

Programme

Sorties raquettes

avec un Accompagnateur en Montagne

Tarifs + conseils au dos

Infos auprès de Cédric: 06.03.86.27.04

Jour	Horaires	Les inscriptions se font à l'Office du Tourisme de Crest-Voland et celui du Cernix	Niveau et tarif (hors raquettes)
Mardi 02	9h / 12h	La rando du Bostu Découverte de la raquette à neige autour de la station, recherche d'empreintes et quels animaux vivent ici....	Niveau : Très Facile Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 13€)
Mardi 02	13h30h / 16h30	Du Mont Lachat à Crest Voland Panorama sur le Mont Blanc et la Chaîne des Aravis, Itinéraire de descente au milieu des chalets d'alpages... Montée en télésiège, prévoir ticket piéton à l'avance (6€/pers)	Niveau : Facile Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 13€)
Mercredi 3	9h / 12h	Au cœur de la forêt de Covetan Balade pour percer les mystères de la forêt de Covetan. Qui sont ses habitants du monde végétal et animal...	Niveau : Facile Tarif : 18€ (Enfant -12 ans : 13€)
	18h / 22h	Balade nocturne en raquettes & repas en refuge (Fondue aux 3 fromages, assortiment de charcuterie, salade verte aux noix, sorbet génépi-myrtilles, Blanc de Jongieux-Savoie)	Niveau : Facile Tarif : 20€ (Enfant : 15€) + repas 25€ (E:20€) à régler au refuge
Jeudi 4	9h / 12h	Alpages enneigés du Mont Bisanne Traces d'animaux, techniques de survie des animaux, panorama magnifique sur le Mont Blanc, et clin d'œil sur l'espace diamant...	Niveau : Facile Tarif : 18€ (E : 13€)
	13h30 / 17h	Chalet de la Mouille Itinéraire sauvage pour découvrir la vie d'autrefois dans les alpages, ses chalets...et les animaux qui cohabitent avec nous...superbe vue sur les Aravis	Niveau : Facile à Moyen Tarif : 18€ (E : 13€)
Vendredi 5	13h30 / 17h	Du Cernix à Crest Voland Balade facile pour découvrir la station de Crest Voland Cohennoz, ses chalets et la vie en montagne...Départ du Cernix	Niveau : Facile à Moyen Tarif : 18€ (E : 13€)



Rando en raquettes à neige à la carte

Pour groupe, famille ou individuel
Voir nos idées de randonnées sur livret à l'OT
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): 13 €

Nocturne : Adulte: 20 € Enfant (- 12 ans): 15 €

Repas (fondue refuge): adulte: 25 € / enfant: 20 €

RDV : les rendez-vous se font devant l'office de tourisme de Crest-Voland

*** Pour accéder au départ des sorties :**

(1): départ depuis la station

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

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

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

		Durée avec pauses	Distance	Dénivelé	Enfant *à partir de
 Cool	Très facile Pour toute la famille	2 h	2 km	+ 50 m	6 ans
	Facile Pour toute la famille	2 à 3 h	3 km	+ 100 m	7 ans
	Facile à modéré Vous aimez marcher sans être sportif	2h30 à 3 h	4 à 5 km	+ 200 m	8 ans
	Modéré Vous pratiquez un sport ou la randonnée régulièrement	+ 4 h	7 à 10 km	+ 400 m	12 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.