

“FAITES”

d e l a r a n d o n n é e



DU 13 AU 16 JUILLET 2026

RANDONNÉES À THÈMES GRATUITES

Inscriptions à l'Office de Tourisme

☎ 04 92 21 52 52

✉ accueil@montgenevre.com

LE PROGRAMME

Un large choix de randonnées gratuites



15 places par randonnée

	L'AUBE 5H	MATIN 9H30 - 12H	APRÈS MIDI 14H - 16H30
LUNDI 13		Loup	Bestioles
		Marmotte	Géologie (à partir de 8 ans)
		Patrimoine d'antan	Herbier
		Fortifications (+ 12 ans, dénivelé)	Au fil de l'eau "La Doire"
MARDI 14	Lever de soleil	Herbier	Au fil de l'eau "Rio Secco"
		Fortification Maginot (à partir de 8 ans)	Rando Yoga (à partir de 12 ans)
		Loup	Bestioles
		Rando Yoga (à partir de 12 ans)	
MERCREDI 15		Balade Gourmande aux Alberts Payant 60 places 6€ adulte 3€ enfant (4-12 ans)	Loup aux Alberts
			Herbier
			Au fil de l'eau "La Clarée" aux Alberts
			Marmotte
JEUDI 16	Lever de soleil	Marmotte	Bestioles
		Géologie (à partir de 8 ans)	Herbier
		Au fil de l'eau "La Durance"	Fortification Maginot (à partir de 8 ans)
		Herbier (spécial - de 8 ans)	

LEVER DE SOLEIL 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Eh oui, l'été, il faut se lever tôt ! Marchez de nuit à la frontale, avec ses bruits parfois inquiétants... puis, progressivement, le paysage se révèle, jusqu'au moment tant attendu.

HERBIER - 3,2,1 partez... 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Balade botanique au cours de laquelle vous apprendrez à classer par famille, par couleur, par senteur... Collectez, disposez, nommez et partagez votre herbier made in Montgenèvre, le tout agrémenté d'anecdotes !

LOUP 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre (sauf le 15/07 📍 Camping des Alberts)**

Son histoire, son retour, d'hier à aujourd'hui. Conte, légende ou vérité ? Sociable ou solitaire... on vous dit tout ! Tout ce que l'on sait.

PATRIMOINE D'ANTAN 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Canaux, terrasses, ruines... Partez à la découverte de ces vestiges, témoins d'un temps où la montagne avait un autre visage et une autre fonction. Saurez-vous déceler les indices ?

FORTIFICATION 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Beaucoup plus connue dans le Nord-Est de la France, la ligne Maginot s'étend pourtant jusqu'à la Méditerranée, en passant par Montgenèvre. Nous partirons à la rencontre de ces infrastructures qui ponctuent la frontière et notre histoire. (8-12 ans minimum).

MARMOTTE EN FOLIE 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Observez à la longue-vue cet animal emblématique qui « met le chocolat dans du papier alu »... !!! La marmotte crie ou siffle ? Elle hiberne ou hiverne ? Répondez à toutes ces questions que vous ne vous êtes jamais posées !!!

GÉOLOGIE - LA MACHINE À REMONTER DANS LE TEMPS 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Ici, la mer ! Mais non ! Si, si, viens voir ! Là, tu marches sur le fond d'un océan ! Je t'explique...

BESTIOLES DE MONTGENEVRE 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Ici, la fourmi rousse... là, le chamois... et entre tout cela, de nombreux animaux insoupçonnés ou discrets... Partons à leur rencontre !

RANDO YOGA 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre**

Quoi de mieux qu'une séance de yoga en plein air pour démarrer sa journée ou sa rando ? Un instant zen et relaxant pour vous préparer au mieux à vos randos à venir. (à partir de 12 ans).

AU FIL DE L'EAU 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre (sauf le 15/07 📍 Camping des Alberts)**

Plus ou moins célèbres, trois cours d'eau prennent leur source à Montgenèvre ! Ils seront le fil conducteur d'une sortie cristalline et rafraîchissante, où la faune et la flore sont spécifiques.

BALADE GOURMANDE 📍 **Office de Tourisme de Montgenèvre (sauf le 15/07 📍 Camping des Alberts)**

Découvrez la nature de Montgenèvre au fil d'une balade gourmande. Suivez un parcours balisé et profitez de plusieurs stands de dégustation mettant à l'honneur les produits locaux des Hautes-Alpes et d'Italie.



Pas de poussette



Pas de chien

Respectez le sentier, protégez la nature.

Une question ? N'hésitez pas à nous contacter au +33 (0)4 92 21 52 52

INFORMATIONS

Les bonnes pratiques pour chacune de vos sorties



AVANT DE PARTIR

Choisissez un itinéraire à votre niveau ou à celui du moins expérimenté du groupe. Prenez connaissance de la météo : elle peut changer très rapidement en montagne. Informez quelqu'un de votre itinéraire et de votre heure de retour prévue.

ÉQUIPEMENTS À EMPORTER

Emportez de l'eau en abondance et quelques barres énergétiques ou fruits secs. Pensez également à des lunettes de soleil, de la crème solaire, un chapeau, un pull, une veste de pluie (coupe-vent), un t-shirt de rechange (vous changer après une suée vous évitera de prendre froid) et de bonnes chaussures. Petit plus : des bâtons de marche. N'oubliez pas un téléphone portable. Attention toutefois : il se peut que vous ne captiez aucun réseau en montagne. Prenez un sac plastique pour ramener vos déchets.

PENDANT LA RANDONNÉE

Dosez votre effort. Respectez et protégez les lieux : ne laissez rien derrière vous. Restez sur les sentiers ; les « raccourcis » favorisent l'érosion, détruisent la végétation et accentuent les ornières. N'hésitez pas à faire demi-tour si la météo se dégrade, si vous ou un membre du groupe fatiguez, ou si l'itinéraire est endommagé. Soyez particulièrement attentif aux enfants : les grands ont tendance à se dépenser sans compter, et les petits – portés et immobiles – sont plus exposés au froid, aux insulations, etc. Respectez les autres usagers : laissez passer les cyclistes en vous mettant sur le côté du sentier. En retour, ceux-ci ralentiront à votre niveau.

DES BALADES POUR TOUS LES ÂGES

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour explorer, les balades sont accessibles et adaptées à toute la famille. Chacun avance à son rythme, des plus petits aux plus grands, pour partager un moment de découverte et de convivialité.



Scannez et retrouvez
toutes les infos