

# Programme

## Sorties raquettes

avec un Accompagnateur en Montagne

Infos auprès de Cédric: 06.03.86.27.04

Mise à jour : 01/03/2020

Jour	Horaires	Inscription auprès de Cédric ou à l'OT de Crest Voland ou du Cernix	Niveau et tarif (hors raquettes)
Lundi 09	14h 16h30	<b>Balade détente initiation</b> *(1) Balade pour découvrir la raquette à neige, mise en jambe et détente autour de la station	<b>Niveau : Très Facile</b> Tarif : 15€ (Enfant -12 ans : 12€)
Lundi 09	18h 21h	<b>Balade nocturne spéciale pleine lune « full moon »</b> *(3) Randonnée au clair de lune tout simplement. Laissez l'imaginaire vous surprendre !	<b>Niveau : Facile</b> Tarif : 20€ (Enfant : 16€)
Mardi 10	13h30 17h	<b>Col des Aravis, un paysage alpin</b> *(3) Panorama sur le Mont Blanc et la Chaîne des Aravis, Observation de chamois, histoire du Reblochon	<b>Niveau : Moyen</b> Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 14€)
Mercredi 11	13h30 17h	<b>Belvédère sur sa majesté le Mont Blanc</b> *(3) Venez admirer le Mont Blanc & les massifs alentours. Histoire des premiers hommes qui ont osé l'ascension du toit de l'Europe...	<b>Niveau : Moyen</b> Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 14€)
Mercredi 11	17h45 22h	<b>Balade nocturne en raquettes et fondue en refuge</b> *(3) Forêt enchantée, clair de lune, partagez un moment d'exception autour d'une fondue dans un refuge au cœur de la forêt.	<b>Niveau : Facile</b> Tarif : 20€ (Enfant : 16€) + Repas 26€ (E:18€) à régler au refuge
Jeudi 12	9h30 12h RDV OT Cernix	<b>Sur les traces de maître Renard</b> *(2) A la recherche des traces de vie dans la forêt du Lachat. Leur fabuleuse adaptation aux rigueurs de l'hiver... Montée en télésiège du Cernix, prévoir ticket piéton	<b>Niveau : Facile</b> Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 14€)
Jeudi 12	13h30 17h	<b>Alpages enneigés du Mont Bisanne</b> *(3) Avec sa vue à 360°, cette balade sera l'occasion de découvrir le Beaufortain, la Chaîne des Aravis et le majestueux Mont Blanc. Et peut-être aurons-nous l'occasion d'observer tétras lyre, hermine, lièvre, renard...	<b>Niveau : Facile à moyen</b> Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 14€)
Vendredi 13	14h 17h	<b>Au cœur de la forêt de Covetan</b> *(3) Balade pour percer les mystères de la forêt de Covetan. Qui sont ses habitants du monde végétal et animal...	<b>Niveau : Facile</b> Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 14€)



**Rando en raquettes à neige à la carte**  
Pour groupe, famille ou individuel  
Voir nos idées de randonnées sur notre site internet  
([www.artitude-montagne.fr](http://www.artitude-montagne.fr))  
Renseignement et réservation auprès de Cédric



## **Tarifs (matériel non inclus)**

Sortie assurée avec un minimum de 4 inscrits

-

**1/2 journée :** Adulte: 18 €                      Enfant (- 12 ans): 14 €

**Nocturne :** Adulte: 20 €                      Enfant (- 12 ans): 16 €

**Repas (fondue refuge):** adulte: 26 € / enfant – 12 ans: 18 €

**RDV:** devant l'office de tourisme de Crest-Voland ou du Cernix

### **Départ des sorties**

Afin de minimiser notre empreinte CO<sup>2</sup>, nous privilégions les départs directement de la station ou des remontées mécaniques.

(1): départ depuis la station (à pied ou navette)

(2): montée en télésiège, prévoir ticket piéton à l'avance (6,30 € / pers)

(3): prévoir véhicule, possibilité de co-voiturage (4 places)

## **Que devez-vous prévoir pour une sortie en raquettes ?**




Raquettes à neige + bâtons (avec rondelles)

Chaussures chaudes et imperméables

Vêtements chauds et imperméables

Gants / Lunette de soleil / Crème solaire/ Petit sac à dos avec de l'eau et encas

## **Niveaux**

		<b>Durée avec pauses</b>	<b>Distance</b>	<b>Dénivelé</b>	<b>Enfant *à partir de</b>
 <b>Cool</b>	<b>Très facile</b> Pour toute la famille	2 h	2 km	+ 50 m	6 ans
	<b>Facile</b> Pour toute la famille	2 à 3 h	3 km	+ 100 m	7 ans
	<b>Facile à modéré</b> Vous aimez marcher sans être sportif	2h30 à 3 h	4 à 5 km	+ 200 m	8 ans

\* Age donné à titre indicatif, l'important étant que l'enfant veuille marcher

Assurez-vous de ne pas avoir de contre-indication médicale à la pratique de la randonnée en raquettes à neige.

Durée et distance données à titre indicatif, variable selon la qualité de la neige et le niveau des participants.

