

Beste gasten,

We heten je van harte welkom in Hotel Esprit Montagne. In dit hotelboek lees je alles over onze faciliteiten en services, over inspannende én ontspannende activiteiten in de regio.

Mocht je meer willen weten over Hotel Esprit Montagne of de omgeving, dan vertellen we je natuurlijk graag meer.

Heb je zelf goede tips die we onze toekomstige gasten niet mogen onthouden? Vertel het ons en wie weet zie je jouw suggesties binnenkort terug in dit boek.

We wensen je een heel fijn verblijf toe.

Winterse groeten,

Alke & Team Esprit Montagne



Hotel Esprit Montagne
La Panthiaz
74360 La Chapelle d'Abondance
Frankrijk

+33 - (0)4 50 71 26 90
info@hotelespritmontagne.com
www.hotelespritmontagne.com

Mocht er een noodgeval zijn in het hotel; Alke woont in het hotel en is dus altijd ter plaatse. Het mobiele nummer **+33-(0)6 70 47 34 94** staat dag en nacht aan.

Apotheek

Pharmacie de La Chapelle ligt in het centrum van dit dorp en is herkenbaar aan een groen kruis dat aan de gevel hangt.

Openingstijden: maandag tot en met vrijdag 09h00 - 12h00 en 15h00 - 19h00 / zaterdag 9h00-12h00

Huisarts

Dr. Fesson-Lorin en Dr. Rambaud, Medisch Cabinet La Chapelle d'Abondance.

Telefoon: +33 – (0)4 50 70 87 22.

Open op:

Maandag: 09h00 tot 18h00
Dinsdag: 09h00 tot 17h00
Woensdag: 09h00 tot 18h00
Vrijdag: 09h00 tot 18h00
Zaterdag: 09h00 tot 12h00

Ziekenhuis

Hôpitaux du Léman
3, avenue de la Dame
BP 526

74203 Thonon Les Bains

Telefoon: +33 – (0)4 50 83 20 00

Het ziekenhuis is circa 40 minuten rijden.

Noodnummers

Algemeen noodnummer: 112

Ambulance: 15

Brandweer: 18

Politie: 17 of +33 – (0)4 50 73 01 02

VVV

Het *Office de Tourisme* ligt in het centrum van La Chapelle d'Abondance, tegenover het gemeentehuis.

<https://hiver.lachapelledabondance-tourisme.com>

Openingstijden: 09h00 - 12h00
14h00 - 17h30

Postkantoor

In het gemeentehuis vind je ook het postkantoor.

Openingstijden: maandag, woensdag en vrijdag van 09h00-12h00 / 14h00-16h30

Banken

Er zijn diverse pinautomaten in Châtel, La Chapelle en Abondance te vinden.

Sportwinkels

Er zijn zich 5 sportwinkels in La Chapelle. De meeste bevinden zich in het centrum, aan de doorgaande weg.

Esprit Montagne werkt samen met Planet Gliss. Wanneer je daar je materiaal huurt, ontvang je als gast van Esprit Montagne 10% korting.

Supermarkt

Proxy: kleine buurtsuper, midden in het centrum van La Chapelle. Aan de linkerkant van de weg.

Intermarché: grote supermarkt. Rij richting Châtel, bij de eerste rotonde rechtsaf naar beneden, na een paar honderd meter ligt de supermarkt links van de weg. (ma t/m za 08h30-19h15 / zo 09h00-12h00)

Benzinepomp

Naast de Intermarché is een benzinepomp waar je (met credit card en pinpas) dag en nacht kunt tanken.

DE HISTORIE VAN HOTEL ESPRIT MONTAGNE

3

Kerst 2009, Hotel Esprit Montagne ziet voor het eerst het levenslicht. Het gebouw dat vroeger nog bekend stond als Le Rucher, ofwel “De Imker”, stond jarenlang leeg. De bijen en bloemen in het houtsnijwerk op pilaren en balkons geven nog duidelijk de passie weer van de vorige hotelier; het imkerschap. Rechtsachter het hotel ziet u in de verte de bijenkorven nog staan.

Na jaren van leegstand, hebben wij het oude hotel grondig gerenoveerd. Tapijt op de muren maakte plaats voor fris stucwerk, de oude vloerbedekking met bloemenpatronen voor warm laminaat. Ook het meubilair is met veel liefde geselecteerd. Bij elk aspect van het hotel is het onze intentie geweest je kennis te laten maken met de echte bergsfeer, ofwel... de *Esprit Montagne*.

In een notendop

Hotel Esprit Montagne is een rustiek berghotel met twintig kamers die de charme van het bergleven uitstralen.

*“Geen massa, maar kleinschalig en informeel,
Geen snelle hap, maar lekker genieten van een goed diner,
Geen drukte, maar een knapperend haardvuur en gezelligheid,
Hotel Esprit Montagne betekent... tijd-voor-jezelf en tijd-voor-elkaar.”*

Onze filosofie

In Esprit Montagne genieten jullie, onze gasten, van actieve sport, schoonheid en ontspanning in een pure, rustige omgeving. Met persoonlijke service, aantrekkelijke tarieven, comfort en oog voor authenticiteit. En dat alles om je bij ons thuis te laten voelen.



