



Programme de la semaine du 12 au 18 janvier



INFORMATIONS RESERVATIONS

par téléphone / by phone

06 09 56 75 00 tous les jours de 8h à 21h

Facile = rythme tranquille, pauses fréquentes

Rando = rythme plus soutenu mais jamais très sportif, pauses régulières

-10 % sur le total à partir de 5 balades (pour la même personne) **-10%** réduction famille (4 pers.)

Afin de confirmer vos réservations et de bénéficier de nos réductions (non cumulables), **l'ensemble de vos inscriptions doit être réglé en totalité lors de votre première sortie** (comme partout). Toute sortie réservée est due. Nous acceptons espèces ou chèques.

TARIFS

Demi-journée : facile 26 € / rando 32 €

Journée : facile 39 € / rando 45 €

POINTS DE RENDEZ-VOUS

Pour vous acheminer au point de départ des balades nous utilisons :

- soit notre minibus avec rendez-vous aux Menuires **devant le clocher** et à Saint Martin **devant le bar l'Eterlou**

- soit la **navette gratuite** de la Vallée des Belleville que vous devez prendre seul, aux Menuires à la gare routière et à Saint Martin face à l'Eterlou

Votre guide vous attendra à votre descente de navette et vous ramènera pour la navette de retour. Tout est précisé sur le programme.

MEETING POINTS

To take you to the starting point of the walks we use:

- our minibus with meeting point **in front of the bell tower** in Les Menuires and **in front of the bar l'Eterlou** in Saint Martin

- or the **free shuttle** of the Belleville Valley you need to take by yourself : in Les Menuires at the bus station and in Saint Martin face to l'Eterlou

Your guide will wait for you at your descent of the bus and will take you back for the return shuttle. Everything is specified on the programme.

Dimanche après-midi avec Brigitte

Le circuit des lacs

Une sortie facile pour débuter en raquettes tout découvrant le paysage de Val Thorens et ses lacs gelés et enneigés. De la neige de culture à la fascinante adaptation hivernale de la faune aquatique.

Facile Départ en minibus Les Menuires devant le clocher 13h45 Retour vers 17h 26 €/pers.

Sunday afternoon with Brigitte

The lakes circuit

An easy outing to learn how to manage snowshoes while discovering Val Thorens scenery and its frozen and snowy lakes. Find out about snow making, consider the fascinating winter adaptation of the water wildlife.

Lundi après-midi avec Olivier

Le hameau de La Loy

Ce versant en pentes douces était autrefois très apprécié pour son ensoleillement propice aux cultures. Vous l'apprécierez à votre tour pour une mise en jambes facile et une première découverte de la vallée.

Facile Départ en minibus Les Menuires devant le clocher 14h20 – Saint Martin devant l'Eterlou 14h35 Retour vers 16h45 26 €/pers.

Monday afternoon with Olivier

The hamlet of La Loy

This mountain side with its gentle slopes was very much appreciated for its sunny situation ideal for agriculture. You will appreciate it for an easy warm up and a first discovery of the valley.

Mardi matin avec Olivier

La ferme de La Trantsa

Au-dessus du joli village du Châtelard, les pentes douces parsemées de chalets d'alpage sont un paradis pour les raquettes. Après une balade tranquille sur ce versant boisé, nous irons à la ferme de La Trantsa, élevage de brebis, pour découvrir la fabrication de cette spécialité rare et déguster aussi d'autres produits de la ferme.

Facile Les Menuires devant le clocher 9h20 – Saint Martin devant l'Eterlou 9h35 Retour vers 12h45 26 €/pers. + dégustation 6 €

Tuesday morning with Olivier

La Trantsa farm

Above the pretty village of Le Châtelard, the gentle slopes spotted with mountain pasture chalets are a paradise for snowshoe walkers. After an easy stroll on this wooded slope, we will go to the farm of La Trantsa, sheep rearing, to discover the production of this rare speciality and also taste other farm products.

Mardi après-midi avec Brigitte

La forêt de Goffay

Du village du Roux, nous cheminerons en lisière de la forêt d'épicéas, dominant le magnifique site de Bérenger. Suit une superbe descente à travers les plantations d'arolles, mélèzes, bouleaux et pins à crochets.

Rando Départ en minibus Les Menuires devant le clocher 14h20 – Saint Martin devant l'Eterlou 14h35 Retour vers 17h45 32 €/pers.

Tuesday afternoon with Brigitte

The Goffay forest

From the village of Le Roux we will follow the edge of the spruce forest, dominating the magnificent site of Bérenger. Then a superb descent through plantations of "arolles", larch, silver birch and mountain pines.

