



Raquettes du Yéti

Raquettes du Yéti

Journée raquettes 

Vanoise ou Beaufortain.

Séjours Raquettes

groupe ou séminaire.

Marche Nordique (matériel fourni)

initiation ou perfectionnement.

Treks et randonnées d'été

en séjours ou à la journée.

Sortie Pédagogique

Environnement et milieux naturelles



Pour une journée sport et détente,
pensez au massage bien-être à domicile

CAROLINE 07 83 69 19
Bien-être

Arnaud Duru, Diplômé d'Etat

Accompagnateur en montagne

Compagnie de la Vanoise

Label France Raquette

tel 06 81 89 68 55

arno@admontagnes.com

ADMontagnes.com

www.facebook.com/ADMontagne



06 81 89 68 55



LA PLAGNE
MONTALBERT

Arno vous accompagne en balade et randonnée raquettes sur les traces du Yéti

Nous traverserons des milieux naturels et des écosystèmes riches et encore préservés.

A moi de vous les faire découvrir, sans tomber !

Niveaux

- Balade initiation 
- Randonnée facile  
- Pour les initiés   



Prévoir Pass-Piéton Télécabine



Mardi 14h à 17h



Démontagné de Longefoy

Balade facile entre forêt et clairières d'alpage. Initiation aux techniques de déplacement du Yéti. Découvrez le patrimoine et la vie de nos villages.

ou le Tour des falaises du Glaisy

Du côté de Notre-dame-du-pré, petite randonnée autour d'un relief vertical. Loin des pistes de ski, rencontre avec un territoire sauvage habité...

Mardi, Mercredi, jeudi 17h30 à 19h30



Découverte fin de journée

A la frontale ou au coucher de soleil, balade initiation raquettes pour tous. Ambiance fin de journée et nocturne Antigél de rigueur !

Lampes frontales fournies



Mercredi 13h30 à 17h



Descente de l'adret

Grande randonnée descendante. Parcours ludique et varié en milieu forestier. Nous reconnaitrons les traces et indices de vie ... Peut-être le yéti ?

ou La source des envers.

Traversée de grands alpages jusqu'au canyon des Frasses où naît une source légendaire. Passage le long du torrent et remontée forestière face à l'Italie.



Jeudi 13h30 à 16h30



Au pied du Jarset

Parcours panoramique vallonné en hors piste. Passages faciles ludiques en poudreuse et pente raide. Rencontres avec de surprenantes espèces ...

ou Le cirque des étroits

Sortie accessible et proposée en bonne condition. En direction des étroits en territoire Chamois.



TARIFS

Demi-journée	25 €
P'ti Yéti (8-14ans)	16 €
Découverte fin de journée	20 €
P'ti Yéti (6-14ans)	12 €
Trace Yéti (3 1/2 journées)	65 €
Journée (4 pers. mini)	42 €

Point Rassemblement
devant Skimium Plagne Montalbert

Raquettes et bâtons fournis

Dégustation savoyarde



INSCRIPTIONS / INFOS

06 81 89 68 55

arno@admontagnes.com

ADMontagnes.com

Pour se rencontrer, rendez-vous le dimanche à 18h salle Little Zénith

Équipement nécessaire pour chacun :

Vêtements chaud et étanche - boisson - collations
Gants - bonnet - lunettes de soleil.
Des chaussures adaptées type chaussures de randonnée montantes ou chaussures chaudes.
Les moonboots sont déconseillées.