

# DESTINATION trail



1/2 journée  
ou à la journée



Massifs alpins



Facile à difficile



Toute l'année

Partez en montagne découvrir des paysages exceptionnels à travers la pratique du trail !



## CONCEPT

En petit groupe, venez découvrir la course en plein air dans un cadre exceptionnel avec des professionnels ! Suivre le lit des rivières à la flore riche, parcourir des alpages et prairies d'altitudes... Puis atteindre des sommets laissant place à un paysage à 360 degrés. La montagne nous offre à la fois un cadre dynamique et calme.



## Thématiques :

- Techniques de course (en montée, en descente, sur terrain accidenté)
- Utilisation des bâtons
- Nutrition
- Gestion de l'effort
- Planification d'itinéraire
- Faune & Flore
- « Gourmet » : arrêter vous dans des stands pour goûter les spécialités du terroir

## AU PROGRAMME

### Les plus :

- Choisissez une ou plusieurs thématiques
- Encadrement par un accompagnateur diplômé d'état
- Adaptable selon votre niveau et vos envies
- Pour votre confort, vous évoluerez en petit groupe

Une activité grandeur nature personnalisable selon vos envies !



## OPTIONS

Après l'effort le réconfort ! Terminez votre activité avec :

- Un apéro constitué de produits du terroir
- Un repas dans nos restaurants partenaires

