIS (iPhone & Android)
Téléchargez l'application gratuite
Download the free app



Un p'tit creux ?

Are you hungry ?

Le Petit Chalet

5 place de l'Hôtel de Ville - Thônes
+33(0)4 50 02 07 99
petitchalet@outlook.com

9.10 €

Bistrot gourmand, spécialités savoyardes,
burgers, salades, cuisine traditionnelle,
produits du terroir.

Ouverture

Tous les jours midi & soir.
Fermé le lundi.

Informations pratiques

Terrasse et coin à langer.

Gourmet bistro, savoyard specialities,
burgers, salads, traditional cuisine,
local products.

Opening

Every day for lunch and dinner.
Closed on Monday evening.

Practical information

Terrace and changing table.

Escalope de volaille ou saucisse
ou steak haché servi avec frites
ou mini spécialité des parents
Bâtonnet glacé

Poultry escalope or sausage
or beefsteak with fries or mini
Savoyard speciality of the parents
Ice cream

La Cabane - Restaurant de la pisciculture

Vallée de Montremont, Thônes
+33(0)4 50 02 00 85
barlafloria@gmail.com

12 €

Bar-restaurant au bord de la rivière dans un
cadre champêtre avec sa spécialité : la truite.

Ouverture

Ouverture de début juin jusqu'à début septembre.
Juin et septembre : midi du mercredi au dimanche
et soir du jeudi au samedi.
Juillet et août : fermé lundi,
dimanche et mardi soir.

Informations pratiques

Espace extérieur avec jeux pour enfants.
Activité pêche proposée, transats
à disposition, coin à langer.

Filet de truite ou petite pièce de boeuf
avec gratin de pommes de terre & légumes
Glace ou fromage blanc avec crème ou coulis
Un petit sirop

Pub-restaurant by the river in a rural
setting with its speciality: trout.

Opening

Open from June until September.
June and September: lunch from Wednesday to
Sunday and dinner from Thursday to Saturday.
July and August: closed on Monday,
Sunday and Tuesday evening.

Practical information

Outdoor area with children's playground.
Fishing activity offered, deckchairs available,
changing table.

Trout fillet or small piece of beef
with potato gratin & vegetables
Ice cream or fromage blanc with cream or coulis
Small glass of fruit squash

Restaurant du Commerce

5 rue des Clefs, Thônes
+33(0)4 50 02 13 66
commerce@thones.fr

10 €

Spécialité & gastronomie régionale.
Produits frais et régionaux.

Ouverture

Tous les jours sauf dimanche soir et lundi.
Fermé 3 semaines au printemps
et 2 semaines en novembre.

Informations pratiques

Salon avec jeux, coin à langer et terrasse.

*Specialities & regional cuisine.
Fresh & local products.*

Opening

*Everyday except Sunday evening and Monday.
Closed 3 weeks in spring and 2 weeks in November.*

Practical information

*Lounge area with games,
changing table and terrace.*

**Steak haché ou jambon blanc servi avec
frites ou accompagnement du jour
Glace 2 boules & une friandise
Boisson offerte**

**Beefsteak or cooked ham with
fries or trimmings of the day
2 scoops of ice cream and a sweet
Free drink**

Restaurant l'Hermitage

8 avenue du Vieux Pont, Thônes
+33(0)4 50 02 00 31
contact@hoteldelhermitage.com

12 €

Plats traditionnels et gastronomie locale.

Ouverture

En semaine tous les soirs et midi sur demande.
Week-end midi & soir.
Fermé 1 semaine en avril & vacances de la Toussaint.

Informations pratiques

Terrasse, coin à langer et jeux à disposition.
Cabane extérieure pour les enfants.

Traditional dishes and local cuisine.

Opening

*Every evening during the week and on demand for lunch.
Lunch & dinner at weekends.
Closed one week in April & All Saints' Day holidays.*

Practical information

*Terrace, changing table and games available.
Outdoor hut for children.*

**Salade mixte ou charcuterie
Nuggets frites
Glace 2 boules
Sirop à l'eau**

**Mixed salad or cold meat
Nuggets with fries
2 scoops of ice cream
Fruit squash**

NB : tous les menus indiqués ici sont des menus enfants
NB: all menus shown here are children's menus



Où dormir ?

