



// 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.

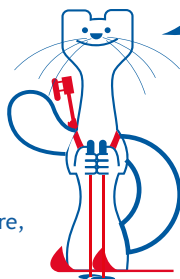
Matériel personnel à prévoir :

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/

M
A
T
I
N

SAMEDI 24 	DIMANCHE 25 	LUNDI 26 PLATEAU DE BEAUREGARD VUE SUR LE MT BLANC Niveau ❄️❄️ 9h15 OT GB 	MARDI 27 LE COL DES ARAVIS, VUE SUR LE MONT BLANC Niveau ❄️ 9h15 OT GB 	MERCREDI 28 INCROYABLE ! LES CHALETS DE LA GAUDINIÈRE Niveau ❄️❄️ 9h Gare routière 9h25 Ht de Samance 	JEUDI 29 APPROCHE DES BOUQUETINS Niveau ❄️ 9h40 Pont du Venay 	VENDREDI 30 RANDO US ET COUTUMES AVEC DÉGUSTATION DE PRODUITS LOCAUX ET VIN CHAUD Niveau ❄️ 9h15 OT GB 9h30 Chapelle du Vieux Chinaillon 33 € Adulte 30 € Enfant 	SAMEDI 31 
--	---	---	---	--	---	--	---

A
P
R
E
S
-
M
I
D
I

SAMEDI 24 LE COL DES MOUILLES Niveau ❄️❄️ 14h OT GB 	DIMANCHE 25 L'ESCAPADE DU DIMANCHE Niveau ❄️ 14h15 OT GB 14h30 La Matte Raquettes incluses pour les 10 premiers inscrits 	LUNDI 26 CHAMOIS ET BOUQUETINS À LA CULAZ Niveau ❄️ 14h OT GB 14h15 Les Nants 	MARDI 27 LES PARCHETS PANORAMIQUE DES ARAVIS Niveau ❄️❄️ 14h OT GB 14h15 Les Nants 	MERCREDI 28 LE PLATEAU DE SAMANCE Niveau ❄️ 13h45 Gare routière 14h10 Ht de Samance 	JEUDI 29 APPROCHE DES BOUQUETINS Niveau ❄️❄️ 14h15 Pont du Venay 	VENDREDI 30 SUR LA TÊTE Niveau ❄️❄️ 14h OT GB 	SAMEDI 31 LE COL DES MOUILLES Niveau ❄️❄️ 14h OT GB 
--	---	--	--	--	--	---	---

IDÉES DE RANDONNÉES PRIVÉES

LE PLATEAU DE CENISE

LES AUGES, LE PLATEAU DES GLIÈRES

LE PLATEAU DE BEAUREGARD

LA POINTE D'ORCIÈRES

LE ROC DES TOURS

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€

ACTIVITÉS ENFANTS 6-12 ANS

Construction Igloo & goûter

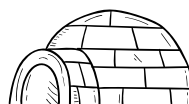
1 enfant : 26€

Mer 28/01 14h00 devant l'Auberge Nordique

Trappeurs feu de camp et chamallows grillés

1 enfant -12ans : 26€
adulte : 29€

Mercredi 28/01 - 09h30 La Matte



RANDONNÉES ATYPIQUES



NOCTURNE APÉRO ARAVIS

MAR 27/01 - Adulte : 33€// Enfant(-16ans) : 30€ -17h45 OT GB

RANDONNÉE JOURNÉE

MERC 28/01 - La montagne des Auges Niveau ❄️❄️❄️ -9h Gare routière

RAQUETTES FONDUE NOCTURNE

MERC 28/01 - Adulte : 63€// -12 ans : 55€ -17h45 OT GB// 18h Pont de Venay (Chinaillon)

RAQUETTES YOGA

MERC 28/01 - Adulte : 33€// +12 ans et -16ans : 26€ -9h OT Chinaillon

RANDONNÉE NOCTURNE AVEC REPAS À LA DUCHE Niveau ❄️❄️❄️❄️

JEUDI 29/01 - Adulte : 70€ -17h15 OT GB (Raquettes, Frontales et Transport inclus)

RANDONNÉE CIEL ÉTOILÉ

VEND 30/01 - Adulte : 29€ // Enfant(-16ans) : 26€ -17h45 OT GB // 18h La Matte