



## Des paysages hivernaux magiques en raquettes et à pied Programme 2020

Si vous souhaitez ressentir plus qu'uniquement le sol sous vos pieds. Combiner l'exercice physique sain et la découverte d'un environnement naturel qui inspire. Ou tout simplement vous déconnecter du stress quotidien et profiter du calme des paysages de montagne en compagnie de gens qui partagent vos intérêts...

Alors rejoignez-moi pour **une randonnée guidée en raquettes ou à pied** pour découvrir des paysages hivernaux magiques et les mondes secrets des plantes, des animaux et de la neige.

### Réservez les dates !

Les sorties sont d'env. 300–1000 m ↑ et 3–6 h de marche, pauses exclues. Accès par transports publics. Itinéraires sous réserve de modification selon les conditions. Taille de groupe 6–10. Toutes les sorties se font en raquettes sauf le weekend prolongé du 24 au 27 janvier (rando à pied).

**Samedi 4 janvier:** Pra Cornet\*

**Dimanche 12 janvier:** Initiation aux raquettes à neige\*, La Givrine ou St Cergue

**Samedi 18 janvier:** Wannehörli\*\*

**Vendredi 24–lundi 27 janvier:** week-end prolongé de **rando hivernale\*/\*\*** à Kandersteg; 625 Fr. par personne pour 4 jours de rando et 3 nuitées en hôtel en chambres à 2 avec demi-pension. **Réservez maintenant!**

**Dimanche 2 février:** Col du Mollendruz–Châtel\*, avec fondue en option à la fin de la journée

**Samedi 15 février:** Schwarzsee–Ättenberg\*\*/\*\*

**Samedi 22 février:** Mont Pèlerin en circuit\*\*

**Samedi 29 février:** Blatten–Belalp\*\*\*

### Inscriptions et prix

Inscrivez-vous par mail ([sarah@swiss-alpine-hiking.ch](mailto:sarah@swiss-alpine-hiking.ch)) ou sur mon site web ([www.swiss-alpine-hiking.ch](http://www.swiss-alpine-hiking.ch)); délai pour randos à la journée : 20h00 le jeudi auparavant. Si vous êtes sur ma liste de diffusion, vous recevrez les détails pour la journée plus tôt dans la semaine, y compris temps de départ, lieu de rencontre, itinéraire, liste de contrôle pratique (pour sac à dos, vêtements etc.) et heure d'arrivée estimée.

Prix pour randos à la journée: 50 francs par personne (transports et, pour le 2 février, fondue en sus).

### Et tournez la page pour un avant-goût de ce qui vous attend...



**Sarah Clark**

**Mountain Leader, Swiss Mountain Guides Association**

**Accompagnatrice en Montagne, ASGM**

**Wanderleiterin, SBV**

48 chemin de Champ-Rond

1010 Lausanne, Switzerland

079 342 7826

[sarah@swiss-alpine-hiking.ch](mailto:sarah@swiss-alpine-hiking.ch)

[www.swiss-alpine-hiking.ch](http://www.swiss-alpine-hiking.ch)