Zoover Awards

De laatste jaren hebben we regelmatig dé publieksprijs van reizend Nederland gewonnen: een Zoover Award in de categorie “beste hotel van Frankrijk”. Deze prijs is gebaseerd op reviews van onze eigen gasten, waar we bijzonder dankbaar voor zijn. In 2015 werden we genoemd als 2^{de} beste hotel van geheel Frankrijk.



Receptie

Bij aankomst op zaterdag verwelkomen we je bij de receptie. Op andere dagen zijn we overal in het hotel aan het werk. We zitten daarom niet altijd achter de receptie, lopen vaak rond maar helpen je graag. En de receptiebel... die horen we overal! Tussen 11h00 en 16h00 is de receptie wel gesloten.

Restaurant

Naast de receptie ligt ons gezellige restaurant, waar dagelijks het ontbijt en het diner geserveerd worden. Het restaurant biedt een prachtig uitzicht op de Vallée d'Abondance en ligt bijna de hele dag in de zon.

Lounge

Het restaurant loopt over in de knusse lounge met open haard, bibliotheek en leestafel. Je treft hier niet alleen romans en thrillers aan, maar ook naslagwerken over de regio, de flora en fauna en natuurlijk over bergsporten zoals skiën, wandelen en klimmen.

TV-kamer

We hebben bewust gekozen om geen televisies op de kamers te plaatsen. Even de hectische wereld laten voor wat-ie is en genieten van het prachtige uitzicht, de dranken en spijzen, gezelligheid en natuurlijk... van elkaar.

Wil je toch graag televisie kijken, dan kan dat in onze knusse tv-lounge met flatscreen tv. Comfortabele banken en fauteuils, een uitgebreide dvd-collectie, Nederlandse zenders en een X-Box zorgen dat het je aan niets ontbreekt.

Aangezien we een klein hotel zijn, is de kans groot dat je de tv-lounge heerlijk voor jezelf alleen hebt.

Souterrain lounge

In het souterrain heb je alle ruimte voor jezelf. Pak een boek en een lekkere kop thee en installeer jezelf in een van de loungebanken.

Het souterrain is ook een ideale locatie om na een weldadige sauna even uit te rusten.

Biljartkamer

Op dezelfde verdieping vind je de biljartkamer. Het is ook een ideale ruimte om een potje te poken of even met je eigen laptop het internet op te gaan. Hier staat een self-service koelkast met frisdranken en sapjes. Op de lijst gewoon even aangeven wat je gedronken hebt en wij zetten het op de kamerrekening.

Internet

Op je smartphone, tablet of laptop kun je in het gehele hotel gratis van WIFI gebruik maken. Maak dan verbinding met het netwerk:

WIFI Esprit Montagne

Klik op hokje 'Accepteer de voorwaarden' en daarna op LOG IN.

Wellness

Niets is fijner dan de spieren te verwennen na een actieve dag in de buitenlucht. Daarom staat elke dag de sauna voor je klaar.

Wil je je spieren extra verwennen? We maken graag een afspraak met onze masseuse. Op de benedenverdieping hebben we een massageruimte voor je ingericht, waar je geniet van heerlijke massages of reiki.

Lockerruimte

In de kelder kun je je skimateriaal veilig opbergen. Je kamersleutel past op het slot van de locker. Mocht de buitendeur gesloten zijn, dan kun je met je kamersleutel ook deze deur openmaken.

Tuin

Hotel Esprit Montagne heeft een grote tuin met een robuuste, grote picknicktafel en een heerlijk loungeterras. Hier wordt in de zomer volop gebruik van gemaakt en soms zelfs aan het einde van de winter.

Het hele jaar door geniet je hier van de zon en het prachtige uitzicht op de Dents du Midi en de Vallée d'Abondance.

De twintig kamers in hotel Esprit Montagne zijn voor de opening in 2009 gerenoveerd. Van plafond tot vloer, van muren tot badkamer. Iedere kamer is voorzien van twee 1-persoonsbedden of een 2-persoonsbed, twee nachtkastjes, een bureau met spiegel en twee stoelen, allemaal in Alpenstijl. In 2019 & 2020 hebben we alle badkamers gerenoveerd, gangen geveerd, nieuwe vloerbedekking gelegd en een nieuwe receptie geplaatst. In 2021 is de hele buitenkant geveerd en straalt het hotel als nooit tevoren.

Beddengoed met een verhaal

Ons beddengoed heeft een historische waarde. Je ziet hierop de klassieke “poya” afgebeeld, ofwel de jaarlijkse trek van de koeien naar de hoger gelegen alpenweiden.

Overall in de Alpenlanden wordt dit voorjaarsmoment groots gevierd. Het boerenleven speelt nog altijd een centrale rol in de Alpen. Men leeft hier grotendeels van de zuivel- en vleesproductie.

Het beeld van al die koeien heeft in het verleden talloze kunstenaars en schilders geïnspireerd. Uiteindelijk is het dus ook op ons beddengoed terecht gekomen.

Twee wordt één

De kamers hebben twee enkele bedden of één 2-persoonsbed. Van twee enkele bedden maken we in een handomdraai een groot bed.

Wanneer we deze bedden tegen elkaar schuiven, vallen ze naadloos in elkaar. Van een hinderlijke tussenrichel is dan ook geen sprake. Desgewenst maken we de bedden op met een grote matrashoes en een groot dekbed.

Badderen

De welkomstgeschenkjes zoals shampoo, douchegel, zeep, bodylotion en douchemuts zijn op natuurlijke basis en bovendien biologisch afbreekbaar.

