

Raquette avec les écoles

Des sorties découvertes accompagnées pour les écoles

En demi journée et journée sur le site de votre choix :
Cuvery – Retord, Monts jura, Menthrières

Les traces d'animaux

C'est sur la neige qu'il est le plus facile d'observer les empreintes. Nous parlerons des traces et des indices de présence. Vous apprendrez à identifier et à connaître les hôtes naturels de nos forêts. Vous découvrirez leur vie, leurs habitudes et leur adaptation au milieu hivernal

La neige

Avec des loupes il est facile d'observer et d'identifier les principaux cristaux de neige et de mieux comprendre les métamorphoses du manteau neigeux ainsi que les mécanismes à l'origine des avalanches. Nous découvrirons la manipulation du Détecteur de Victime en Avalanche ainsi que la construction d'abris sous neige

Carte et Boussole

Retrouver le cheminement de la randonnée effectuée à la bonne saison peut s'avérer difficile en hiver. La neige fait disparaître bon nombre de repères ce qui rend l'utilisation de la carte et de la boussole indispensable.

Découvrez de façon ludique les rudiments de base qui permettent de s'orienter dans l'environnement naturel.

Ces sorties s'adaptent aux écoles et aux centres de loisirs, les différents thèmes peuvent se compléter de manière à composer un programme d'animations varié sur la journée.

Tarifs des sorties scolaires

demi-journée	journée
120 €	180 €

Baptême en Biplace Parapente

L'hiver en situation de faible enneigement

**Moniteur professionnel
diplômé d'état depuis 1988,
je vous invite à une balade aérienne
accessible à tous immédiatement.**

**Sur des sites de 300 à 500 m
De dénivellation,**

Voler en biplace parapente ne nécessite pas de préparation ni d'aptitude particulière, juste l'envie et une course légère permettant l'envol. Le vol est accessible à tous, petit et grand, jeune et moins jeune.

Le site de vol utilisé en priorité est celui de Menthrières au dessus de Bellegarde sur Valserine. Il bénéficie d'un dénivelé de 500m et d'une route d'accès goudronnée de 7 km entre l'atterrissage de Confort et le décollage du Bouant.

En cas de mauvaise condition météo au Sorgia (vent de nord soutenu), il est possible de voler sur le site de Port à proximité du lac de Nantua.

**la vidéo de votre vol
grâce à une caméra embarquée**

Tarif : 70 € le vol si vous utilisez votre véhicule pour transporter l'équipage au décollage, vidéo incluse.

(autorisation parentale écrite pour les mineurs).
Avertissement : Les vols peuvent être annulés ou reportés selon les conditions météorologiques et aérologiques du moment.



Idée cadeaux ! offrez un baptême

Balade en Raquette Marche nordique Découverte du Trail



demi journée et journée
Sur les Monts Jura
le Pays de Gex
Menthrières
la Vallée de la Valserine
le Plateau du Haut Bugey

Baptême en Biplace Parapente

sur les sites
de Bellegarde et Nantua



Marinet Didier

Accompagnateur en Montagne
Moniteur et Biplaceur Parapente
diplômé d'état

tel : 06 72 15 80 68

dmarinet@rando-parapente.fr
www.rando-parapente.fr

Rando hiver 2022

Nocturne à Cuvery sur le plateau de Retord

Durée : soirée (2 à 3 heures)

Difficulté : facile **Dénivellation** : 150 m maximum

Enfant à partir de 8 ans.

Tarif : Accompagnement adulte 15 € et enfant 12 € lampes frontales fournies

Repas : fondue avec charcuterie 20,50 € pour les adultes.

Pour les enfants : Nuggets de poulet maison avec pommes de terre rissolées, sirop, avec une boule de glace chocolat ou vanille à 9€ (- de 12 ans), dessert compris, sans boissons

Inscriptions auprès de l'Accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

Départ : Auberge Chez Lisa, à 18 h, pour un départ depuis le chalet de la Raymond. Après une balade facile au caractère nordique nous reviendrons pour le repas Chez Lisa. Location raquettes à l'auberge

Tous les samedis du 89 janvier au 19mars inclus

Le Chalet de la Poutouille à Menthières

Durée : après-midi (3 à 4 heures)

Difficulté : moyenne **Dénivellation** 400 m maximum

Enfant à partir de 10 ans

Tarif : Accompagnement adulte 14 € et enfant 12 €

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

ou des agences de Lelex ou Mijoux de l'OT du Pays de Gex

Départ : Menthières à la Location ski Carry à 13h 30.

