

PROGRAMME DES RANDONNÉES

Semaine du 14 au 18 Août 2023

BUREAU DES GUIDES DE MERIBEL

Tél. 06 43 89 72 91 / guides.meribel@gmail.com / guides-meribel.com

Renseignements à l'Office de tourisme de Méribel centre :

dimanche, lundi: 9h30-12h30 et 15h30-18h30

mardi, mercredi, jeudi: 9h30-12h30 et 16h-18h30

vendredi : 9h30-12h30

Accompagnatrices en montagne

Cécile LANGLOIS : 06 22 36 32 66

Lila MARTIN : 07 50 31 64 98

Demi-journées : Moins de 400m de dénivelée

Journées :  : Facile. Jusqu'à 500 m de dénivelée

 : Moyen. Entre 500 et 800 m de dénivelée

 : Difficile. Au moins 800 m de dénivelée

LUNDI 14/08: Journée : RANDO-YOGA AU BORD DE L'EAU

Randonnée où nous alternerons Yoga, méditation, respiration et marche. Une belle journée de détente au bord des ruisseaux et du lac de Féés. Quoi de mieux que ces paysages grandioses pour se reconnecter avec soi-même, à la nature et se détendre !!

RDV: 9h au parking du lac de Tuéda.

Sortie offerte par l'Office du tourisme. Inscription obligatoire auprès du bureau des guides.

MARDI 15/08 : Journée : LA ROUTE DU SEL ET COL DE LA VANOISE A PRALOGNAN

Après une montée en télésiège, nous continuons sur un chemin historique: la route du sel, jusqu'au fameux lac que l'on traversera. Puis nous arriverons au col et ses trois lacs glaciaires sous le glacier de la Grande Casse. Pique-nique les pieds dans l'eau ! Descente en hors-sentier, panorama majestueux au milieu d'un tapis d'edelweiss. Le tout avec les marmottes et une multitude de fleurs. Incontournable !

Télésiège: 12€/adulte ; 10€/enfant - de 13 ans.

Dénivelée : 600m.

RDV : 8h30 devant l'Office de tourisme de Méribel centre avec votre voiture

Tarifs : adultes 35€ / enfants 22€

MARDI 15/08 : Après-midi : PLANTES SAUVAGES

Initiation aux plantes sauvages: on verra celles qui constituaient le quotidien de nos anciens. Initiation aux plantes culinaires et aux arbres de nos forêts.

RDV: 14h au parking de Méribel village.

Sortie offerte par l'Office du tourisme. Inscription obligatoire auprès du bureau des guides.

MERCREDI 16/08 : Matin : ALLONS MARCHER SUR LA LUNE !

Randonnée dans les pins sur une montagne de gypse avec une flore extraordinaire en ce début d'été ! Paysage panoramique sur les crêtes avec une impression de marcher sur la lune ! Toute la flore alpine sur cette montagne de gypse ! Atypique.

Dénivelée: 750m

RDV : 8h devant l'office de tourisme de Méribel centre avec votre voiture

Tarifs : adultes 35€ / enfants 22€

MERCREDI 16/08 : Journée : APPROCHE DU GLACIER ET SON EXPLOITATION

Montée dans le fond de la vallée de Méribel jusqu'au glacier de Gébroulaz en suivant les traces de celui-ci. Son histoire, son futur. Une très belle randonnée qui nous mènera au pied de la glace: un autre monde !

Dénivelée: 1000m.

RDV: 8h au parking du lac de Tuéda

Tarifs : adultes 35€ / enfants 22€

MERCREDI 16/08 : Matin : LAC TURQUOISE ET CASCADE

Randonnée facile autour du lac de La Rosière à Courchevel, puis nous emprunterons le sentier botanique pour aller à la découverte de la cascade des Poux. Un lieu incontournable pour en connaître plus sur la faune, la flore et la géologie locale.

RDV : 9H à l'Office de tourisme de Méribel centre avec votre voiture.

Tarifs : adultes 23€ / enfants 14€

MERCREDI 16/08 : Après-midi : JEU DE PISTE DES TARINES

Une carte, une boussole, un livret, et vous voilà parti à travers les alpages pour chercher les balises et découvrir notre vallée ! Jeu ludique à faire en famille (ou pas), et avec le sourire ! Clarine la Tarine vous guidera à travers ses alpages !

Sortie offerte par l'Office du tourisme. Inscription obligatoire auprès du bureau des guides.

JEUDI 17/08: Journée : MARMOTTES ET GLACIERS DE LA VANOISE

Découverte d'une ancienne vallée glaciaire où nous cheminerons auprès des marmottes, et sous les glaciers du Parc National de la Vanoise. Une jolie façon de comprendre l'évolution des glaciers, tout comme la vie des marmottes !

Dénivelée : 500m. Champagny.-en-Vanoise

RDV : 8h30 devant l'office de tourisme de Méribel avec vos voitures.

Tarifs : adultes 35€ / enfants 22€

VENDREDI 18/08: Matin: FORÊT: QUI HABITE ICI?

Découverte de la forêt et de ses habitants. Je vous expliquerai le fonctionnement de la forêt et les différentes espèces qui y vivent.

RDV: 9h au terminus du bus C à l'Altiport.

Sortie offerte par l'Office du tourisme. Inscription obligatoire auprès du bureau des guides.

VENDREDI 18/08: Après-midi : BAIN DE FORÊT

Un moment de détente pour se reconnecter à la Nature qui nous apporte ses bienfaits, sous les arbres.

RDV: 14h au terminus du bus C à l'Altiport.

Sortie offerte par l'Office du tourisme. Inscription obligatoire auprès du bureau des guides.

Matériel à prévoir : chaussures de marche, sac de montagne, pique-nique pour les sorties à la journée, EAU (1,5 litre par personne pour une journée, 1 litre pour une demi-journée), chapeau, lunettes de soleil, crème solaire, vêtements chauds, vêtements de pluie.

Réalisez vos rêves et laissez-vous guider !

Possibilités de sorties à la carte sur un ou plusieurs jours, selon votre niveau et votre envie.

Découvrez l'expérience des nuits en refuge pour profiter pleinement de la montagne !

Nous contacter directement.