Hotel Esprit Montagne voert een duurzaamheidsbeleid. Wanneer je nieuwe handdoeken wenst, leg je de oude in het bad. De facilitaire dienst vervangt ze wanneer ze de kamer schoonmaken.

Wil je graag een kamerjas tijdens het verblijf en zit deze niet in je arrangement inbegrepen? Dan bestel je deze via de receptie voor slechts € 15,- per week.



Rust & Comfort

Vroeger gingen we op vakantie om er even helemaal tussenuit te gaan. Een paar dagen of weken alleen of met het gezin genieten en ontspannen. Is dat nog voor te stellen? Geen radio, geen televisie, even helemaal weg van het nieuws van de wereld? Bij ons vind je hopelijk deze rust.

GASTRONOMIE

Tegenwoordig slaan termen als *regionale keuken*, *seizoensproducten* en *eerlijk eten*, ons om de oren. En niet voor niets. Steeds meer mensen vinden het prettig te weten waar hun eten vandaan komt en hoe het bereid wordt. Zo is wat op ons bord ligt niet langer een product, maar iets waardevols met een verhaal. Een verhaal van de seizoenen, van het land en van de mensen die het met passie hebben laten uitgroeien tot iets waar we van mogen genieten.

6



Heerlijk tafelen

's Avonds (tussen 19h00 en 20h00 kun je aan tafel gaan) bieden we je een heerlijk 3-gangen diner met seizoensproducten uit onze streek. Veel van onze gerechten zijn gebaseerd op traditionele recepten die al eeuwen in de bergkeukens worden toegepast.

Bovendien maak je kennis met het best bewaarde geheim van de Alpen: haar wijnen. We hebben een prachtige selectie van uitstekende Alpenwijnen. Uiteraard schenken we ook bekendere Franse wijnsoorten.

We hebben een *Livre d'histoires*. Hierin lees je alles over onze producten en ingrediënten, de tradities van weleer en opmerkelijke anekdotes over onze authentieke berggerechten.

“Fait Maison”

In onze keuken is alles vers en “fait maison”. Van huisgemaakte aioli tot kruidenoliën, van smakelijke *potages* (soepen) tot verse pasta. Zuivelproducten zoals boter, eieren en kaas komen rechtstreeks van de boer. Zo ook de charcuterie: gerookte en rauwe hammen, patés en gedroogde worsten.

Een goed begin van de dag

Elke ochtend tussen 8h00 en 9h30 staat er een uitgebreid ontbijtbuffet voor je klaar.

Hier serveren we onder andere croissants, diverse verse broden, verschillende kazen en charcuterie, jam, honing, roomboter, gekookte eieren, yoghurt, muesli, cornflakes, melk, koffie, thee, vruchtensap en vers fruit. Op verzoek bereiden we een lunchpakket.



Elke ochtend staat het Menu du Jour aangekondigd voor die avond. Is er iets wat je liever niet eet, dan horen we dat graag tijdig, zodat we voor een smakelijk alternatief kunnen zorgen.

Dieet of allergie?

Veel mensen die een dieet volgen of een voedselintolerantie hebben, zien de vakantie als een uitdaging tegemoet. Hoe zou het gaan met het eten en met de gezondheid? De chef-kok van Esprit Montagne heeft ruime ervaring met koken voor diëten en allergieën. Het is echter wel belangrijk dat je je wensen ruimschoots van tevoren aangeeft, zodat we met de inkopen en de bereidingen rekening kunnen houden.

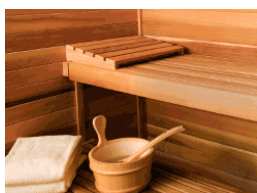
WELLNESS

Sauna

In het souterrain vind je onze sauna. Hier is plaats voor vier personen. In de saunaruimte kun je je omkleden en liggen grote saunahanddoeken voor je klaar. Ook is hier een douche aanwezig.

Ter bevordering voor jouw ontspanning gebruiken we etherische saunaoliën die een weldadig effect hebben. Na de sauna neem je een koude douche en kan je nog verder ontspannen in de relax-ruimte ernaast. De sauna is iedere namiddag geopend en op andere momenten van de dag op verzoek.

7



Badjassen

Wil je graag een kamerjas en zit deze niet bij het arrangement inbegrepen? Dan bestel je deze via de receptie voor slechts € 15,- per week.

Kersenpittenzak

Krampen, koude voeten? Verwarm je dan aan een kersenpittenzak. Eeuwen geleden al experimenteerde een Zwitserse boerin met de overgebleven kersenpitten van de zomer. Ze stopte ze in haar oventje, waarna ze de hitte lang vasthielden. De boerin naaide hoesjes voor haar hele familie om de lange winteravonden door te komen en al snel groeide de kersenpittenzak uit tot een dagelijks gebruiksvoorwerp.



Wij verwarmen je kersenpittenzak wat sneller, namelijk in de magnetron. Ook hebben we warmwaterkruiken beschikbaar.



Massage

Bij vermoeide of gespannen spieren is niets zo fijn als een weldadige massage. Massages zijn te reserveren in de namiddag of avond. Je mag direct cash bij haar afrekenen.

