

# Programme des **Animations**



Du **12** au **18 février 2023**

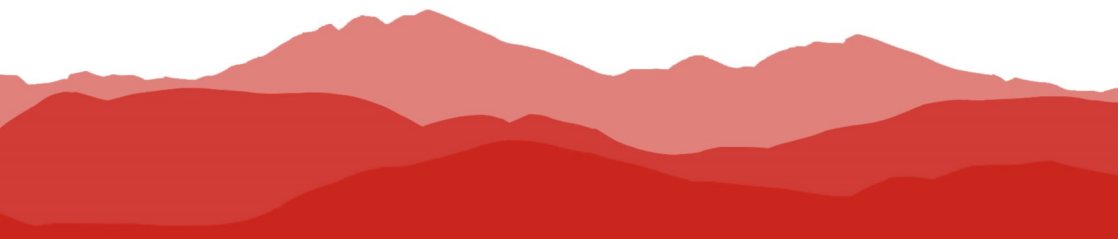
**esf** LES SAISIES

# Les cours

Ski **Alpin** - en cours collectifs  
& Club **Piou-Piou** - à partir de 3 ans

Point de Rendez-vous	Jours	Horaire
Centre Station	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h15 à 11h45 14h30 à 17h
Les Carrets	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h00 à 11h30 14h15 à 16h45
Belambra	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h00 à 11h30 14h30 à 17h
Bisanne 1500	Lundi à vendredi	9h00 à 11h30

*Possibilité de garde le midi du lundi au vendredi  
Centre Station uniquement – repas à fournir*



## Stage **Snowboard** - en cours collectifs

dès 9 ans

Du lundi au vendredi

De 14h30 à 17h

## Ski **Nordique** - en cours collectifs

dès 6 ans

Du lundi au vendredi

De 9h15 à 11h45

## **Biathlon** - en cours collectifs

dès 9 ans

Du lundi au vendredi

De 14h30 à 17h

## Leçons **Personnalisées**

Centre Station  
& Belambra

En semaine, de 12h à 14h

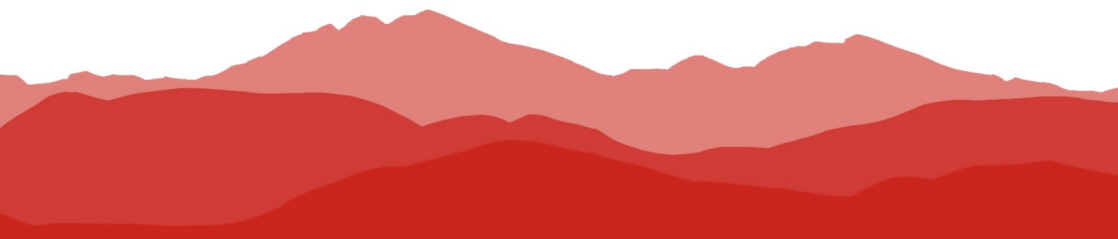
Les Carrets

En semaine, de 11h50 à 13h50

Bisanne 1500

En semaine, de 11h30 à 13h30

Samedi toute la journée



# Les Tests Chronométrés

*Inscription auprès de l'ESF - Tarif : 9,00 €  
Selon météo, enneigement et nombre d'inscrits*

## **Mardi 14 février**

12h : Flèche

## **Mercredi 15 février**

12h : Flèche

15h : Chamois

## **Jeudi 16 février**

12h : Chamois

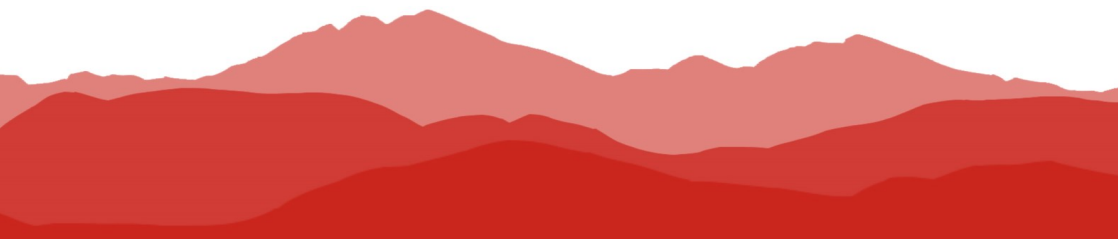
15h : Flèche

## **Vendredi 17 février**

9h15 : Nordicross

12h : Flèche

15h : Flèche



# Randonnées Raquettes

Départ à 14h30 devant l'ESF – Retour à 17h  
Enfants à partir de 7 ans – Raquettes non fournies - Tarif : 23,00 €

## **Dimanche (15h) :** Forêt de Covetan

Niveau ●●○○○ - 6 km - Dénivelé + 100m

Partez sur les traces des animaux (tétrasylyre, blanchots...) en forêt, à proximité de la zone naturelle protégée de Covetan.