Where to sleep ?

Chalet des Burdines 🌿 🏠

543 chemin des Burdines, Thônes
+33(0)6 09 03 03 06
lesburdines@hotmail.fr

Les propriétaires vous accueillent dans leur ancien chalet construit en 1772 entièrement rénové, entouré de prés et de forêts avec vue imprenable sur les montagnes alentours.

Ouvert toute l'année.
2 chambres, 4 pers.



The owners welcome you in their old chalet built in 1772 and completely renovated, surrounded by meadows and forests with a breathtaking view of the surrounding mountains.

Open all year long.
2 rooms, 4 people.

Chalet Les Chouettes 🌿 🏠

Allée des Perce Neige, La Curiatz, Thônes
+33(0)6 73 73 02 01
info@leschouettes.com

Dans un quartier calme à 5 minutes à pied du centre-ville de Thônes, les propriétaires vous accueillent dans leur chalet de style savoyard. Depuis le jardin, vous aurez une vue sur les montagnes environnantes. Possibilité de table d'hôtes.

Ouvert toute l'année.
2 chambres, 4-6 pers.



In a quiet area, 5 minutes walk from the centre of Thônes, the owners welcome you in their Savoyard chalet. From the garden, you will have a view of the surrounding mountains. Possibility of table d'hôtes.

Open all year long.
2 rooms, 4-6 people.

Hotel du Commerce ★★ ★★

5 rue des Clefs, Thônes
+33(0)4 50 02 13 66
commerce@thones.fr

Situé en centre-ville de Thônes, tout proche de l'Eglise Saint-Maurice et son clocher à bulbe, vous pourrez bénéficier de sa terrasse tranquille fleurie en été. Possibilité de séjourner à la nuitée, à la ½ pension ou en pension complète.

Ouvert toute l'année sauf
3 sem. au printemps et 2 sem. en novembre.
30 chambres, 70 pers.

Open all year long except 3 weeks in
spring and 2 weeks in November.
30 rooms, 70 people.



Located into the city-centre of Thônes, near the Saint-Maurice Church and its bulbous bell tower, you could enjoy the quiet terrace in summer. Possibility to stay one night, 1/2 board or full board.

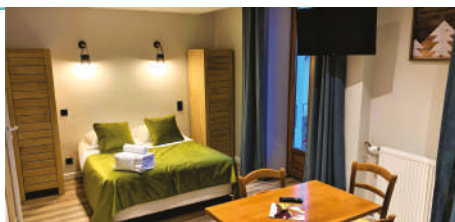
Hôtel l'Hermitage ★★ ★★

8 avenue du Vieux Pont, Thônes
+33(0)4 50 02 00 31
contact@hoteldelhermitage.com

Situé au cœur de Thônes, au pied de la via ferrata de la Roche à l'Agathe, vous bénéficierez d'un cadre privilégié pour la détente. Séjours sur mesure, possibilité de nuitée, ½ pension ou Appart'Hôtel.

Ouvert toute l'année.
34 chambres, 96 pers.

Open all year long.
34 rooms, 96 people.



Located in the centre of Thônes, at the foot of the via ferrata of the Roche à l'Agathe, you could enjoy a privileged setting for relaxation. Tailor-made stays, possibility for a night, 1/2 board or an Appart'Hôtel.

Chambres au Pré 🌾🏡

9 allée de Pré Varens, Thônes
+33(0)6 70 43 19 57
sophie@gites-aravis.fr



Sophie vous propose 4 chambres d'hôtes au calme, à la périphérie de Thônes. Elles sont toutes équipées de salles de bain privées. A votre disposition : cuisine, salon, terrasse, salon de jardin, jeux extérieurs et intérieurs...

Sophie offers 4 guest rooms on the outskirts of Thônes. They are all equipped with private bathrooms. At your disposal: kitchen, living room, terrace, garden furniture, indoor and outdoor games...

Ouvert toute l'année.
Fermé mi-nov. à mi-déc.
4 chambres, 12 pers.

*Open all year long.
Closed from mid-Nov. to mid-Dec.
4 rooms, 12 people.*

Auberge du Fraizier 🌾🏡

7 allée du Poney Blanc, Thônes
+33(0)6 70 57 33 08
aubergedufraizier@laposte.net



L'auberge vous propose 5 chambres d'hôtes situées sur les hauteurs de Thônes, avec une très belle vue sur la Tournette. Possibilité de table d'hôtes avec produits du terroir et adaptée à vos régimes et allergies alimentaires.

