











PROGRAMME 2022 : Résumé

15 janvier	<p>Clair de lune en raquettes Faire l'expérience d'une randonnée dans des paysages nocturnes éclairés par la lune et les étoiles qui se reflètent dans la neige.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
16 janvier	<p>Première sur les crêtes Lancer en douceur la saison des raquettes le temps d'une belle boucle facile entre forêts secrètes et pâturages immaculés</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
22-23 janvier	<p>Week-end au coeur de l'hiver Profiter de deux jours d'immersion hivernale pour redécouvrir les recoins sauvages d'une Givrine que tout le monde croit connaître...</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	La Givrine	165 CHF
6 février	<p>Décrypter les indices animaliers à la Givrine Apprendre à lire le grand livre de la Nature grâce aux indices semés par nos compagnons sauvages sur les pages de l'hiver.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	La Givrine	50 CHF
16 février	<p>Clair de lune en raquettes Faire l'expérience d'une randonnée dans des paysages nocturnes éclairés par la lune et les étoiles qui se reflètent dans la neige.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
20 février	<p>Faire un feu dans la neige Au cours d'une randonnée au plus sauvage des crêtes, apprendre à faire un feu même si tout endroit propice est recouvert de neige.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
6 mars	<p>Les Amburnex côté nature Apprendre à lire le grand livre de la Nature grâce aux indices semés par nos compagnons sauvages sur les pages de l'hiver.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
18 mars	<p>Clair de lune en raquettes Faire l'expérience d'une randonnée dans des paysages nocturnes éclairés par la lune et les étoiles qui se reflètent dans la neige.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF
20 mars	<p>Le sommet secret Clôre la saison des raquettes dans le Jura en partant toute une journée à la conquête d'un sommet reculé et ignoré de tous.</p> <p>Niveau physique Niveau technique </p>	Marchairuz	50 CHF

3 avril	Chanteurs de plaine <i>Célébrer le réveil du printemps en apprenant à reconnaître le chant des nos compagnons à plumes habitant champs et forêts de plaine.</i>	Genolier	50 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
15-18 avril	Binntal : Pâques au coeur des Alpes <i>Prolonger un peu l'hiver en partageant un week-end de Pâques au coeur d'une vallée parmi les plus reculées des Alpes valaisannes.</i>	Haut-Valais	590 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
24 avril	Saveurs printanières <i>Apprendre à reconnaître, récolter et cuisiner les meilleures plantes comestibles et médicinales disponibles en plaine.</i>	Givrins	50 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
7-8 mai	Symphonies des crêtes <i>Profiter de deux jours au fil des crêtes jurassiennes pour apprendre à identifier le chant de nos amis à plumes qui y ont élu résidence.</i>	La Givrine	165 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
21-28 mai	Le valli del Ticino <i>Passer de la sauvagerie du val Onsernone aux eaux émeraude du val Vescasca pour une inoubliable semaine de vacances tessinoises.</i>	Tessin	1290 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
18 juin	Passeurs du Risoux <i>Remonter le temps sur les traces des passeurs du Risoux, contrebandiers, agents de renseignement et sauveurs de Juifs.</i>	Le Brassus	50 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
19 juin	Concerto des marais <i>Découvrir la réserve naturelle des Grangettes tout en apprenant à reconnaître les chants des nombreux habitants de ces lieux.</i>	Grangettes	50 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
25-26 juin	Jura à croquer <i>Prolonger le temps d'un week-end les dégustations végétales en apprenant à identifier, récolter et cuisiner les plantes du Jura.</i>	La Givrine	165 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
16-17 juillet	Haute montagne au creux de la main <i>Partir à la découverte du royaume des marmottes, des biches et des faons le temps d'un week-end facile aux portes de la haute montagne.</i>	Bas-Valais	185 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
1 ^{er} août	Grillades du premier août <i>Gagner les crêtes du Jura au terme d'une belle randonnée pour y partager des grillades en profitant des feux d'artifices sur le Léman.</i>	Bassins	50 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	
13-14 août	La nuit des étoiles <i>Depuis une cabane reculée au coeur des Alpes, profiter de la pureté du ciel pour admirer les étoiles filantes de la pluie des Perséides.</i>	Zinal	185 CHF
	Niveau physique 	Niveau technique 	

<p>27 août</p>	<p>Sortie randonnée et yoga <i>Allier les bienfaits de la randonnée contemplative à une pratique guidée de la méditation, de la respiration et des postures de yoga.</i></p> <p>Niveau physique  Niveau technique </p>	<p>Marchairuz 110 CHF</p>
<p>17 septembre</p>	<p>Jura : brame du cerf plaisir <i>Vivre l'expérience inoubliable des cerfs bramant à la tombée de la nuit au cours d'une balade sur les crêtes accessible à toutes et tous.</i></p> <p>Niveau physique  Niveau technique </p>	<p>Marchairuz 50 CHF</p>
<p>24 septembre</p>	<p>Jura : au coeur du brame <i>Plonger au coeur du royaume des cerfs en rut pour renouer avec la dimension sauvage encore bien ancrée au plus profond de nous.</i></p> <p>Niveau physique  Niveau technique </p>	<p>Bassins 50 CHF</p>
<p>1-2 octobre</p>	<p>Brame en Valais : la combe aux cerfs <i>S'immerger au coeur du brame et des Alpes automanaes le temps d'un week-end enchanté, suspendu entre l'azur et les pelouses dorées.</i></p> <p>Niveau physique  Niveau technique </p>	<p>Bas-Valais 185 CHF</p>
<p>20 novembre</p>	<p>Rut des chamois à la Dôle <i>Partager le rut des chamois en toute intimité en profitant des lumières d'automne sur les plus hauts sommets des Alpes.</i></p> <p>Niveau physique  Niveau technique </p>	<p>La Givrine 50 CHF</p>