

La CHARTREUSE : un PARADIS SAUVAGE

TOURS ET DETOURS AU COEUR DU MASSIF

Randonnée botanique

Venez découvrir la flore de Chartreuse, vous initier à la botanique et apprendre à reconnaître les plantes de nos montagnes.

Cette randonnée peut aussi mettre en avant les remèdes, les plantes qui ont fait la richesse de notre Massif.

Séance de 3 heures,

Tarif : 15€ par personne,

A partir de 10 ans

Dates : En Juillet : Jeudi 09 matin, Vendredi 17 après midi, Jeudi 23 matin,

En Août : Mardi 04 après midi, Jeudi 06 matin, Mardi 11 après midi

Marche nordique

Simple a priori, la marche dynamique avec deux bâtons nécessite un apprentissage efficace afin de rester actif tout au long de la randonnée.

Cette activité permet de mettre en action 90% de notre musculature et améliore l'oxygénation de notre organisme.

Séance de 2 heures, matin de 9h à 11h

Tarif : 12€ par personne avec prêt de bâtons spécifiques

Activité pour tous, sans limite d'âge, ni de condition physique.

Dates : En Juillet : Lundi 13, Jeudi 16, Vendredi 17,

En Août : Lundi 10, Vendredi 14, Lundi 17, Vendredi 21

Sentiers du Vertige :

Vous voulez découvrir les sentiers en balcon, les parcours de crêtes sauvages de Chartreuse ?

Alors profitez de l'expérience d'un professionnel pour assurer votre sécurité et partager une véritable ambiance de montagne.

Séance à la journée

Tarif : 21€ par personne,

A partir de 15 ans

Groupe de 8 personnes maximum

Dates : En Juillet : Mercredi 8, 15, 22, 29

En Août : Mercredi 5, 12, 19, 26

Escalade

Venez découvrir cette activité en extérieur, sur site naturel.

Vous évoluerez sur des voies en relation avec votre niveau de pratique.

Séance d'initiation de 3 heures, de 18h à 21h

Tarif : 30 € par personne (à partir de 3 pers.),

A partir de 4 ans

Dates : En Juillet : Mardi 07, Jeudi 09, Jeudi 16, Vendredi 24, Mercredi 29,

En Août : Mercredi 05, 12, 19, 26

Balade des contrebandiers

De légendes en histoires vraies, venez-vous mettre dans la peau de contrebandiers et vivre une aventure au fil de l'eau.

Séance de 3 heures, de 14h à 17h

Tarif : 15€ par personne,

A partir de 8 ans

Dates : En Juillet : Jeudi 09, 16, 23, 30

Rando-dégustation :

Randonnée en fin de journée dans la zone de silence de la Grande Chartreuse, suivi d'un apéro dinatoire en refuge.

Nous vous offrons l'audio-guide* lors de votre visite du Musée de la Grande Chartreuse. (Bon à retirer lors de l'achat de votre rando-dégustation)

Séance de 4 heures, de 16h à 20h

Tarif : 24€ par personne,

A partir de 8 ans

Dates : En Août : Jeudi 6, 13, 20, 27

*Les audio-guides permettent d'écouter les commentaires et les descriptions des œuvres présentées, tout au long de la visite.

Lever de soleil au Charmant Som :

Venez observer chamois, marmottes ; profiter des énergies matinales et partager une collation montagnarde.

Séance de 4 heures

Tarif : 19€ par personne,

A partir de 10 ans

Dates : En Juillet : Mardi 07, 14, 21, 28

En Août : Mardi 04, 11, 18, 25

VTT descente

Initiation à cette discipline en toute sécurité, sur des parcours progressifs et adaptés à votre niveau.

Séance découverte d'une ½ journée, avec prêt de protections

Tarif : 20€ par personne,

A partir de 8 ans

(location de VTT à prévoir en supplément)

Dates : En Juillet : Samedi 11, 18, 25

En Août : Samedi 01, 08, 15, 22, 29

Traversée de la Dent de Crolles - Spéléologie

Découverte des dessous de la Dent de Crolles, de ses réseaux souterrains.

Une demi-journée de préparation et d'apprentissage des manipulations sur le site de Saint Christophe la Grotte.

Le dimanche, une belle journée, qui débute avec un accompagnateur en montagne.

Du Col du Coq à l'entrée de la grotte il vous fera découvrir les richesses de la Chartreuse.

A l'entrée de la Grotte notre guide spéléo vous attend pour une traversée des plus renommées.

Séance de ½ journée et 1 journée, encadrement et matériels techniques

Tarif : 160€ par personne (de 4 à 6 personnes)

Dates : Samedi 18 et dimanche 19 Juillet – Samedi 22 et dimanche 23 Août

Les inscriptions se font jusqu'à 16h (la veille)

A l'Office de Tourisme de Saint Pierre de Chartreuse

tél : 04-76-88-62-08 ; ot@st-pierre-chartreuse.com

Les rendez vous sont devant les offices de tourisme les plus proches de chaque activité.

Réduction enfant* (- de 14ans) et Carte d'hôte : 1,50€

Vous pouvez aussi suivre toutes les actualités sur : www.cartusiana.com

*réduction enfant et carte d'hôte non cumulable



Bougez Malin

Bougez Serein

Au cœur de la Chartreuse



ETE 2009