Onze masseuse verzorgt de volgende massages:

- Massage van 60 minuten : € 70



Reiki

Door reiki wordt het vermogen van het lichaam zichzelf te herstellen opnieuw ontwikkeld. Het herstelt de harmonie tussen lichaam en geest; heft blokkades op en bevordert volledige ontspanning. Je mag direct cash bij haar afrekenen.



Behandelingen zijn te reserveren via de receptie en worden gegeven door Tânia Calvez.

- Behandeling van 45 minuten: € 50
- Behandeling van 60 minuten: € 60

SERVICES

Transfers

Wij verzorgen transfers van/naar La Chapelle d'Abondance. De meest gebruikelijke aankomstplaatsen zijn Genève (vliegveld) en de treinstations van Thonon-les-Bains (FR) en Aigle (CH). Transfers zijn op aanvraag, omdat dit afhangt van het aantal personen, tijdstip van transfer en het soort transfer (gedeeld of privé).

8

Late uitcheck

Om je van begin tot eind van je vakantie te laten genieten, bieden wij de "late check-uit" (indien mogelijk). In plaats van 10h00 is de uiterlijke uit-checktijd dan om 14h00. Tarief: € 35 per kamer.

Self service bar

In de biljartkamer in het souterrain vind je een zelf-bedieningsbar met frisdranken en vruchtensapjes. Op de turflijst vul je in wat je hebt genomen, waarna wij het op je rekening zetten. Voor het bestellen van alle andere drankjes kun je bij één van onze collega's terecht.



Pillowzzzz

Lekker slapen is belangrijk. Zoveel mensen, zoveel kussenwensen. Naast de normale hoofdkussens op de kamer, hebben we nog een klein aantal plattere of dikkere kussens beschikbaar.

Vraag ernaar bij de receptie.

**Skiservice: passen & lessen**

De vakantie begint direct zodra je hier over de drempel stapt. We nemen graag je wensen met betrekking tot skipassen en skilessen met je door. De volgende dag bij het ontbijt ligt alles voor je klaar. Deze service is uiteraard van het huis.

Korting op materiaalhuur

Bij incheck ontvang je een korting bon van Planet Gliss. Hiermee ontvang je 10% korting op je materiaalhuur.

LA VALLÉE D'ABONDANCE

10

Hotel Esprit Montagne ligt op 1000 meter hoogte in het pittoreske bergdorpje La Chapelle d'Abondance. Te midden van prachtige bergen, geniet je hier van gezellige restaurants en barretjes, een bierbrouwerij, tea rooms, een bioscoop, een bibliotheek, een skimuseum en diverse kunstateliers.

Een stukje geschiedenis

La Chapelle is vernoemd naar de kerk die door de monniken van deze vallei gesticht is. In 12e eeuw kwamen Zwitserse monniken vanuit Saint-Maurice in de vallei terecht en bouwden een klooster en abdij in wat nu het dorpje Abondance is. Geraakt door de schoonheid van de vallei, gaven ze het de naam "La Vallée d'Abondance", de "Vallei van Overvloed". Het waren diezelfde monniken die als eersten de Abondance kaas fabriceerden.



Les Portes du Soleil

Samen met Châtel en Abondance behoort La Chapelle tot één van de twaalf skidorpen van het beroemde Les Portes du Soleil skigebied. In de winter wordt hier volop geskied, gelanglauft en rennen huskyhonden met sledes voorbij. In de zomer strekken honderden kilometers wandel- en fietsroutes zich voor u uit en bieden voor ieder wat wils.

Elk seizoen haar charme

De meeste skidorpen veranderen na de winter in verlaten 'spookdorpen'. Hier wordt echter het hele jaar gewoond en geleefd. In het voorjaar kleuren tientallen verschillende Alpenbloemen de almen en krijgen de beroemde Abondance koeien weer alle ruimte om te grazen in het groene landschap.

Langzaamaan wordt het zomer, de natuur laat zich in al haar pracht zien. Ineens begrijp je waarom de 'Vallée d'Abondance' haar typische naam heeft gekregen. Het gebied trekt veel wandelaars en fietsers aan, vanwege het grote aantal wandelroutes en mountainbikepaden. Ook staat er regelmatig een mooi evenement of een feestdag op het programma.

Vanaf begin september straalt de vallei iets mysterieus uit; felle herfsttinten tegen strakblauwe luchten, een warme herfstzon en heerlijk frisse nachten. Het wildseizoen begint, paddenstoelen en bosbessen, lange wandelingen en haardvuren.

Totdat... witte vlokken de omgeving veranderen in een prachtig Kerstdecor. Vier maanden lang trekken wintersportliefhebbers van over de hele wereld naar deze regio om te genieten van 650 km pistes, 35 km langlaufloipes en de mooiste wandelingen.



WINTER IN ESPRIT MONTAGNE

Esprit Montagne is een ideale uitvalsbasis voor wintersportliefhebbers. Skiën, snowboarden, wandelen en langlaufen in het wereldberoemde skigebied Les Portes du Soleil. Sleeën met huskyhonden in het lieflijke Vallée d' Abondance, alles is hier mogelijk.

Fysieke inspanning in de buitenlucht en geestelijke ontspanning vormen de ideale combinatie voor een heerlijke wintersport in de Franse Alpen.

Grenzeloos skiën

La Chapelle d'Abondance staat in eerste plaats bekend als één van de twaalf resorts van het bekende Les Portes du Soleil skigebied, met maar liefst 650 km Franse en Zwitserse pistes. Zowel voor de ervaren skiër/snowboarder, als voor de beginner zijn er legio mogelijkheden.

