

# PROGRAMME DES RANDONNÉES

## Semaine du 21 au 28 Juillet 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 22/07 matin : BEAUFORT: VISITE DE LA FERME ET DE LA FORÊT D'AROLLE

Découverte des trésors de la réserve Naturelle de Tuéda, du Casse-noix et de l'Arolle. Et visite privée de la ferme avec sa salle de fabrication pour le Beaufort, et sa cave (non ouvertes au public). De quoi s'ouvrir l'appétit !

**RDV**: 9h au parking du lac de Tuéda

**Tarifs** : adultes 24€ / enfants 15€

### LUNDI 22/07 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 23/07: VENEZ ON VA REVEILLER LES MARMOTTES !

Départ matinal pour profiter du réveille de la nature, d'être seul au milieu de la montagne à chercher les bouquetins, chamois ou marmottes. Levé du jour dans le vallon et petit-déjeuner au refuge du Saut avec les histoires des lieux. Retour après le pique-nique de midi vers 13h.

**Dénivelée**: 426m.   

**RDV**: 6h00 au parking du lac de tuéda. **Petit-déjeuner au refuge** : 10€

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

### MERCREDI 24/07, matin : INITIATION AUX PLANTES SAUVAGES

Nous découvrirons celles qui constituaient le quotidien de nos anciens. Initiation aux plantes culinaires et aux arbres de nos forêts.

**RDV:** 9h au parking de Méribel village.

**Tarifs :** adultes 24€ / enfants 15€

### **MERCREDI 24/07 , 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

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

### **JEUDI 25/07: 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 26/07, 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.  
Nous contacter directement.