



TREK
EN ÉTOILE

Nous vous proposons 3 jours de randonnées et de découverte au coeur du massif des Bornes-Aravis en Haute-Savoie

Soleil, oxygène et souvenirs inoubliables, c'est ce que vous viendrez chercher les :

13 - 14 - 15 Juillet 2019 en pension complète

« Encadrement par 3 professionnels diplômés d'état », avec Tony AMM guide naturaliste, Fabrice AMM préparateur physique et Jérôme AMM.

Rendez-vous le 13/07/2019, 10h à '8rte de Paradis, 74230 Thônes'.

220 € / Personne en tout compris
(Paiement en 3 fois possible : 15/04-05-06)



LAC DE PEYRE & POINTE DE BALAFRASSE 2296 M

Un magnifique lac d'altitude.
Beaux points de vue sur les Aravis et le Mt Blanc.

REFUGE DE GRAMUSSET & POINTE PERCÉE 2750 M

"Un sommet aérien et sportif" comme aiment le souligner les différents topos..."



LE LAC DE LESSY & AIGUILLE VERTE 2045 M

Un itinéraire escarpé et un superbe lac sauvage.
Bouquetins, gypaètes sur cet itinéraire.



EFFORT :

la difficulté « *énergétique* »
de la randonnée pédestre.



TECHNICITÉ :

la difficulté « *motrice* »
de la randonnée pédestre.



RISQUE :

la difficulté « *psychologique* »
de la randonnée pédestre.



Chaque randonnée est évaluée selon la grille ci-dessus.
(E : Effort, T : Technicité, R : Risque).

Nous évoluerons entre le niveau 2 et 4.

Chaque jour nous serons en mesure de nous adapter et de vous proposer 2 randonnées de niveaux différents, une randonnée sportive et une randonnée contemplative. Nous dormirons chaque soir au gîte 'Les Mésanges' à Thònes (à 30minutes maximum des lieux de départs des randonnées)

Inscription

Rendez-vous sur www.baladalpes.com - rubrique programme. Télécharger la fiche d'inscription. Remplir la fiche et la retourner par email ou par voie postale.

Matériel

Suite à votre inscription une liste détaillée du matériel vous sera communiquée

Conditions

www.baladalpes.com - rubrique conditions

BREILLET JÉRÔME / CARDIA FABRICE
ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

06.21.04.39.65 / 06.29.79.76.47

Email : baladalpes@gmail.com