Ervaringen delen

We geven je graag advies over mooie skiroutes en waar je goede restaurantjes op de piste vindt. Mocht de tijd het toelaten, dan laten we je graag zelf het gebied zien!



Ook uitstekend voor beginners

Er is ook een apart beginnersgebied in La Chapelle: Crêt-Beni. Hier vinden de lessen voor beginners plaats. Een gratis shuttlebus rijdt o.a. vanaf het hotel heen en weer naar Crêt-Beni.

Skipassen service

Na een lange reis vanuit Nederland is niets zo fijn als je neervlijen in een lekkere bank met een drankje erbij. Maar de skipassen en skilessen moeten eerst nog geregeld worden, *Zucht*.

Geen nood! Bij aankomst nemen wij je wensen door met betrekking tot skipassen en lessen. Wij zorgen ervoor dat de ski- en lespassen de volgende ochtend bij het ontbijt klaarliggen.

Ook ontvang je bij aankomst een speciale kortingsbon voor de huur van skimateriaal. Kortom: een vlot begin van je vakantie!

Ook voor niet-skiërs

Naast de 650 km aan pistes, biedt de vallei van La Chapelle maar liefst 35 km aan langlaufloipes en diverse schitterende sneeuw wandeltochten in de directe omgeving.

Tijd voor een 'once-in-a lifetime' ervaring? Maak een hondensleetocht langs de pittoreske dorpjes van de vallei of geniet vanaf grote hoogte van het winterwonderland tijdens een parapentvlucht.

SKIËN & SNOWBOARDEN

Hotel Esprit Montagne is ideaal gelegen voor wintersportliefhebbers. Op slechts 300 meter afstand vertrekt de cabinelift La Panthiaz, die je direct naar de pistes van Les Portes du Soleil brengt. Ook hebben we een gratis busje hier in La Chapelle en een betaalde bus naar Châtel / Linga. Buskaartjes hiervoor kun je kopen bij de receptie. De bushalte bevindt zich voor het hotel.

Les Portes Du Soleil

Of je nu voor het eerst gaat skiën of een zeer ervaren skiër bent, bij ons is er voor ieder wat wils. Ben je een echte skifanaat en hou je van lange tochten en afwisseling? Dan is de Portes du Soleil skipas ideaal. De Portes du Soleil is een schitterend wit skilandschap met 650 km piste, waar maar liefst 12 skiresorts en 2 landen met elkaar verbonden zijn:

- 280 pistes voor alle niveaus: 26 zwart, 105 rood, 112 blauw en 37 groen
- 201 liften die je gemakkelijk en snel van het ene resort naar het andere brengen
- 9 snowparks
- 694 sneeuwkanonnen, wat het hele seizoen uitstekende sneeuw garandeert
- 89 restaurants direct op de piste

Châtel Liberté

Als je het wat rustiger aan wilt doen, of juist op zoek bent naar een voordelig alternatief, is er het Châtel Liberté gebied (130 km). Met deze pas ski je in een deel van het Franse en Zwitserse Portes du Soleil. Vanaf La Chapelle ski je via het Zwitserse Torgon naar Super Châtel en dan door via de nieuwe liften van Châtel naar Linga en tot aan de Rochasson.



La Chapelle d'Abondance – Torgon

Deze pas geeft toegang tot het charmante, afgesloten beginnersgebied Crêt-Beni (in Chapelle d'Abondance), welke ook tot Les Portes du Soleil behoort. Door de ligging is het een sneeuwzeker gebied met veel groene en blauwe pistes en één pittige rode. Met de gratis skibus ben je hier binnen 5 minuutjes.

Daarnaast kun je met deze pas terecht op de pistes van La Chapelle d' Abondance (*Braitaz*) tot aan het Zwitserse Torgon. Het gebied is vooral bekend om haar lange brede afdalingen en prachtige pistes tussen de dennenbossen. Vanaf Torgon is er een verbindingsmogelijkheid met de rest van het Portes du Soleil.

Tussen Crêt-Beni en de rest van het gebied rijden gratis skibussen heen en weer. Deze skipas geeft toegang tot 75 km pistes.

été : hiver
Portes du soleil



SKILES

Zoveel mensen, zoveel wensen. Daarom werken wij samen met verschillende skischolen, die elk iets unieks te bieden hebben.

Of je nu snowboardt of skiet, 8 of 80 bent, eens een keer een Freestyle les wil volgen of weer even de basistechnieken wilt verbeteren; het kan hier allemaal.

Alke vertelt je graag over de mogelijkheden en zorgt dat je lespas voor je klaarligt. Ook op www.esf-lachapelle74.com vind je meer informatie.



14

Kinderopvang

De Ecole de Ski Francais biedt naast skiessen ook kinderopvang (3-12 jaar) voor alle kinderen die op les zitten. Zo kun je eens een hele dag van de pistes genieten. In de “Espace Liberté” wordt samen geluncht en binnen- en buitenactiviteiten georganiseerd.



LANGLAUFEN

15

De Vallée d'Abondance is één van de mooiste langlaufgebieden van de Haute Savoie. Er zijn in totaal 35 km loipes. Langs de rivier de Dranse ontdek je de prachtige wintertaferelen en vergezichten op de Dents du Midi en de Cornettes de Bise. Het gebied begint hier direct voor de deur.