Delphine and Sylvain offer 5 guest rooms located on the heights of Thônes, with a beautiful view on the Tournette. Possibility of table d'hôtes with local products and adapted to your diets and food allergies.

Ouvert toute l'année.
5 chambres, 12 pers.

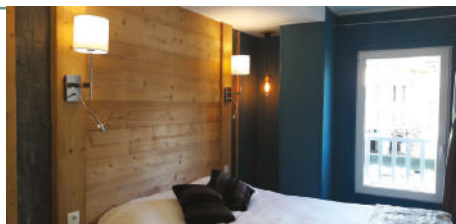
*Open all year long.
5 rooms, 14 people.*

Hôtel du Midi ★★ ★★ ★

5 place de l'Hôtel de Ville, Thônes
+33(0)4 50 02 00 44
hotelmidthones@gmail.com

Hôtel entièrement rénové au cœur de Thônes, vue sur la place Bastian, la Tournette et la Via ferrata de la Roche à l'Agathe. Possibilité de repas au restaurant de l'hôtel « Le Petit Chalet ».

Ouvert toute l'année.
14 chambres, 37 pers.



Fully renovated hotel in the centre of Thônes, view on the Bastian Place, the Tournette and the Via ferrata of the Roche à l'Agathe. Possibility to have a meal at the hotel's restaurant 'Le Petit Chalet'.

Open all year long.
14 rooms, 37 people.

Les Mésanges 🌾 🍷 🏡

8 route de Paradis, Thônes
+33(0)4 50 02 01 00
gite-lesmesanges@wanadoo.fr

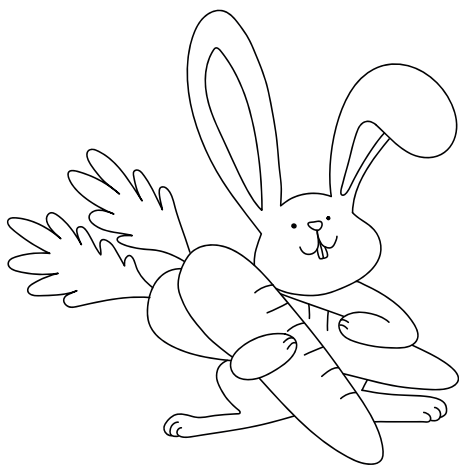
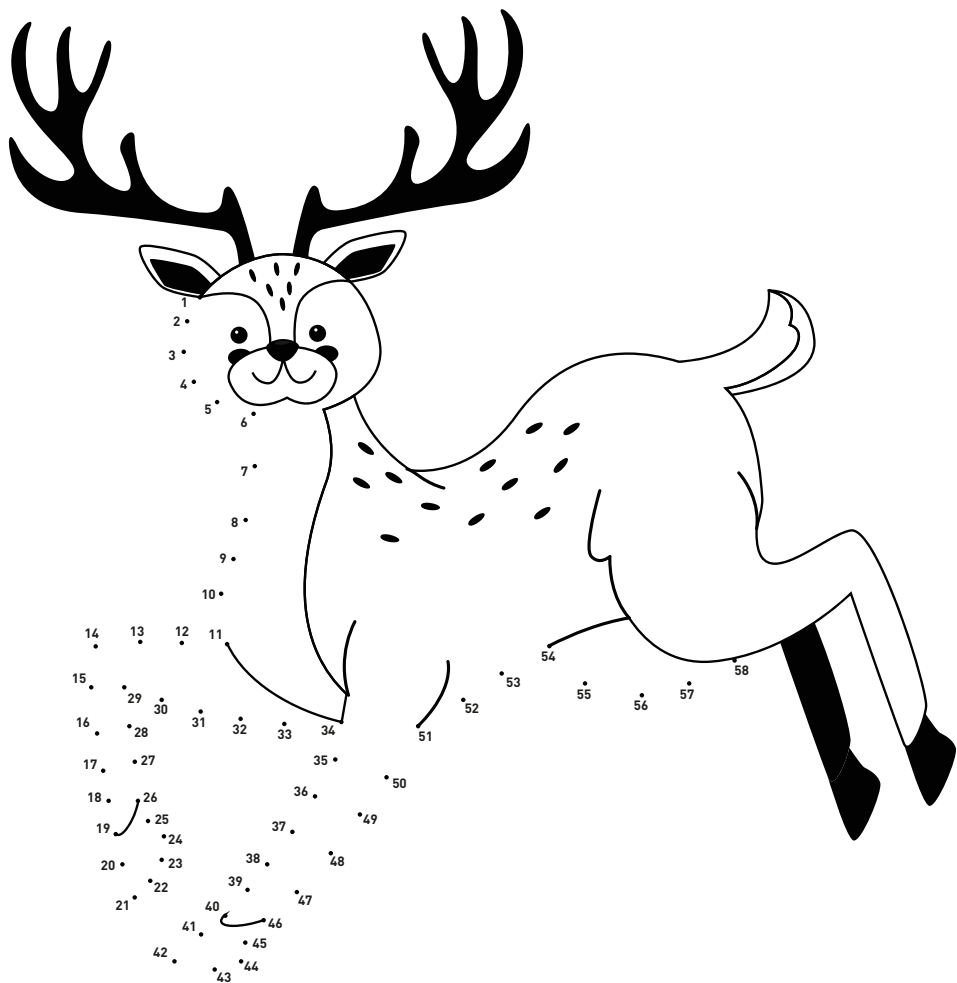
A 300m du centre-ville de Thônes, le Gîte des Mésanges vous accueille en 1/2 pension ou en gestion libre pour les grands groupes. Le grand jardin permet toutes sortes de jeux avec vue sur la Tournette d'un côté et sur la Roche à l'Agathe de l'autre.

