Programme des **Animations**

Du **17** au **22 mars 2024**

esf LES SAISIES

Les **cours**

Ski **Alpin** - en cours collectifs

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

Club **Piou-Piou** - à partir de 3 ans

À la Station :
De 9h15 à 11h45 et de 14h30 à 17h
Possibilité de garde le midi du lundi au vendredi – repas à fournir

Aux Carrets et à Belambra :
Dimanche : de 14h15 à 16h45
Du lundi au vendredi :
de 9h00 à 11h30 et de 14h15 à 16h45

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 11h45 à 13h45

Samedi toute la journée et dimanche de 9h à 14h
ATTENTION : Leçons personnalisées nordique au départ du domaine nordique

Randonnées **Raquettes**

Départ à 14h30 devant l'ESF – Retour à 17h
Enfants à partir de 7 ans – Raquettes non fournies - Tarif : 21,00 €

Dimanche (14h30) : Forêt de Covetan

Niveau ●●○○○ - 6 km - Dénivelé + 100m

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

Lundi : Bois du Pellaz

Niveau ●●○○○ - 6 km- Dénivelé + 75m

Balade au profil doux (chemin des 4 sous) avec retour en navette. Découverte d'une futaie jardinée et de la gestion d'une forêt de montagne. Jolis points de vue sur les sommets du Beaufortain, paradis de la randonnée, été comme hiver.

Mardi : La Combe de la Ravire

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 150m

Depuis le versant ouest de la Légette, découvrez la station des Saisies sous un autre angle. Peut-être verrez-vous des chevreuils, ou sûrement leurs traces. A la sortie de la forêt, vous aurez un point de vue magnifique sur le Mont-Blanc, avant de descendre par les alpages. Retour possible en navette.

Mercredi : Les chalets d'alpage de Plan Chardon

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 150m

A la visite de l'alpage suspendu de Plan Chardon, au nord-est de la station, petit coin tranquille pour Tarines et Abondances, là où elles produisent un bon lait en contemplant l'Alpe. Découverte de l'habitat typique des alpages pour la remue.

Jeudi : Le saut du chamois

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

Parcours typiquement nordique. Partez sur les traces du chamois, mais aussi celle d'un hôte emblématique de ces lieux. Beau point de vue sur le Val d'Arly 1000m plus bas, et les sommets qui le dominent.

Vendredi : Le Chard du Beurre

Niveau ●●●○○ - 6 km - Dénivelé + 200m

Randonnée sur le contrefort nord de ce sommet pour savourer différents points de vues : Crest-Voland, Notre-Dame de Bellecombe, des sommets du Val d'Arly à ceux du massif du Mont-Blanc, en passant par le Beaufortain et les Bauges… préparez vos carnets et vos stylos !

Les **animations**

Dimanche 17 mars
Initiation Biathlon

De 14h30 à 16h30, domaine Nordique
Tarif : 44,00 €
Tir à 10m à la carabine à Plomb

Mercredi 20 mars
Sortie Raquettes Nocturne

Départ à 18h15 devant l'ESF – Raquettes non fournies
Tarif : 21,00 €

Sur les traces du « Dahu » dans la forêt du Lachat
avec repas savoyard en refuge.
Repas à régler sur place : 25,00 € - Inscription avant 12h

Bonnes **Vacances**

Photos Rémy Berthod

Pour plus de renseignements

esf LES SAISIES

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