



# Bureau Montagne et Nature

Montchavin les Coches

## Randonnée Via Ferrata Escalade

Inscription à partir de 18h au bureau des Coches

Pour les randonnées, permanences les dimanche, mardi, et jeudi



## Semaine du Dimanche 7 au 13 juillet 2024

### Dimanche 7

La station et ses alentours	<b>Gratuit</b> : Balade autour de la station. Départ en télécabine gratuite. Information sur la région, les activités proposées, les balades en famille, les randonnées... <b>Accès libre sans inscription.</b>	<b>14h30</b> <b>Place des Commerces aux Coches</b>
-----------------------------	--	---

### Lundi 8

			Départ	Difficulté
Randonnée <i>Nature Journée</i>	<b>Les dolines de la Nova</b>	Flore et nombreux ruisseaux. Les dolines sont une curiosité géologique. <i>Secteur Beaufortain</i> Tarif 23€	<b>8h00</b>	
Escalade <i>Matinée</i>	<b>Notre Dame du Pré</b>	Initiation à l'escalade	<b>8h00</b>	

### Mardi 9

Via ferrata	<b>Les Bettières</b>	Belle via d'initiation à Peisey Nancroix	<b>13h00</b>	
-------------	----------------------	--	--------------	--

### Mercredi 10

Rando neige <i>Classique Journée</i>	<b>La pointe de la Met 3041m</b>	Dans le parc national de la Vanoise, la neige laisse la place à une flore exceptionnelle. <i>Secteur col de L'iseran</i> Tarif 31€	<b>7h30</b>	
---	----------------------------------	--	-------------	--

### Jeudi 11

Via Ferrata	<b>Les Bettières</b>	Belle via d'initiation à Peisey Nancroix	<b>13h00</b>	
-------------	----------------------	--	--------------	--

### Vendredi 12

Randonnée <i>Classique Journée</i>	<b>Le tour du Chardonnet</b>	Beau circuit dans le Parc de la Vanoise. Flore, faune et paysages grandioses. <i>Secteur Tignes</i> Tarif 31€	<b>7h30</b>	
Balade <i>Journée</i>	<b>La fondue au chalet</b>	Petite balade en forêt avant la dégustation d'une fondue au chalet du Mont. Plaisir garanti. <i>Secteur Villaroger</i> Tarif 38€	<b>9h30</b>	
Via Ferrata	<b>Le Roc du Vent</b>	Un parcours aérien avec un panorama de 1 <sup>er</sup> ordre	<b>9h00</b>	

### Samedi 13

Randonnée	<b>A la demande</b>	
-----------	---------------------	--

## Evaluer son niveau

 <b>Randonnées : 06 01 78 06 65</b> (ou sms) 1 - Sur bon sentier dénivelé < 500 m 2 - Sans difficulté technique dénivelé < 700 m 3 - Sentier et hors sentier dénivelé < 1000 m 4 - Hors sentier, sportive / 5 Bâtons - Hors Catégorie	<b>, Via Ferrata, Escalade,</b> Jean Michel - <b>06 09 30 56 40</b>  1 - Initiation 2 - Perfectionnement 3 - Course technique 4 - Hors catégorie
--	--