

Raquettes en Vercors



Les Accompagnateurs Nature et Patrimoine



Balades
Randonnées
Nocturnes

avec des Accompagnateurs diplômés d'Etat

Renseignements et inscriptions dans votre Office de Tourisme
www.accompagnateur-vercors.com
tél 06 35 95 23 08

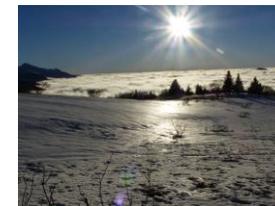
Marcher, Respirer, Contempler !...

Durée : Demi-journée, de 9h30 à 12h30.

Type : Balade raquettes ou à pied - Bien-être.

Niveau : Facile - enfants à partir de 7 ans

Dénivelé : 200m maxi / Temps de marche : ≈ 2h30



TARIFS ET DATES : VOIR PROGRAMME

Descriptif :

La nature généreuse offre un théâtre exceptionnel pour prendre soin de soi. Une randonnée en pleine nature, avec découverte du milieu naturel, où des moments de pause viennent ponctuer le déplacement.

Sont proposés des mouvements simples de réveil musculaire, associés à la respiration, en pleine conscience, mais peut-être aussi de la poésie !...

Un moment privilégié, le temps d'une randonnée dans une ambiance conviviale. Expérimenter une autre façon de marcher, de respirer, de contempler !...

Equipement à prévoir :

De bonnes chaussures imperméables (proscrire les Moon Boots) – vêtements de montagne

Dans votre sac à dos : un vêtement chaud et une veste type goretex – crème solaire – des barres énergétiques – 1 litre d'eau/personne – gants – bonnet – lunettes solaires de qualité

Observation : Raquettes fournies sans supplément (si besoin)

**POUR LES FAMILLES ET LES GROUPES CONSTITUES,
NOUS POUVONS ORGANISER VOTRE SORTIE
ET VOUS FAIRE BENEFICIER DE NOS TARIFS "GROUPES"
Devis sur demande à info@accompagnateur-vercors.com**

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

dans les Offices de Tourisme de
Autrans, Corrençon, Lans en Vercors, Méaudre, Villard de Lans
ou

Les Accompagnateurs Nature & Patrimoine

 **06 35 95 23 08**

www.accompagnateur-vercors.com