Ouvert toute l'année.
4 ch. familiales de 4 pers,
3 dortoirs de 8 pers,
1 dortoir de 12 pers.



300m from the centre of Thônes, the Gîte des Mésanges welcomes you on a half-board or a self-catering basis for large groups. The large garden allows all sorts of games with a view of the Tournette on one side and the Roche à l'Agathe on the other.

Open all year long.
4 family rooms for 4 people,
3 dormitories for 8 people,
1 dormitory for 12 people.





Mon carnet de vacances

My holiday notebook

MON PRÉNOM :

My name :

MON ÂGE :

My age :

JE SUIS VENU(E) À THÔNES LE :

I came to Thônes on :

AVEC :

With :

MON ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE :

My favourite activity :

MA BALADE PRÉFÉRÉE :

My favourite walk :

UN ANIMAL QUE J'AI VU ET QUE J'AI AIMÉ :

An animal I saw and loved :

MON MEILLEUR REPAS :

My best meal :



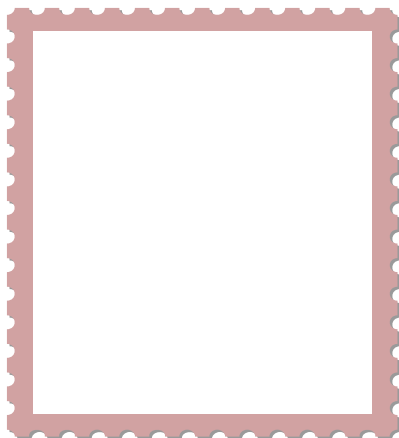
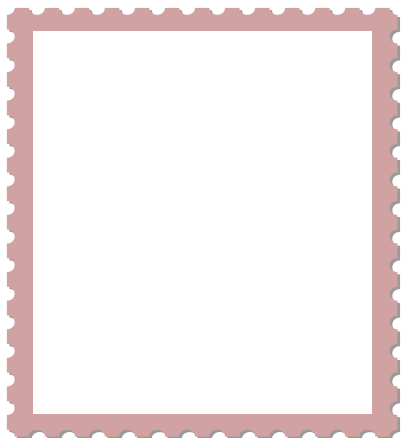
DESSINE UN PAYSAGE
QUE TU AS AIMÉ

