

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**

(inclus dans le tarif)

Tarif : 80 € 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
rando-parapente.fr

Rando hiver 2023

Le Chalet de la Poutouille à Menthrières

Durée : après-midi (3 à 4 heures)

Difficulté : moyenne

Dénivellation 400 m maximum

Enfant à partir de 10 ans

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

Tarif : Accompagnement adulte 15 € et enfant 13 €

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne sur rando-parapente.fr ou des agences de l'OT Pays de Gex - Monts Jura

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

**Tous les dimanches du 18 décembre au 26 mars inclus
5 participants minimum**

Raquette Découverte à Lélex

Durée : après-midi (2 à 3 heures)

Difficulté : facile

Dénivellation : 200 m maximum

Enfant à partir de 8 ans

Tarif : Accompagnement adulte 15 € et enfant 13 €

(enfant à partir de 8 ans)

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

Inscription auprès de l'accompagnateur

tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne sur rando-parapente.fr ou des agences de l'OT Pays de Gex - Monts Jura

Départ : Lélex à 13h15 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 21 décembre au 22 mars inclus
5 participants minimum**

Nocturne Monts Jura à Lélex

Durée : soirée (3 à 4 heures)

Difficulté : moyenne

Dénivellation : 350m maximum et 800m à la descente

Enfant à partir de 10 ans

Tarif : Accompagnement adulte 16 € et enfant 14 €

(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 sur rando-parapente.fr ou des agences de l'OT Pays de Gex - Monts Jura

Repas raclette ou tartiflette, dessert et boissons non

comprises (adulte 20 €). (enfant – 10 ans 15 €)

Départ : Lélex 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 Lélex, sous les étoiles après le repas concocté par Franck gardien du refuge de la loge

**Tous les jeudis du 22 décembre au 30 mars inclus
5 participants minimum**

Nocturne à Menthrières

Durée : soirée (3 à 4 heures)

Difficulté : de facile à moyenne à votre convenance

Dénivellation : de 200 m à 400 maximum

Enfant à partir de 10 ans

Tarif : accompagnement adulte 16 € et enfant 14 €

5 participants minimum

lampes frontales fournies

Inscription auprès de l'accompagnateur

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

Repas raclette salade, et dessert, un verre de vin +

café compris. adulte 20 €

Départ : Menthrières, à la Location ski Carry à 18h
L'itinéraire de notre balade se développera soit sur le plateau de Menthrières soit en direction des crêtes et nous permettra de profiter des dernières lueurs du soleil.
Notre rando pourra s'achever au restaurant **La Gentiane** vers 21h ou nous serons accueillis par Sandy et Boris.

**Sur demande les vendredis et les samedis soir
5 participants minimum**

Renseignements et inscriptions

*auprès de l'accompagnateur
tel : 06 72 15 80 68 ou en ligne rando-parapente.fr
ou des agences de l'OT Pays de Gex - Monts Jura
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, Menthrières 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 15 € bâtons fournis

Départ : Menthrières, 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 de la course en montagne

Durée : demi-journée (2 à 3 heures)

Difficulté : moyenne **Dénivellation** : 300 m

Tarif : Adulte 15 €

Départ : Menthrières, Cuvery Retord, Monts Jura

Une séance de 2h30 sur nos itinéraires panoramiques vous permettra 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

Materiel : sac à dos léger avec gourde 1 litre et baskets ou chaussures de rando légères, possibilités de prêt bâtons.

Sur demande 5 participants minimum