

Programme du 6 février au 7 mars 2010

Les itinéraires peuvent être modifiés en fonction des conditions nivologiques
N'annulez pas de vous-même une sortie en cas de chute de neige, renseignez vous avant le départ,
une promenade sous la neige c'est aussi très sympa !

TRACES DOUCES

	<i>Matin</i>	<i>Après midi</i>
<i>Dimanche</i>	A partir de 10h Vin chaud offert au départ des pistes du Laus	A partir de 14h30 Visite de La Maison Musée Faure-Vincent Dubois
<i>Lundi</i>	9h à 12h Matinée Faune et Nivologie	14h30 Rando raquette - Site Minier
<i>Mardi</i>	9h30 - 17h Journée Raquette - Le Col d'Izoard	
<i>Mercredi</i>	10h - 16h Journée Famille Spéciale Grillades - Le Col d'Izoard	
<i>Jedi</i>		13h45 les 10 et 17 Février Rando raquette - Fort des Aittes
	9h30 Journée Grands Espaces en raquettes	
		14h30 Rando raquette - Site Minier 14h30 - 22h Nouveauté Nocturne 17h30 - Nocturne Visite de La Maison Musée Faure-Vincent Dubois
<i>Vendredi</i>	10h à 12h30 Matinée ski de fond	13h45 Rando raquette - Fort des Aittes

Pendant toute cette période, profitez tous les jours au foyer de ski de fond de Cervières, du coin lecture, des jeux, des colorriages, du thé chaud offert en fin de journée, et le matériel, fourni gratuitement pour les participants aux sorties Traces Douces.

Foyer de ski de fond : 04 92 20 49 49 - Horaires semaine : 9h-12h et 13h-17h week-end : 9h-17h

Plus d'infos sur l'opération Traces Douces sur www.traces-douces.eu



Cervièrès/Izoard

...découvrir la montagne et l'hiver autrement, pour comprendre son espace, sa faune, sa flore, les hommes qui y ont vécu par le passé et ceux qui y vivent encore.

Programme Nature & Patrimoine

*du 6 février
au 7 mars 2010*





Le lundi matin :

Matinée faune et nivologie

Observation à la longue vue de la faune de montagne et sensibilisation sur la neige. Utilisation d'un ARVA.

A partir de 6 ans, matériel fourni.

Tarif : 25 € (adulte) - 20 € (enfant)

Forfait Famille **110 €**

- RDV 9h00 au Laus retour 12h-12h30.
- Départ avec 4 pers. mini.

Le mardi :

Journée Raquettes, le Col d'Izoard

Montée au col de l'Izoard par le bois de Péméant, repas chaud au refuge Napoléon, incontournable !...et descente ludique par un autre itinéraire.

A partir de 10 ans, matériel fourni.

Tarif : 40 € (adulte) - 35 € (enfant)

Forfait Famille **220 €**

Repas **22 €** en supplément

- RDV 9h30 au Laus retour 17h.
- Départ avec 4 personnes mini., 12 pers. maxi.

Le mercredi :

Journée Famille Spéciale Grillades

Jolie randonnée en forêt, grillade partie !!

Observation de la faune et des empreintes le matin, jeux dans la neige l'après-midi. A partir de 4 ans, matériel fourni, et super grillade organisée.

Tarif : 40 € (adulte) - 35 € (enfant)

Forfait famille **220 €**

Supplément Repas : **10 € (adulte)**

5 € (enfant de 4 à 8 ans)

- RDV 10h00 au Laus, retour 16h00.
- Départ avec 4 pers. mini.

Le jeudi :

Nouveauté nocturne !

Sortie mixte insolite, raquette et luge pour plus de sensations, INOUBLIABLE ! Montée en raquette par un itinéraire sauvage et descente en luge sur presque 10 km !

Repas chaud au refuge Napoléon : excellent !

A partir de 8 ans, matériel fourni : raquette + luge + frontale.