Mercredi matin avec Gilles**Le moulin de Burdin**

Balade agréable où nous longerons le torrent à travers la ripisylve pour atteindre un moulin à eau restauré que nous visiterons ensemble afin de comprendre son fonctionnement et son importance dans la vie d'autrefois.

**Facile Les Menuires départ en minibus devant le clocher 9h30 – Saint Martin en navette gratuite place de la mairie 9h30
Demander au chauffeur l'arrêt à Saint Marcel Fin de la balade vers 12h30 navette de retour à 12h40 26 €/pers.**

Mercredi après-midi avec Gilles**Goûter au refuge du Danchet**

Ce parcours panoramique sur la vallée relie d'anciens chalets d'alpage qui rappellent le mode de vie ancestral rythmé par les saisons. L'un d'eux nous accueillera pour un bon goûter puis nous repartirons pour une belle descente au crépuscule vers les lumières des villages.

Rando Départ en minibus Les Menuires 14h20 – Saint Martin 14h35 Retour vers 18h30 32 €/pers. + goûter 10€

Wednesday morning with Gilles**The water mill of Burdin**

You will enjoy this walk along the stream through the riparian bushes. We will visit together a restored water mill to understand how it works and how important it was in the ancient life.

**Facile Les Menuires departure by minibus in front of the church 9h30 – Saint Martin by free shuttle at the town hall 9h30
Ask the driver for the stop at Saint Marcel End of the walk at 12h30 shuttle back at 12h40 26 €/pers.**

Wednesday afternoon with Gilles**Snack at the Danchet refuge**

This panoramic circuit on the valley links ancient mountain pasture chalets which remind us of the old way of life ruled by the seasons. One of them will welcome us for a good snack. Then, we will leave for a nice sunset descent to the lights of the villages.

Rando Departure by minibus Les Menuires 14h20 – Saint Martin 14h35 Return towards 18h30 32 €/pers. + snack 10€

Jeudi matin avec Olivier**Observation de la faune sauvage**

Au cours d'une balade en pente douce, profitez de l'expérience de terrain de votre guide ainsi que de sa connaissance de la faune pour observer à la lunette chamois et cervidés, le tout dans un paysage grandiose.

Facile Départ en minibus Les Menuires devant le clocher 9h20 – Saint Martin devant l'Eterlou 9h35 Retour vers 12h30 26 €/pers.

Thursday morning with Olivier**Wildlife watching**

During a walk on gentle slopes, enjoy the field experience of your guide and his knowledge about local wildlife by watching chamois and cervidae with a telescope, all in a splendid landscape.

Facile Departure by minibus Les Menuires in front of the church 9h20 – Saint Martin in front of l'Eterlou 9h35 Return towards 12h30 26 €/pers.

Jeudi après-midi avec Olivier**Le vallon des Dogettes**

Imaginez un vallon entre alpages et forêts recouvert d'un épais manteau neigeux. Suite à une montée en lisière des conifères, on profitera d'une descente ludique face à un des plus beaux panoramas de la vallée.

Rando Départ en minibus Les Menuires devant le clocher 14h20 – Saint Martin devant l'Eterlou 14h35 Retour vers 17h45 32 €/pers

Thursday afternoon with Olivier**The Dogettes small valley**

Imagine a valley between pastures and forests covered with a thick snowpack. After climbing along a conifer forest, we will enjoy a pleasant downhill face to one of the most beautiful panorama in the valley.

Rando Departure by minibus Les Menuires in front of the church 14h20 – Saint Martin in front of l'Eterlou 14h35 Return towards 17h45 32 €/pers

Vendredi journée avec Olivier**Le lac du Lou avec repas au refuge**

Au bout du chemin, on découvre la vaste étendue vierge du lac gelé et couvert de neige, dans son vallon préservé. Le nouveau refuge du Lou nous accueillera pour un bon repas, puis nous partirons pour une balade au bout du lac afin de profiter pleinement de la beauté du site.

**Facile Prendre la navette gratuite direction Val Thorens Saint Martin place de la mairie 8h35 – Les Menuires gare routière 9h
Demander au chauffeur l'arrêt à La Chasse retour en minibus vers 15h30 39 €/pers. Repas non compris (environ 20 à 25 €/pers.)**

Friday full day with Olivier**The Lou Lake with lunch at the refuge**

At the end of the path, we will come to the huge virgin area of this frozen snow covered lake, in an exceptional and preserved valley. The new refuge of the Lou will welcome us for a good meal, then we will go for a stroll along the lake to fully enjoy the beauty of the site.

**Facile Take the free shuttle towards Val Thorens Saint Martin town hall square 8h35 – Les Menuires bus station 9h
Ask the driver for the stop at La Chasse return by minibus towards 15h30 39 €/pers. Lunch not included (around 20 to 25 €/pers.)**