



// NIVEAUX



Facile : 150 m de dénivelé positif.
(être capable de monter 3 étages sans s'arrêter)



Marcheur moyen : 300 m de dénivelé positif.



Bon marcheur : 700 m de dénivelé positif.
(peut être long mais sans difficulté technique)



Très bon marcheur.
(peut contenir des passages techniques)

// TARIFS SORTIES COLLECTIVES

	Adultes	- 16 ans À partir de 8 / 10 ans	- 12 ans
Demi-journée	29 €	26 €	-
Forfait 3 demi-journées*	81 €	72 €	-
Forfait 5 demi-journées*	130 €	115 €	-
Journée	50 €	40 €	-
Nocturne avec repas savoyard**	63 €	-	55 €

*tarif forfaitaire/pers. pour une inscription simultanée aux sorties
**dans une authentique ferme d'alpage rénovée !

// ATTENTION

Nombre de participants limité : inscrivez-vous le plus tôt possible !

Nos tarifs ne comprennent ni la location du matériel, ni les déplacements.

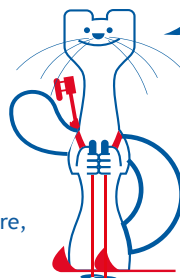
Le programme est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météorologiques et de l'enneigement. Vous n'êtes pas assuré par l'ESF NORDIC pendant ses prestations.

Matériel personnel à prévoir :

Raquettes, chaussures, bâtons, bonnet, gants, lunettes, crème solaire, boisson, en-cas, petit sac à dos.

Pour la journée prévoir en plus casse-croûte, tee-shirt de rechange, boisson et vêtements chauds.

Autres activités proposées
par l'ESF NORDIC
SKI DE FOND CLASSIC OU SKATING,
BIATHLON, RANDONNÉE
NORDIQUE...



Spécial Familles & Groupes

Pour une sortie personnalisée, pour vous ou votre groupe, en famille ou entre amis... réservez un engagement privé moniteur/accompagnateur en demi-journée, journée ou nocturne.

// TARIFS SORTIES PRIVATIVES

1 À 4 PERSONNES

Demi-journée 147 €
Journée 289 €
Nocturne à partir de 147 €

5 À 10 PERSONNES

Demi-journée 180 €
Journée 345 €
Nocturne à partir de 180 €



ECOLE DE SKI DE FOND

RAQUETTES esf NORDIC LE GRAND BORNAND

Programme activités pleine nature

Raquettes en demi-journée à thèmes | Raquettes en journée évasion
Raquettes & Yoga | Raquettes en nocturne

// RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS //

MAISON DU TOURISME
COMPTOIR D'ACCUEIL ESF NORDIC

Tél. 04 50 02 78 17
contact@esf-skidefond.com

www.esf-grand-bo.com/cours-nordique/

VENDREDI 12

**CHAMOIS ET
BOUQUETINS**

Niveau ❄️
9h OT GB



SAMEDI 13

**COL DES ANNES
VUE SUR LA CHAÎNE
DES ARAVIS**

Niveau ❄️
14h OT GB



DIMANCHE 14

**L'ESCAPADE DU
DIMANCHE À
BEAUREGARD**

Niveau ❄️
14h OT GB
Raquettes offertes pour
les 10 premiers inscrits



MARDI 16

**COL DES ARAVIS
VUE SUR LE MONT-BLANC**

Niveau ❄️❄️
9h OT GB



MERCREDI 17

L'ALPAGE DU CROPT


Niveau ❄️
14h OT GB



JEUDI 18

**APPROCHE DES
BOUQUETINS**

Niveau ❄️❄️
14h15 Pont du Venay



VENDREDI 19

L'ALPAGE DU CROPT

Niveau ❄️
9h15 OT GB



SAMEDI 20

**LES CHALETs
DE LA GAUDINIÈRE**

Niveau ❄️❄️
9h15 OT GB
9h30 Ht de Samance



DIMANCHE 21

**L'ESCAPADE DU
DIMANCHE**

Niveau ❄️
14h OT GB
Raquettes incluses pour
les 10 premiers inscrits



RANDONNÉES NOCTURNES

MERCREDI 17
RANDO CIEL ÉTOILÉ 18h OT CHI Niveau ❄️ Tarif : 33 €

VENDREDI 19
RANDO APÉRO ARAVIS 17h15 OT GB Niveau ❄️ Tarif : 33 €

RANDONNÉE MATINALE

JEUDI 18
RANDO LEVER DU SOLEIL 7h OT GB Niveau ❄️

RANDONNÉES RAQUETTES JOURNÉE

DIMANCHE 14 9h30 OT GB Niveau ❄️❄️

**PLATEAU DE BEAUREGARD,
VUE SUR LE MT BLANC**

MARDI 16 9h30 OT GB Niveau ❄️❄️❄️

**LES GLIÈRES : CHALET DES AUGES,
VUE SUR LE MONT BLANC**



**QUELQUES SUGGESTIONS DE
RANDONNÉES PRIVÉES**

LE PLATEAU DE CENISE

LES AUGES, LE PLATEAU DES GLIÈRES

LE PLATEAU DE BEAUREGARD

LA POINTE D'ORCIÈRES

1/2 journée de 1 à 4 pers 147€
1/2 journée de 5 à 10 pers 180€
Journée de 1 à 4 pers 289€
Journée de 5 à 10 pers 345€

**SPECIAL COUPE DU MONDE
DE BIATHLON !**

- ① Initiation au tir 10 m 20 min 6€
- ① Initiation au tir 10 m à pied 1h 10€
- ① Stage Biathlon 50m 179€
- ① Stage de Biathlon 10m 3 jours:
9h30-11h30 16-17-18 Décembre 122€
- ① Cours privés Biathlon 10m ou 50m :
à partir de 66€/1h (1 pers) 146€/2h (2 pers)
- ① Week-end Biathlon 180€
- ① Weekend 1ère Neige 35€/par cours