Materiaal

Langlauf materiaal is te huur bij één van de vele sportzaken in La Chapelle. Bij Planet Gliss ontvang je als gast van Esprit Montagne 10% korting met een speciale voucher.

Langlaufpas

De pas voor de loipes kan je kopen bij de kassa van La Panthiaz, op 250m van het hotel.



Tarieven

Informeer bij de receptie of bij het informatiepunt van La Panthiaz naar de tarieven en tijden.

Langlaufles

Als je nog nooit eerder hebt gelanglauft, is het aan te raden eens een les te nemen. De Ecole de Ski Francais verzorgt naast skilessen ook Courses à Ski de Fond. We nemen graag contact met ze op.

SNEEUWWANDELEN

16

De omgeving van Esprit Montagne is ideaal voor mooie sneeuwwandeltochten.

Met sneeuwwandelschoenen onder je normale berg- of sneeuwschoenen kom je op plekken waar je anders nooit zou geraken. De Fransen noemen deze onderbindsels ook wel “raquettes à neige”. Ze doen dan ook veel denken aan tennisrackets en zorgen ervoor zorgen dat je niet te ver de sneeuw in zakt.

Boeken en gidsen

In onze bibliotheek vind je een aantal handige gidsen en routebeschrijvingen van speciale sneeuwwandeltochten.

Zelf kennen we een aantal mooie routes uit eigen ervaring. Aarzel daarom niet om het ons te vragen.

Lunchpakket

Wanneer je de hele dag aan het sneeuwwandelen bent, is de kans groot dat je niet zomaar een restaurantje tegenkomt in *the middle of nowhere*.

Je kunt van tevoren een lunchpakket bij ons bestellen met twee stokbroodjes ham en/of kaas, vruchtensap, fruit, candybar en mocht je een eigen thermosfles bij je hebben, dan geven je graag heet water van het huis mee. Tarief: € 12,50 per persoon.

Materiaal

Je hoeft niet ver om materiaal te huren!

Wij verhuren sneeuwwandelschoenen en stokken:

- Ochtend of middag: € 4 per persoon
- Hele dag: € 6 per persoon



Avondwandeling

Alke neemt je graag mee voor een avondwandeling op sneeuwschoenen. Gewapend met fakkels, een thermosfles met vin chaud en warme chocolademelk en wat lucifers voor het kampvuur, vertelt hij je alles over de omgeving en het leven in de bergen.

Sneeuw Wandelweek

Heb je de smaak goed te pakken? Dan is onze sneeuw Wandelweek misschien wat voor jou! Je leest hier meer over onder het hoofdstuk “Themaweken”.

SLEEËN

Hondensleetocht

La Chapelle d'Abondance is één van de weinige plaatsen waar je 's winters kunt hondensleeën.

De professionele "mushers" geven eerst uitvoerige uitleg en spannen dan de honden voor. Vervolgens slee je een half uur door onze prachtige Vallée d' Abondance.

Bij terugkomst heb je nog alle gelegenheid om met de honden te spelen en krijg je bovendien een kaartje mee naar huis, waarop alle honden en hun namen staan.

Een geweldige ervaring voor jong en oud!

Tips:

- *Kleed je warm aan. Het is een passieve sport en vooral in de namiddag is er bijna geen zon en wordt het snel kouder! Vergeet je handschoenen niet.*
- *Wil je eens zelf sturen, geef dit van tevoren aan. De kans bestaat dat je dan je eigen slee krijgt.*
- *Wil je vooraf een kijkje nemen hoe het er aan toe gaat? Rijd dan naar het centrum van La Chapelle, direct na de kerk linksaf en rijd door naar de parkeerplaats van Crêt-Beni. Hier staan de bordjes al aangegeven. Of... loop anders op het wolvengehuil af!*



Ludofaz

Voor de kleintjes biedt het dorp Abondance de Ludofaz. Een kleine piste die is omgetoverd tot een mooie sleebaan, met liften en verschillende afdalingen!

ARRANGEMENTEN

Groepsarrangement

Hotel Esprit Montagne is een uitstekende locatie voor grote groepen. Organiseer je een bedrijfsuitje, een familieweekend of ben je zelf tour operator? Het is mogelijk om het hotel (gedeeltelijk) af te huren. We vertellen je graag over onze speciale voorwaarden en mogelijkheden.

Let op: het hotel is ook buiten de seizoenen om geopend voor groepsarrangementen.



THEMAWEEK 1: SNEEUWWANDELEN

19

We binden de sneeuwschoenen onder en lopen de stilte in. Op zoek naar diersporen, adembenemende uitzichten met slechts het knisperen van de sneeuw onder onze voeten. Elke dag, onder begeleiding van een ervaren sneeuw wandelgids, maken we een mooie tocht door het winterse landschap. 's Avonds genieten we van een culinair hoogtepunt begeleidt door een uitstekende wijn. Na de heerlijke dag buiten kunnen we onze gedachten af laten dwalen in de warmte van het vuur van de sfeervolle huiskamer.

De tochten worden in overleg met de gids bepaald en hangen af van het niveau van de groep. Daarnaast wordt er voldoende aandacht besteed aan trip planning, materiaal en natuurlijk de gevaren van het sneeuw wandelen, in het bijzonder lawines.



Niveau

Het is voor een ieder die een goede conditie heeft en wandelingen van 5 tot 7 uur aan kan.