Draw a landscape you liked

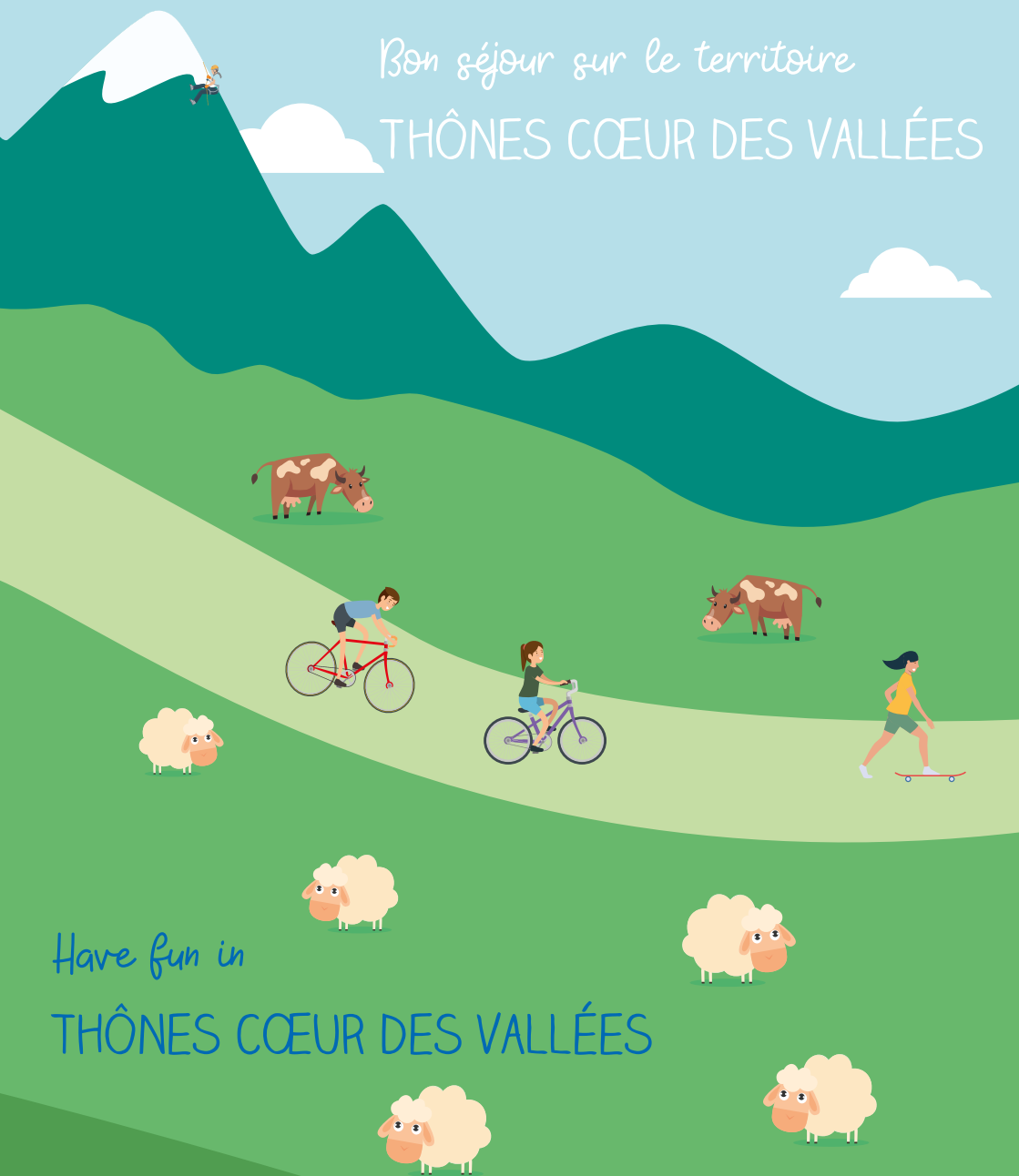


DESSINE UNE FLEUR
QUE TU AS VUE

Draw a flower you have seen



Bon séjour sur le territoire
THÔNES CŒUR DES VALLÉES



Have fun in
THÔNES CŒUR DES VALLÉES

THÔNES
Cœur des Vallées
FRANCE | HAUTE - SAVOIE



THÔNES CŒUR DES VALLÉES
1 rue Blanche 74230 Thônes
infos@thonescoeurdesvallees.com
www.thonescoeurdesvallees.com
+33(0)4 50 02 00 26