



Lifestyle : Sports d'hiver : 8 alternatives au ski pour s'éclater à la montagne



Et si on faisait une balade en chiens de traîneaux ? Suivez l'actualité de terrafemina.com sur Facebook Si pour la grande majorité des vacanciers, un séjour à la montagne en plein mois de février est forcément synonyme de ski et de snowboard, certains n'ont au contraire pas la moindre appétence pour ces sports de glisse. Vous faites partie de ceux-là ? Piochez donc parmi 8 alternatives au ski, celle qui vous correspond

le mieux.

Non, les vacances à la montagne ne se limitent plus à la pratique du ski et du snowboard. Pour preuve, les stations de sports d'hiver proposent désormais une multitude d'activités plus ou moins sportives et originales, à pratiquer en solo ou en famille. Alors, pourquoi se contenter de dévaler les pistes quand on peut aller voir ce qu'il se passe en dessous ?

1 - Une plongée sous la glace

Activité tendance du moment, la plongée sous glace a d'ailleurs été la star du dernier Salon International de la Plongée Sous-Marine qui s'est tenu début janvier à la Porte de Versailles. Et pour cause, cette discipline (qui n'est proposée que dans une poignée de stations comme Tignes en Savoie, Châtel en Haute-Savoie, Chamrousse en Isère ou encore à Oyonnax dans l'Ain) propose un voyage hors du commun et hors du temps dans une eau à trois degrés maximum.

« Le but de la plongée sous glace, c'est vraiment de rester juste en dessous, éventuellement d'être juste allongé sous la glace. Un peu comme dans le film *Le Grand Bleu*, on est collé au plafond. Et on descend à deux, trois ou quatre mètres », a expliqué Alban Michon, spécialiste de la discipline, sur les ondes de France Info. Et d'ajouter : « On peut alors voir des cristaux de glace, on peut aussi se voir en miroir. Parfois, on voit les couleurs de l'arc-en-ciel. On a une variété de paysages très insolites ». Une expérience extraordinaire à faire au moins une fois dans une vie.

2 - Une randonnée en raquettes

C'est certes l'une des alternatives les plus classiques au ski, mais force est de constater que le succès des balades en raquettes à neige ne se dément pas. Et ce n'est pas un hasard si l'immense majorité des stations de ski proposent de multiples formules de randonnées. En effet, outre le plaisir d'une promenade en famille ou entre amis, les raquettes offrent de nombreux avantages : éviter les skieurs, emprunter les sentiers insoupçonnés de son domaine de villégiature, et surtout découvrir la beauté de la faune et de la flore sauvage. Ou comment se transformer, le temps d'une journée, en Davy Crockett des temps modernes.

3 - Une séance de VTT sur neige

Vous êtes plutôt du genre hyperactif ? Accro aux sensations fortes ? Le VTT sur neige est fait pour vous. Comme son nom l'indique, cette activité consiste à enfourcher un vélo spécialement conçu à cet effet avant de dévaler des pistes enneigées. À noter qu'après avoir testé cette discipline innovante, les plus téméraires pourront s'essayer snow bike. Le principe est le même que pour le VTT sur neige, à la différence que votre monture sera une bicyclette montée... sur des skis. Sensations fortes garanties.

4 - Une excursion en chiens de traîneaux

Le reportage, *L'Odyssée sauvage* de Nicolas Vanier, diffusé en décembre sur M6 vous a

émerveillée ? Pourquoi ne pas vous offrir une balade en chiens de traîneaux pour éprouver, dans une moindre mesure bien sûr, les sensations ressenties par l'explorateur pendant sa traversée de la Russie, de la Chine et de la Mongolie ? Ce sera en outre l'occasion de découvrir le métier de musher (conducteur de traîneaux à neige) et de constater la complicité qui lie le maître et ses chiens. Avec un peu de chance, vous pourrez même prendre les commandes de la meute. Une belle façon de s'évader et d'oublier tous ses petits tracas quotidiens.

5 - Une descente en snake gliss

Vous connaissiez la luge traditionnelle, il faudra désormais compter avec la snake gliss ou « glisse en serpent ». C'est l'activité fun à tester absolument lors d'un séjour en groupe à la montagne. Elle propose d'assembler une dizaine de luges avant de se lancer à l'assaut de pistes réservées. Et si les descentes sont moins rapides que sur des skis, le fait d'être à ras du sol procure, malgré tout, des sensations fortes. Bon à savoir : placez-vous en tête de la file pour une descente détendue, en queue de peloton pour une expérience plus sportive.

6 - Une balade en scooter des neiges

Si vous aimez la montagne et souhaitez découvrir en profondeur le domaine sur lequel vous passez vos vacances d'hiver sans toutefois faire trop d'efforts, rien de tel qu'une balade en scooter des neiges.

7 - Un tour de bobsleigh

En 1993, le film Rasta Rockett, avait largement contribué à la popularité du bobsleigh. Cet hiver, et pour la première fois, la station de La Plagne propose aux adeptes de la glisse et des sensations fortes de s'essayer à cette discipline olympique, et ce, dans des conditions dignes des plus grands champions. Sont ainsi mis à la disposition des vacanciers de vrais bobsleighs et une piste de 1 500 mètres dotés de 19 virages faisant partie du patrimoine des jeux Olympiques d'Albertville. La promesse : une descente à 130 km/ heure... minimum.

8 - Une pause détente

Les stations de ski ont bien compris que, même à la montagne, les vacances devaient être synonymes de détente et relaxation. Et pour le plus grand bonheur des moins sportifs, nombreuses sont celles qui abritent des établissements thermaux, des centres de spa. Par ailleurs, ces séjours sont, pour les plus gourmands, l'occasion de découvrir la gastronomie et de savourer les trésors culinaires de la région et de ses environs. A nous les soirées raclette !