We stijgen maximaal 1000 meter en dalen maximaal 1000 meter. Eerdere ervaring met het sneeuw wandelen is niet noodzakelijk.

Programma

Dag 1: Zaterdag Aankomst, kennismaking, uitleg week en check materiaal

Dag 2 t/m dag 7: Elke dag een wandeling in de regio. Elke avond wordt gezamenlijk de wandeling voor de volgende dag bepaald. Lengte, moeilijkheidsgraad, etc. in overleg met Allard.

Dit ook n.a.v. weersverwachting en het niveau van de deelnemers. Op de zondag zal er in elk geval geoefend worden met lawinepiepers en het zoeken naar slachtoffers onder de sneeuw.

Gedurende de week komen de verschillende aspecten van het sneeuw wandelen, zoals de voorbereidingen, lawines en veranderende weersomstandigheden aan de orde.

Dag 8: Zaterdag Ontbijt en dan vertrek naar NL

Data & Prijzen

- Op verzoek en afhankelijk van het aantal personen.

Inclusief

Deze week is inclusief:

- de begeleiding van een ervaren gediplomeerde sneeuw wandelgids
- sneeuwschoenen
- lawinemateriaal
- 7 overnachtingen
- half pension (uitgebreid ontbijtbuffet & 3-gangen diner)
- 6 maal een lunchpakket voor onderweg,
- lokaal transport
- gratis gebruik van kruidensauna
- badjas en slippers
- biljart en internet

Exclusief

Niet inbegrepen in de prijs zijn de drankjes, overige activiteiten en vervoer naar / van het hotel en Nederland.



Benodigd materiaal

De sneeuwschoenen en het lawinemateriaal worden geleverd.

Zelf dien je voor goede bergschoenen, stokken, zonnebril, zonnebrand en goede kleding te zorgen. Tevens is het handig een rugzakje mee te nemen om drinken, lunchpakket en materiaal in te doen.

Boeken

Dit arrangement is via Hotel Esprit Montagne te boeken.

THEMAWEEK 2: TOURSKIËN DELUXE

Les Portes du Soleil is met haar 650 km aaneengesloten een van de grootste skigebieden ter wereld. Ook in de bergen rondom het gebied en op plaatsen waar de liften niet komen, is nog veel skiplezier te beleven. Met vellen onder je tourski's verlaat je de gebaande paden, klim je omhoog en ski je door maagdelijke poedersneeuw naar beneden. Je komt op adembenemende plekken waar je als gewone skiër nooit zou komen. Ook is het mogelijk om een dagpasje voor het skigebied te kopen om via enkele liften het beginpunt van een klim te bereiken.

21

Data

De themawEEK is voor groepen (minimaal 3 personen) te boeken op aanvraag.

Inclusief

Het tourskiarrangement is inclusief:

- de begeleiding van een gediplomeerde Zwitserse berggids
- lawinemateriaal
- lokaal transport
- 7 overnachtingen o.b.v. half pension
- 6 x een lunchpakket voor onderweg
- wijnproeverij van Alpenwijnen
- kruidensauna
- badjas en slippers
- biljart
- internet

Exclusief

Niet inbegrepen in de prijs:

- skimateriaal
- drankjes
- skipassen
- overige activiteiten
- vervoer van NL naar hotel en vice versa



- Dag 1: Aankomst, kennismaking met de groep en de gids, uitleg over het programma en controleren van het materiaal
- Dag 2 -7: Op de zondag oefenen we met lawinepiepers en het zoeken naar slachtoffers onder de sneeuw. Gedurende de week komen de verschillende aspecten van het tourskiën, zoals de voorbereidingen, lawines en veranderende weersomstandigheden aan de orde.
- Iedere dag maken we een tour in de regio. Elke avond wordt de route, lengte en moeilijkheidsgraad voor de volgende dag bepaald in overleg met de gids. Dit is afhankelijk van de weersverwachting en het niveau van de deelnemers.
- Dag 8: Ontbijt, check out en dan vertrek naar Nederland

Deelnemers

In januari en februari zijn de sneeuwomstandigheden ideaal voor skiërs die goed een zwarte piste afdalen en ook het off-piste niet schuwen. Eerdere ervaring met het skitouren is een pré, maar niet noodzakelijk.

In maart zijn de omstandigheden perfect voor de tourliefhebber die al wat ervaring heeft en steilere hellingen beheerst. Je haalt je hart op met spannende beklimmingen en steile couloirs.

Benodigd materiaal

Voor deze week is een tourskiset nodig, bestaande uit: een paar tourski's, een paar vellen voor onder de ski's, tourskiskoenen, helm en stokken.

Voor beginners wordt aangeraden de lichte 'echte' tourski's te nemen. De gevorderden kunnen ook de wat zwaardere freeride ski's gebruiken. Lawinemateriaal zoals een pieper, sonde en schep worden door ons verzorgd.

Ook is het aan te raden een rugzak mee te nemen om drankjes, lunchpakket en materiaal in mee te nemen.

Materiaalhuur

RS-Equipments in Morgins, Zwitserland (op de weg naar La Chapelle) biedt een groot assortiment tourski's en -skiskoenen. Ook de shop op de parking van Pré-la-Joux en de shop in het centrum van Abondance verhuren toerski's.