## **Lundi :** Bois du Pellaz

Niveau ●●○○○ - 6 km - Dénivelé + 75m

Balade au profil descendant avec retour en navette. Dans le bois du Pellaz géré par l'ONF, nous observerons la vallée et les sommets du Beaufortain. Nombreuses traces d'animaux.

## **Mardi :** La Combe de la Ravire

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 150m

Sous le sommet de la Légette et à l'écart de la station des Saisies, descente dans la combe de la Ravire avec vue sur les barrages et les chalets d'alpage du Beaufortain.

## **Mercredi :** Les chalets d'alpage de Plan Chardon

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 150m

Pour arriver dans les grands espaces du vallon nord de Plan Chardon, montée dans une forêt d'épicéas avec point de vue sur les Aravis et le Beaufortain.

## **Jeudi :** Le saut du chamois

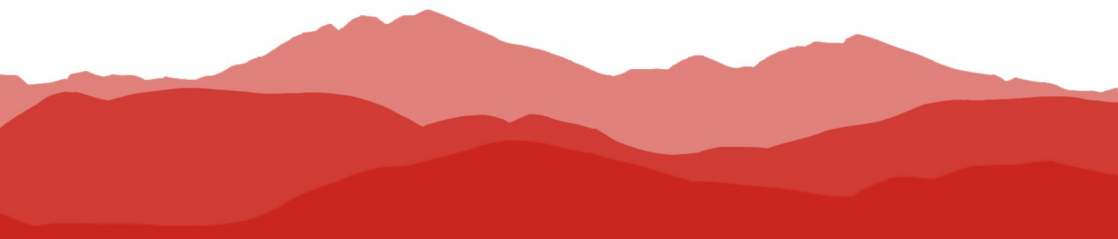
Niveau ●●●○○ - 7,5 km - Dénivelé + 150m

Promenade sur un parcours nordique vers le saut du chamois. Point de vue sur les Aravis et découverte du biotope des chamois de la commune de Cohennoz.

## **Vendredi :** Le Chard du Beurre

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 200m

Petite escapade à travers les alpages et la forêt dense et sauvage en direction du Chard du Beurre. Magnifique panorama sur le massif du Mont Blanc.



# Les animations

Dimanche 12 février

## **Initiation Biathlon**

*De 12h30 à 14h30, domaine Nordique les Saisies*

*Tarif : 42,00 €*

Tir à 10m à la carabine à Plomb

Lundi 13 février

## **Initiation Biathlon**

*De 17h30 à 18h30, Bisanne 1500*

Pour les enfants de 6 à 12 ans, Tir à à10m à la carabine Laser

Mercredi 15 février

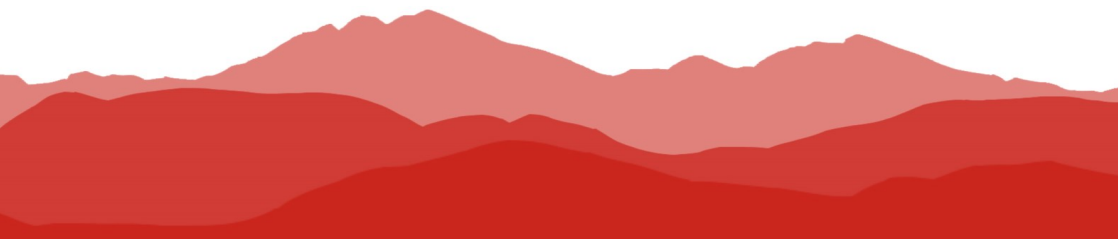
## **Sortie Raquettes Nocturne**

*Départ à 18h15 devant l'ESF – Raquettes non fournies*

*Tarif : 23,00 €*

Sur les traces du « Dahu » dans la forêt du Lachat  
avec repas savoyard en refuge.

Repas à régler sur place : 22,00 € - Inscription avant 12h



# Bonnes **Vacances**



Photos Rémy Berthod

Pour plus de renseignements

***esf*** LES SAISIES

04 79 38 90 40  
[www.esf-lessaisies.fr](http://www.esf-lessaisies.fr)