Tarif : 50 € (adulte) - 45 € (enfant)

Repas **22 €** en supplément

- RDV 14h30 au Laus, retour 22h.
- Départ avec 4 pers. mini, 8 maxi (8 luges)
- Enfant autonome à partir de 12 ans, sinon même luge que les parents

En plus...

A la demande,

d'autres sorties peuvent être proposées :

- **A la découverte d'autres vallées**
- **Nuit en igloo • miniraid sur 2 jours...**

Renseignements :

Foyer de Ski de Fond de Cervières

Pour toute sorties si besoin, location d'un ARVA en plus.

Tarif groupe journée :

> engagement raquette : 250 € (12 pers. maxi.)

> Luge : 300 € (10 pers. maxi.)

Inscriptions au plus tard, la veille avant 16h30

Auprès du Foyer de ski de fond de Cervières :

04 92 20 49 49 ou 06 85 96 17 31

Le jeudi :

Journée Grands Espaces en Raquettes

Cervières, située au pied du mythique Col de l'Izoard, possède de multiples richesses, points de vues, chalets d'alpage, patrimoine fortifié... Laissez-vous tenter par les grands espaces. Prévoir une boisson et un casse-croûte. Petites douceurs offertes.

Tarif : 35 € /pers. (enfants à partir de 12 ans), raquettes fournies.

- RDV à Cervières (lieu à préciser) à 9h30
- Réservation Bureau Montagne Visa Trekking, Caroline Barrelle - 26 le village - 05100 Cervières 04 92 50 06 63 ou 06 60 85 21 74

Le vendredi : Matinée ski de fond, mini rando nordique

Découverte du milieu naturel et du patrimoine de la vallée du Blétonnet à ski de fond.

A partir de 8 ans. Matériel fourni.

Tarif : 19 € (adulte)

15 € (enfant de moins de 14 ans).

- RDV à 10h au Laus, retour 12h30.
- Inscription et réservation du matériel au foyer de ski de fond : 04 92 20 49 49

Le dimanche & jeudi :

Voyage au XVIII et XIX^{ème} siècles ou la vie rurale d'un village d'altitude aux siècles passés

Visitez au coeur du village une maison-ferme du XVIII^{ème} siècle restée en l'état d'autrefois (habitation, grange, meubles objets de la vie quotidienne...). Témoignage de la vie des paysans-artisans-éleveurs de la Vallée de Cervières. Comment les hommes se sont-ils adaptés à la vie rude d'une vallée d'altitude ?

Tout public.

Tarif : 4,50 € (adulte) 2,50 € (enfants -10ans)

• RDV au Musée rue de la Mairie le dimanche de 16 à 18h30 et en nocturne le Jeudi 17h30, visite clôturée par un vin chaud.

Le vendredi après-midi & les mercredis 10 et 17 Février Rando Raquette Fort des Aittes

Accès au site en raquette et visite de l'ouvrage Maginot des Aittes (Cervières), partenariat avec l'Association des Aittes. Découvrez les 300m de galeries où les militaires de l'époque ont vécu en autarcie pendant les 20 jours du conflit avec l'Italie (juin 1940). Prévoir une lampe individuelle. - A partir de 10 ans. Raquettes fournies.

• **Tarif : 15 € (Adulte) - 10 € (enfant)**

- RDV à 13h45 au foyer de ski de fond de Cervières
- Inscription : Foyer de ski de fond : 04 92 20 49 49



Le lundi après-midi & jeudi Rando Raquette Site Minier

Accès au site en raquettes et visite d'une galerie d'un ancien site minier du Briançonnais (Villard St Pancrace). Au retour visite du Musée de la mine au centre montagne. A partir de 8 ans. Matériel fourni.

• **Tarif : 20 € (adulte) 15 € (enfant)**

- RDV à 14h30 au centre montagne de Villard St Pancrace. Réservation : Centre Montagne de Villard St Pancrace : 04 92 49 60 51 ou Foyer de ski de fond de Cervières : 04 92 20 49 49