



Bureau Montagne et Nature

Montchavin les Coches

Randonnée Via Ferrata Alpinisme Canyon Escalade



Inscription de 18h à 19h00 au Bureau des Coches

Pour les randonnées, permanences les dimanche et mardi

Semaine du Dimanche 5 au 11 juillet 2026

Dimanche 5

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

Lundi 6

			Départ	Difficulté
Escalade <i>Matinée</i>	Notre Dame du Pré	Initiation à l'escalade	8h00	

Mardi 7

Alpinisme	Rhême Golette	Initiation marche sur glacier	5h00	
-----------	----------------------	-------------------------------	-------------	--

Mercredi 8

Randonnée <i>Journée</i>	Marmottes et fleurs alpines	Rando sans difficulté pour observer la flore et la faune de montagne dans la Réserve Naturelle de la Sassièr <i>Tignes Tarif 27€</i>	8h30	
Via ferrata	Les Bettières	Belle via d'initiation à Peisey Nancroix	13h00	

Jeudi 9

Escalade	Haute école	La falaise de Séloge	8h00	
----------	--------------------	----------------------	-------------	--

Vendredi 10

Via Ferrata	Le Roc du Vent	Un parcours aérien avec un panorama de 1 ^{er} ordre	9h00	
Escalade	Les Amis	Une belle voie dans la vallée de Peisey		

Samedi 11

Canyoning	Tous les après-midis à l'Eau Rousse.	Mercredi journée à Montmin.
-----------	---	------------------------------------

Evaluer son niveau

Randonnées : 06 63 88 70 73 ou 06 08 04 79 52	Via Ferrata, Escalade, Alpinisme
 1 - Sur bon sentier dénivelé < 500 m	Jean Michel - 06 09 30 56 40 Norbert - 06 58 16 07 94
 2 - Sans difficulté technique dénivelé < 700 m	 1 - Initiation
 3 - Sentier et hors sentier dénivelé < 1000 m	2 - Perfectionnement
 4 - Hors sentier, sportive / 5 Hors Catégorie	3 - Course technique
	4 - Hors catégorie

guidemontagne.com