



Randonnée sur les rives de la Valserine

20 € Mer. 1/05 et Jeudi 30/05 (13h30 - après-midi)

Où *Avec la fonte de la neige, la Valserine s'exprime et révèle tout son caractère. C'est le moment d'aller l'admirer dans sa partie la plus sauvage ! Nous en profiterons pour prendre un peu de hauteur pour admirer ses gorges depuis de jolis belvédères. Les familles sont les bienvenues. (8km et 300m de dénivelé.)*



Randonnée au Grand Piton du Salève

30 € Dimanche 5/05 (8h30 - journée)

Où *Le Grand Piton est le point culminant du Mont Salève avec sa tour Bastion. Il offre un panorama exceptionnel sur le bassin genevois et sur le Jura. (13km, 650 m de dénivelé.)*



Initiation au trail

15 € Samedi 11/05 (9h - matin)

Vous voulez vous dégourdir les jambes et profiter de la nature, je vous invite à faire quelques foulées avec moi pour apprendre les bases du trail en montagne.



Initiation à la marche méditative en pleine conscience (durée 1h30)

15 € Samedi 4/05 et 18/05 (9h - matin)
Mardi 7/05 et 14/05 (18h - soirée)

Où **Dans la forêt de Gex, Vesancy et Divonne les Bains**
Venez me rejoindre pour une initiation à la marche méditative en pleine conscience. Au cours d'une balade sensorielle dans la forêt, je vous invite à vivre l'instant présent, en connexion avec la nature. Un voyage apaisant et ressourçant.



Le Crêt de Chalam

30 € Dimanche 19/05 (8h30 - journée)

Où *Je vous propose un magnifique itinéraire en boucle pour ce Crêt de Chalam, sommet culminant à 1545m, à la vue imprenable sur le massif. Venez admirer la diversité de ce parcours étonnant. (14km, 950m de dénivelé.)*



Randonnée aux Platières

20 € Samedi 4/05 (13h30 - après-midi)

Où *Jolie randonnée à travers les pâturages d'altitude, le site des Platières est un petit toit jurassien avec de multiples points de vue sur la Haute Chaîne du Jura. Les familles sont les bienvenues. (7km. 200m de dénivelé.)*



La Pièce d'Aval

20 € Mercredi 8/05 (13h30 - après-midi)

Où *Un parcours champêtre autour des combes, des forêts et des alpages. L'agriculture du Jura a son histoire, les paysages racontent. Les familles sont les bienvenues. (7km, 100 m de dénivelé.)*



Chalet de la Vesancière

30 € Dimanche 12/05 (9h - journée)

Après une belle montée, vous serez charmés par la douceur de l'alpage de la Vesancière avec son chalet niché dans son petit coin de paradis. (11km, 800m de dénivelé.)



Le Mont Chanais

25 € Samedi 18/05 (13h30 - après-midi)

Le Mont Chanais est le meilleur point de vue pour admirer la Haute Chaîne du Jura d'un côté, le lac Léman et les Alpes de l'autre. Cerise sur le gâteau, on y rencontre régulièrement les chamois qui profitent des pentes abruptes du Colomby de Gex. Je vous propose un joli itinéraire en boucle, en dehors des sentiers battus. (10km, 750m de dénivelé.)



Le Crêt de Chalam

20 € Vendredi 31/05 (13h30 - après-midi)

Où *Après une escale historique à la Borne au Lion, je vous propose une ascension facile par le col de l'Encoche, de ce magnifique sommet culminant à 1545m à la vue imprenable sur le massif. Les familles sont les bienvenues. (5km. 250m de dénivelé.)*

Départs : Vesancy, place de la Batteuse pour organiser le covoiturage (8 places dans mon véhicule)



Pour plus de clarté, 4 niveaux de difficulté sont définis pour mes randonnées.

contact@randomontagne.com





**RANDO
MONTAGNE**

ROSE-MAY HALBOUT
Accompagnatrice en montagne

www.randomontagne.com

 EN PRATIQUE

Départs

Vesancy, place de la Batteuse pour organiser le covoiturage (8 places dans mon véhicule)

Equipement à prévoir

Sac à dos avec une gourde d'eau (minimum 1 litre)

Pique-nique pour les randonnées à la journée et en-cas pour les demi-journées

- Chaussures de randonnées
- Vêtements adaptés à la randonnée
- Veste de pluie, polaire ou pull chaud
- Lunettes de soleil
- Crème solaire
- Chapeau ou casquette

Pour le trail

Chaussures de trail, eau, vêtements adaptés à la course à pied, sweet ou polaire, veste de pluie légère si mauvais temps, casquette, lunettes de soleil

Pour les enfants

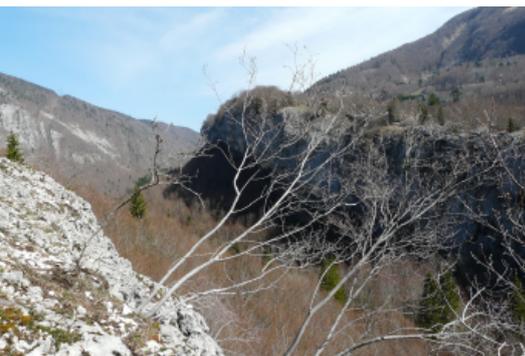
Bonnes chaussures, pantalon de randonnée ou de jogging, pull, veste ou veste de pluie selon la météo, chapeau, lunettes de soleil, crème solaire (à mettre avant la balade)

Inscriptions

Inscriptions par mail, téléphone ou sms

contact@randomontagne.com
+33 6 80 17 83 48

Rives de la Valserine



Grand Piton du Salève



La pièce d'Aval



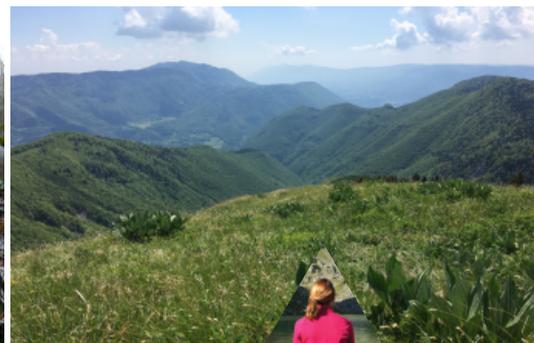
Initiation au trail



Marche méditative



Le Crêt de Chalam



www.randomontagne.com

+33 6 80 17 83 48