

# Programme des **ANIMATIONS**



**esf**  
LES SAISIES

du 15 au 21 février

# **LES COURS**

## *Ski Alpin - en cours collectifs*

Rendez-vous	Jour	Horaire
<b>Centre Station</b>	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h15 à 11h45 14h30 à 17h
<b>Les Carrets</b>	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h à 11h30 14h15 à 16h45
<b>Belambra</b>	Dimanche	10h15 à 12h15 15h à 17h
	Lundi à vendredi	9h à 11h30 14h30 à 17h
<b>Bisanne 1500</b>	Lundi à vendredi	9h à 11h30

*Club Piou-Piou - dès 3 ans*  
**Ski alpin ou Ski nordique**

**Disponible au centre station des Saisies, aux  
Carrets et à Belambra**

## *Snowboard - en cours collectifs*

Du lundi au vendredi

De 8 à 12 ans : de 12h15 à 14h15

A partir de 13 ans : de 14h30 à 17h

## *Ski Nordique - en cours collectifs*

Dès 6 ans

Du lundi au vendredi

De 9h15 à 11h45

## *Leçons Personnalisées*

Centre Station  
Les Carrets  
Belambra

Du lundi au vendredi  
de 12h à 14h

Bisanne 1500

Du lundi au vendredi  
de 11h30 à 13h30

Samedi toute la journée

ATTENTION : Leçons personnalisées nordique  
au départ du domaine nordique

# TESTS CHRONOMÉTRÉS

Inscription auprès de l'ESF ou via notre site

[www.esf-lessaisies.fr](http://www.esf-lessaisies.fr)

Tarif 9€

Selon météo, enneigement et nombre d'inscrits

*Mardi 17 février*  
12h15 : Flèche

*Mercredi 18 février*  
12h15 : Flèche

*Jeudi 19 février*  
9h15 : Nordicross  
12h15 : Flèche

*Vendredi 20 février*  
10h : Chamois  
12h15 : Flèche

# RANDONNÉES RAQUETTES

Départ à 14h30 devant l'ESF – Retour à 17h

Enfants à partir de 9 ans – Raquettes non fournies – Tarif : 26,00 €

## Dimanche (15h) : Forêt de Covetan

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

## Lundi : Bois du Pellaz

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

## Mardi : les Chalets d'alpage de Plan Chardon

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.

## Mercredi : la Croix de Coste

**Forfait piéton à acheter séparément : 11€**

Balade facile sur les sommets emblématiques des Saisies avec l'aide du télésiège de Bisanne. Du mont Bisanne à la croix de Coste d'où nous aurons une vue imprenable sur la vallée de l'Isère, du Doron et ses sommets dominants. Descente à la station de Bisanne 1500, retour en navettes.

## Jeudi : le Chard du Beurre

Randonnée sur le contrefort nord de ce sommet pour savourer différents points de vue : 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.

## Vendredi : le Saut du Chamois

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

# **LES ANIMATIONS**

## *Initiation au Biathlon*

**DIMANCHE 15 FÉVRIER - DE 12H30 À 14H30 ET DE 15H À 17H  
MARDI 17, MERCREDI 18 ET JEUDI 19 FÉVRIER - DE 17H15 À 19H15**

**Tarif : 48€**

Tir à 10m avec carabine à Air comprimé

## *Raquettes Nocturne - sur les traces du Dahut*

**MERCREDI 18 FÉVRIER - 18H15**

**Dès 9 ans - raquettes non fournies - Tarif : 26€**

Repas à régler sur place : 27€ (moins de 11 ans 22€)

Venez profiter du charme de la montagne au coucher du soleil, dans la forêt du Lachat, avec repas Savoyard en refuge.

## *Descente aux Flambeaux*

**JEUDI 19 FÉVRIER - 18H**

**TSD de Bisanne**

Vente des flambeaux toute la journée au bureau de l'ESF centre station (10€)

Descente aux Flambeaux Nationale « Les P'tits Flambeaux »

## *Raquettes Nocturne - soirée Igloo*

**JEUDI 19 FÉVRIER - 18H15**

**Dès 9 ans - raquettes non fournies - Tarif : 55€**

Passez une soirée inoubliable en igloo. Après une balade dans le bois du Pellaz, rendez-vous pour un fondue en igloo.

*Bonnes*  
**VACANCES**



*avec*  
**esf**  
LES SAISIES