

Programme des **Animations**



Du **5** au **11 février 2023**

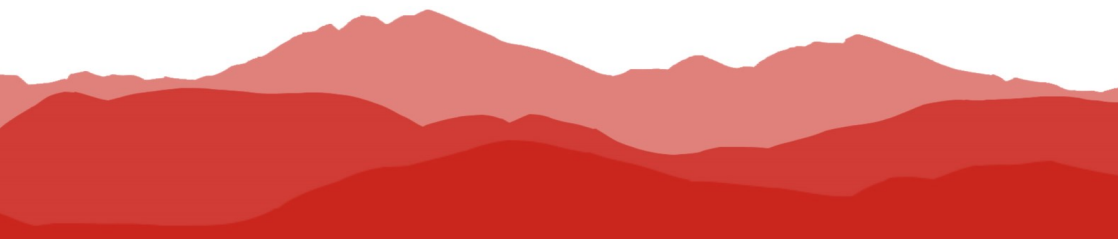
esf LES SAISIES

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

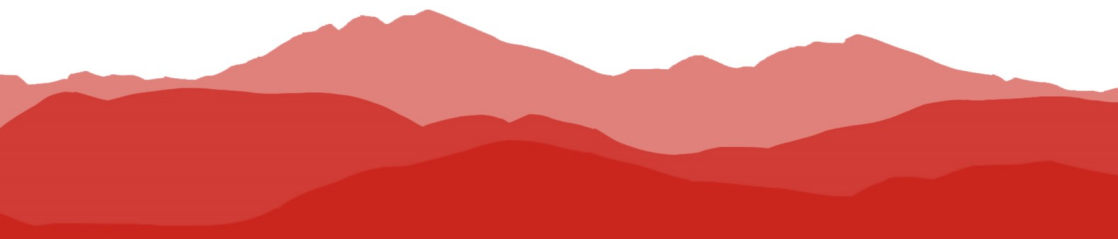
Les Carrets

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 7 février

12h : Flèche

Mercredi 8 février

12h : Flèche

15h : Chamois

Jeudi 9 février

12h : Chamois

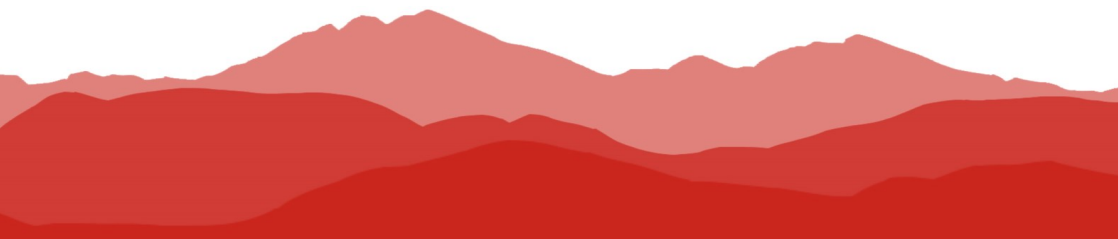
15h : Flèche

Vendredi 10 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 : 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

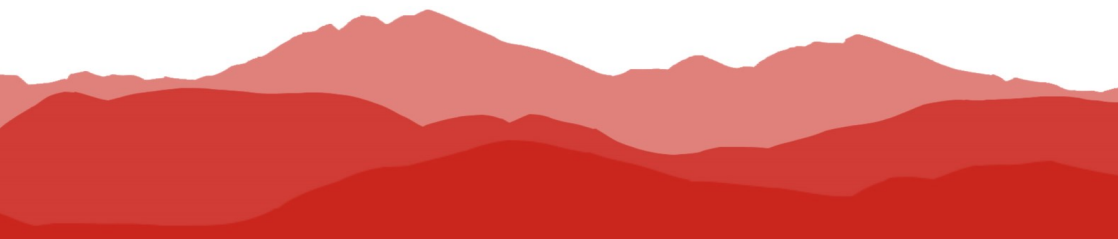
Niveau ●●●○○ - 7,5 km - Dénivelé + 150m

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 5 février

Initiation Biathlon

De 12h30 à 14h30, domaine Nordique

Tarif : 42,00 €

Tir à 10m à la carabine à Plomb

Mercredi 8 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

Jeudi 9 février

Initiation Biathlon

De 17h30 à 18h30, Bisanne 1500

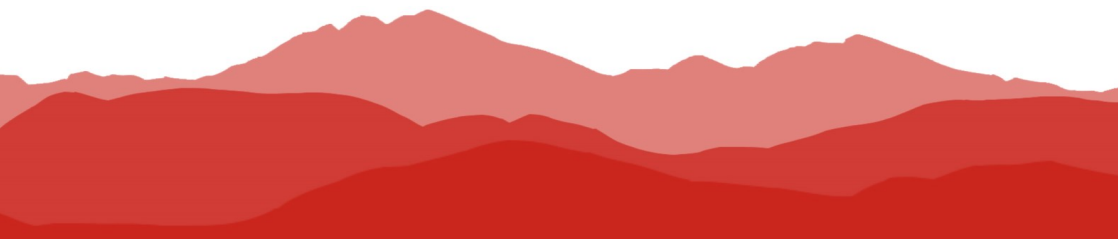
Pour les enfants de 6 à 12 ans, Tir à 10m à la carabine Laser

Jeudi 9 février

Descente aux Flambeaux

18h, Piste des Sapins

Descente aux flambeaux des enfants (en cours à l'ESF à partir du niveau 3ème Etoile) et des monitrices et moniteurs de l'ESF des Saisies



Bonnes **Vacances**



Photos Rémy Berthod

Pour plus de renseignements

esf LES SAISIES

04 79 38 90 40
www.esf-lessaisies.fr