

# PROGRAMME RAQUETTES

**Dimanche – HISTOIRE et PATRIMOINE** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Balade autour de Pralognan : découverte du patrimoine et dégustation de la tisane du moniteur.

*Prévoir raquettes et bâtons.*

**Lundi – Les MONTAGNETTES de CHOLLIÈRE** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Facile et incontournable : balade du côté de Chollière et du rocher des singes. Mise en jambe, ouverte aux débutants.

*Prévoir raquettes et bâtons.*

**Mardi – La FORÊT ENCHANTÉE** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Trappeur : sur les traces du blanchot... Observation dans la forêt de la Glière. Technique et ludique (hors sentiers battus).

*Prévoir raquettes et bâtons + tickets pour les télésièges de l'Edelweiss.*

**Mercredi – PORTE du PARC de la VANOISE** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Evasion : observation de la faune des Alpes au cœur du Parc de la Vanoise. Contemplation et observation.

*Prévoir raquettes et bâtons + un ticket pour le télésiège de l'Edelweiss et du Génépi.*

**Jeudi – Objectif COL de la VANOISE** ▲▲▲ 09h00 – 16h00

Journée : Prendre de la hauteur pour accéder à un espace à couper le souffle.  
*Prévoir bonnes chaussures de marche + raquettes et bâtons + pique-nique + un ticket pour les télésièges de l'Edelweiss et du Génépi.*

**– BEAUREGARD** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Ma cabane de Beauregard : montée dans la forêt de Beauregard suivie d'une pause tisane dans une cabane cachée au milieu de nulle part ! Exploration.

*Prévoir raquettes et bâtons.*

**Vendredi – PANORAMIQUE DU BOCHOR** ▲▲▲ 13h45 – 16h45

Panoramique et digestive : le Mont-Bochor et sa forêt secrète ! Récupération.

*Prévoir raquettes et bâtons + un ticket pour le téléphérique du Mont-Bochor.*

## > Tarifs

**La sortie ½ journée** : 25,00 € par personne

**La sortie journée** : 50,00 € par personne

*Le programme est susceptible de subir des modifications en fonction des conditions météo et de l'enneigement.*

*Les sorties raquettes sont assurées à partir de 5 inscrits.*

*Ne pas oublier : des bonnes chaussures de marche ou de neige, des vêtements chauds, des lunettes, un bonnet, des gants, un petit encas, de l'eau, un appareil photo, éventuellement des jumelles et votre bonne humeur !*



**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :**  
Bureau de l'ESF – 04 79 08 72 25



PRALOGNAN  
LA VANOISE

SAVOIE - FRANCE

# RAQUETTES À LA DEMANDE

## Sorties familles (à partir de 6 ans)

### La QUÊTE du FEU

Sous forme d'un jeu de piste ludique, vous découvrirez mille matières et manières pour allumer un feu quelles que soient les conditions !

### Sur les TRACES de la VIE SAUVAGE

Les animaux sauvages nous laissent des traces disséminées entre prés et forêts ! Apprenez à les découvrir, les reconnaître, et imaginez la vie hivernale de la faune de montagne !

### À la DÉCOUVERTE de la VIE des ABEILLES

L'hiver, les abeilles se reposent, mais en allant visiter leur rucher, vous pourrez découvrir leur organisation, le travail de l'apiculteur, la vie des saisons...

## Sorties hors-pistes

### Découvrez la FORÊT avec le GARDE-FORESTIER

13h45 – 16h45  
09h00 – 12h00

Avec Daniel Gerardin, garde-forestier à Pralognan depuis plus de vingt ans : la forêt, ses arbres, ses animaux, les avalanches... Vous saurez tout et plus encore sur la vie de la forêt !

### LEVER du SOLEIL

06h00 – 9h00

Pour les matinaux ! Départ à 6h du matin pour une montée de nuit avant de prendre un petit-déjeuner bien mérité au lever du soleil. Bons marcheurs !

### SOIRÉE FONDUE IGLOO

18h15 – 21h30

Un moment gourmand hors du temps : allez chercher à la tombée de la nuit l'igloo secret et partagez un moment de gastronomie montagnarde ! Pour tous les gourmands !

Tarif : 39,00 € par personne – Tarif groupe : 290,00 €

## > Tarifs

La sortie ½ journée : 25,00 € par personne

*Le programme est susceptible de subir des modifications en fonction des conditions météo et de l'enneigement.*

*Les sorties raquettes sont assurées à partir de 5 inscrits.*

*Ne pas oublier : des bonnes chaussures de marche ou de neige, des vêtements chauds, des lunettes, un bonnet, des gants, un petit encas, de l'eau, un appareil photo, éventuellement des jumelles et votre bonne humeur !*



**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :**

**Bureau de l'ESF – 04 79 08 72 25**



**PRALOGNAN  
LA VANOISE**

SAVOIE - FRANCE