

RANDONNEES INCONTOURNABLES



MERIBEL

Marie DE GELIS, ambassadrice des montagnes

Marie est la Dame Nature du village ! Guide de Haute Montagne l'été et monitrice de ski l'hiver, elle connaît les montagnes de Méribel par cœur. Dotée d'une très grande culture sur les plantes, elle a aussi cette aisance et ce goût pour transmettre les vertus des plantes et tous les trucs et astuces de nos grands-mères. De la vallée des Allues aux plus petits recoins de la forêt, Marie guide de petits groupes à travers les alpages, à la recherche de racine de raiponce ou de sanguisorbe... Une expérience hors des sentiers battus qui se termine autour d'une des petites recettes délicatement concoctées par Marie... Une belle balade vers l'éveil des sens !

Durée : 2h - Tarif : 13 € par adulte et 8 € par enfant

Renseignements et réservations : Bureau des Guides de Méribel - +33 (0)4 79 00 30 38

MORZINE

Rando avec un âne

L'âne est le compagnon idéal des enfants lors des balades : les kilomètres se déroulent avec sourires et éclats de rire et crapahuter devient un jeu d'enfant ! Une aventure qui peut se vivre à la demi-journée, la journée, ou sur plusieurs jours.

Tarifs : 1/2 journée adultes 17 € - enfants 14 € / journée adultes 27€ - enfants 21€

Plus d'infos : Bureau des Guides de Morzine 04 50 75 96 65 - www.bureaudesguides.net

Rando « Culture » - L'Alpage de Serrausaix

Sur les terrains de l'alpage situé sur la route d'Avoriaz, un nouveau sentier d'interprétation permettra au grand public de se familiariser avec les spécificités du territoire. Le principe est simple : tout au long du sentier, les visiteurs seront guidés par une énigme qui évoluera à chacune des dix bornes rencontrées. A chaque borne, une empreinte gravée renverra à une page du livret et permettra d'accéder à la suite de l'énigme. Différents thèmes sont abordés : l'agropastoralisme, la géologie locale et les Ardoisières, la création de la station d'Avoriaz, l'adaptation des animaux et des plantes à la montagne et les rôles de la forêt de montagne. Livrets sont disponibles au chalet d'alpage et à l'office du tourisme d'Avoriaz.

Pour s'imprégner davantage, des journées à thèmes sont également proposées tout l'été.

Tous les secrets concernant le fromage Abondance, le métier de berger, la conduite d'un pâturage ou l'entretien d'un alpage seront dévoilés !

Plus d'infos : Office de Tourisme de Morzine 04 50 74 72 72 – www.morzine-avoriaz.com

HAUTE MAURIENNE VANOISE

Rando Faune et Flore au cœur du Parc national de la Vanoise

Au milieu des paysages alpins sauvages, rencontre avec le bouquetin, de nombreux chamois, le fameux gypaète barbu, les marmottes, l'aigle royal... Labellisée « Parc national de la Vanoise », une rando itinérante d'observation de la faune accessible à tous (dès 8 ans).

Tarif : 300 € / pers. (nuits en refuge, 3 jours).

Contact : Bureau des guides de Bessans 04 79 05 81 33

Rando « Culture » : Circuit des Forts

Le circuit des forts du Mont Cenis permet de randonner tout autour du lac à la découverte de l'histoire militaire du lieu. Parcours de 50 mn à 3h30 selon les forts. Le Fort de Ronce notamment propose une exposition sur la place militaire du Mont Cenis et ses alpages.

Plus d'infos : Office de tourisme de Haute Maurienne Vanoise - 04 79 05 91 57

OISANS

Les Jeudis des Refuges

Tous les jeudis entre le 05 juillet et le 30 août, les gardiens de refuge souhaitent faire partager leur univers. Le refuge devient un but de rando, et les gardiens accueillent les randonneurs autour d'une animation spéciale avec un accompagnateur en montagne. Par exemple à l'Alpe de Villard d'Arêne : « Le Vautour Fauve à l'honneur », observation à la longue vue du rapace et projection débat ; « Sous les étoiles » un astronome se lance dans l'observation des étoiles au refuge de Temple-Ecrins ; « Un concentré d'histoire », 250 millions d'années d'histoire géologique racontées au refuge du Taillefer. Deux à trois sorties sont prévues chaque jeudi avec des niveaux différents. Les réservations se font directement auprès des gardiens de refuge. Programme à découvrir sur www.montagne-oisans.com

Tarifs : refuge en ½ pension – 8 ans : 10 € (à partir de 4 ans) 8 à 18 ans : 19 € / adultes : 29 €

Renseignements : infos@berarde.com - Tél. 04 76 80 50 01