Se développant en ligne de crête, cet itinéraire offre de beaux panoramas sur la vallée de la Valserine et le mont Blanc Variante possible à la demande, sur le massif du Grand Crêt d'Eau selon les conditions météo

Tous les dimanches du 19 décembre au 27 mars inclus

Raquette Découverte à Lélex

Durée : après-midi (2 à 3 heures)

Difficulté : facile **Dénivellation** : 200 m maximum

Tarif : Accompagnement adulte 14 € et enfant 12 €

(enfant à partir de 8 ans)

Tarif : Télécabine adulte 7,20 € et enfant 4,80 € si fournie par l'accompagnateur

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

ou des agences de Lelex ou Mijoux de l'OT du Pays de Gex

Départ : Lelex à 13h30 devant la télécabine.

Après la montée en télécabine, nous parcourons les crêtes pour profiter du panorama sur le Mont Blanc et le Léman

Tous les mercredis du 22 décembre au 30 mars inclus

Nocturne Monts Jura à Lélex

Durée : soirée (3 à 4 heures)

Difficulté : moyenne **Dénivellation** : 350 m maximum et 800m à la descente

Tarif : Accompagnement adulte 15 € et enfant 13 €

(enfant à partir de 10 ans) lampes frontales fournies.

Tarif : Télécabine adulte 7,20 € et enfant 4,80 €

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

ou des agences de Lelex ou Mijoux de l'OT du Pays de Gex

Repas raclette ou tartiflette, boissons non comprises adulte 16 €

Départ : Lelex à 15h 45 devant la télécabine

Une autre façon de pratiquer la raquette en assistant au coucher du soleil depuis les crêtes, puis descente à Lelex, sous les étoiles après le repas concocté par Franck gardien du refuge de la loge

Tous les jeudis du 23 decembrer au 31 mars inclus

Nocturne à Menthières

Durée : soirée (3 à 4 heures)

Difficulté : facile **Dénivellation** : 200 m maximum

Tarif : accompagnement adulte 15 € et enfant 13 € enfant

à partir de 10 ans lampes frontales fournies

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

Repas raclette salade, et dessert, un verre de vin + café compris. adulte 16 €

Départ : Menthières, à la Location ski Carry à 18h

L'itinéraire de notre balade se développera soit sur le plateau de Menthières soit en direction des crêtes selon votre motivation et nous permettra de profiter des dernières lueurs du soleil.

Notre rando s'achèvera au restaurant **La Gentiane** vers 21h 30 ou nous seront accueillis par Sandy et Boris.

Sur Demande

Renseignements et inscriptions

auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne www.rando-parapente.fr

ou des agences de Lelex ou Mijoux de l'OT du Pays de Gex

tel : 04 50 28 09 16

contact.montsjura@paysdegex-tourisme.com

Tarif pour les remontés mécaniques Monts Jura

Aller-retour télécabine 7,20€ adulte et 4,80€ enfant

si fourni par l'accompagnateur.

Raquette à la carte

Des sorties demi journée, journée et nocturne en groupe ou famille sur un site de votre choix

Monts Jura, Menthières et Plateau de Retord.

En semaine comme en Week End

n'hésitez pas à me contacter

tel : 06 72 15 80 68

En situation de faible enneigement

La Marche Nordique

Durée : demi-journée (2 à 3 heures) **Dénivellation** 150 m

Difficulté : facile

Tarif : séance 14 € bâtons fournis

Départ : Menthières, Cuvery Retord, Monts Jura

Pratiquée en groupe de 12 personnes maximum la marche nordique vous procurera de nombreux instants de plaisir et de convivialité. séance de 2 heures.

Sur demande 5 participants minimum

Découverte du Trail

Durée : demi-journée (2 à 3 heures)

Difficulté : moyenne **Dénivellation** : 300 m

Tarif : Adulte 14 €

Départ : Menthières, Cuvery Retord, Monts Jura

Une séance de 2h30 sur nos itinéraires panoramiques vous permettront de découvrir les spécificités de la course dans un environnement montagnard., La séance sera de faible intensité adaptée avec une alternance de marche et de course en fonction du relief et de fréquentes pauses. Pré requis : être en mesure de courir 45 mn sur le plat Matériel : sac à dos léger avec gourde 1 litre et baskets ou chaussures de rando légères, possibilités de prêt bâtons.

Sur demande 5 participants minimum