AGENDA

23

De VVV's van La Chapelle d'Abondance, Châtel, Abondance en het Zwitserse Morgins organiseren wekelijks een breed scala aan activiteiten. De leukste evenementen hebben we eruit gepikt en staan op deze pagina. Voor meer informatie kunt u altijd terecht bij het betreffende VVV kantoor.

12 dec - 3 jan:	Le Fabuleux Village (La Légende des Flottins) – Evian-les-Bains. Door het hele centrum staan geweldige constructies tentoon gesteld gemaakt van drijfhout wat aanspoelt in het meer van Genève (Lac Léman). Dagelijks van 15h00-19h00.	
20 & 21 dec:	Kerstmarkt in Châtel van 10h00-20h00	
23 tot 30 dec en van 12 feb tot 5 mrt:	De nachtelijke avonden in de Abdij van Abondance (aanvang 17h30)	
12 jan:	La Grande Odysée in La Chapelle d'Abondance. Wedstrijden met sleehonden.	
7 feb:	Championnats du Monde Snow Bike in Châtel bij de lift Linga. 9h00 Super G en 18h00 Dual Slalom	
15-21 mrt:	Festival Rock The Pistes met optredens in Morzine (15 mrt), Châtel (17 & 18 mrt) en Morgins (20 mrt). Om het festival samen te vatten: grote artiesten in concert op de piste (+ een voorprogramma DJ sets) en meer dan 30 après-ski concerten in het hart van de resorts met opkomende artiesten uit de internationale scene!.	
Markten:	Zondag	Abondance (8h00-13h00)
	Woensdag	Châtel (8h00-12h30) / Samoëns (7h00-13h00)
	Donderdag	Thonon-les-Bains (7h00-13h00)
	Vrijdag	La Chapelle d'Abondance (8h30-13h00)

TARIEVEN WINTER 2025-2026

Week	Seizoen	Kamerprijs	B&B per persoon	Half pension per persoon
20 - 27 december	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
27 december - 3 januari	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
3 - 10 januari	Laag	€ 100	€ 62	€ 92
10 - 17 januari	Midden	€ 120	€ 72	€ 102
17 - 24 januari	Midden	€ 120	€ 72	€ 102
24 - 31 januari	Midden	€ 120	€ 72	€ 102
31 januari - 7 februari	Midden	€ 120	€ 72	€ 102
7 - 14 februari	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
14 - 21 februari	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
21 - 28 februari	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
28 februari - 7 maart	Hoog	€ 140	€ 82	€ 112
7 - 14 maart	Midden	€ 120	€ 72	€ 102
14 - 22 maart	Midden	€ 120	€ 72	€ 102

24

De prijzen zijn per persoon per nacht.

De prijs is exclusief toeristenbelasting. Deze wordt gerekend voor iedereen ouder dan 18 jaar.

Diner voor hotelgasten: € 30. Diner voor mensen van buitenaf: € 35.

ZOMER IN ESPRIT MONTAGNE

25

Als de sneeuw gesmolten is...

Waar 's winters de sneeuw het landschap bedekt, slingeren 's zomers honderden wandelroutes door onze bergen en dalen. Wie de rust en lieflijke bergnatuur zoekt, zit hier goed.

Met het geluid van koeienbellen op de achtergrond en de geur van verse Alpenbloemen in de lucht, maak je kennis met de mooiste wandelpaden van de Alpen.

Adrenaline in de Alpen

Maar ook als je wat meer adrenaline wilt ervaren, dan kom je hier goed aan je trekken. Les Portes du Soleil is namelijk niet alleen een uitstekend bergwandelgebied.

Ook leent het zich goed voor mountainbiken, parapenten, raften, bergbeklimmen en via ferratas.

Of wat te denken van de Fantasticable waarmee je met 110 km per uur van de ene naar de andere bergtop raast?



Multipass voor Les Portes du Soleil

Hotel Esprit Montagne biedt je de mogelijkheid om voor slechts €3,00 per dag (x het aantal dagen dat je hier te gast bent) gebruik te maken van de Portes du Soleil Multipass.

Met deze pas maak je gebruik van alle zomerliften en heb je toegang tot tal van attracties, zoals zwembaden, bergmeren, tennisbanen en nog veel meer:

- 21 bergliften voor wandelaars
- 5 zwembaden én 2 bergmeren
- 9 tenniscentra
- 2 ijsbanen
- 5 culturele trekpleisters (musea, kerken, abdijen)
- 3 toeristentreintjes
- en shuttle bussen tussen de verschillende dorpen



TARIEVEN ZOMER 2026

26

Week	Seizoen	Kamerprijs	B & B per persoon	Half pension per persoon
6 - 13 juni	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
13 - 20 juni	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
20 - 27 juni	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
27 juni - 4 juli	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
4 - 11 juli	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
11 - 18 juli	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
18 - 25 juli	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
25 juli - 1 augustus	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
1 - 8 augustus	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
8 - 15 augustus	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
15 - 22 augustus	Hoog	€ 114	€ 69	€ 99
22 - 29 augustus	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
29 aug. - 5 september	Laag	€ 96	€ 60	€ 90
5 - 12 september	Laag	€ 96	€ 60	€ 90

De prijzen zijn per persoon per nacht.

De prijs is exclusief toeristenbelasting. Deze wordt gerekend voor iedereen ouder dan 18 jaar.

Diner voor hotelgasten: € 30. Diner voor mensen van buitenaf: € 35.