

# PROGRAMME DES RANDONNÉES

## Semaine du 5 au 11 Août 2024

### BUREAU DES GUIDES DE MERIBEL

Tél. 06 43 89 72 91 / [guides.meribel@gmail.com](mailto:guides.meribel@gmail.com) / [guides-meribel.com](http://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

---

**Demi-journées** : Moins de 400m de dénivelée

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

   : Moyen. Entre 500 et 800 m de dénivelée

   : Difficile. Plus de 800 m de dénivelée

---

### LUNDI 19/08 Après-midi : BAIN DE FORÊT, RECONNEXION À LA NATURE




Un moment de détente pour se reconnecter à la Nature à travers nos 5 sens. La forêt nous apporte ses bienfaits, et vous reviendrez ressourcé !

**RDV**: 14h à l'arrêt de bus de Méribel Village.

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

### MARDI 20/08, Journée : LAC DE CHANROUGE

Dans le parc National de la Vanoise, nous irons voir trois lacs, tous différents et magnifiques. Les marmottes nous attendent pour le pique-nique au bord du lac de Chanrouge, au creux des montagnes. Superbe flore alpine aussi, géologie particulière.

**Dénivelée** : 650m.   

**RDV**: 8 h30 au parking du lac de tuéda.

**Tarifs** : adultes 36€ / enfants 23€

### MERCREDI 21/08, matin : LA COURSE VERS LE CIEL EN FORÊT

A l'ombre des géants de nos forêts où les arbres cohabitent et communiquent en silence. Découverte des espèces alpines : imaginer leur vie, les voir autrement et essayer de les comprendre. Qui va pousser vers le ciel en premier ?

**RDV** : 9h au Parking des glaciers

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

### MERCREDI 21/08 , 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 !

**RDV** : 14h sur le parking à droite à l'entrée du village des Allues

**Tarifs** : adulte 24€/ enfant 15€

### **JEUDI 22/08, 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** : 500 m. Commune de Champagny.   

**RDV** : 8h30 à Méribel Village, près de la boulangerie, avec vos voitures.

**Tarifs** : adultes 36€ / enfants 23€

### **VENDREDI 23/08, Journée : LA ROUTE DU SEL ET COL DE LA VANOISE**

On commence par monter en télésiège avant de rentrer dans le Parc National de la Vanoise. Le chemin des contrebandiers nous mènera à un col magnifique où les lacs glaciaires vous attendent pour le pique-nique, sous la Grande Casse ! Descente par la route du sel et le fameux lac. A voir ! Tapis d'edelweiss devant la Grande Casse, beaucoup de marmottes, les glaciers de la Vanoise : ça vaut le détour !

**Télésiège**: 11€/adulte ; 9€/enfant - de 13 ans.

**Dénivelée** : 600m.   

**RDV** : 8h30 à Méribel Village, près de la boulangerie, avec votre voiture

**Tarifs** : adultes 36€ / enfants 23€

---

**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 personnalisées sur un ou plusieurs jours en engagement privé.