



10 MICRO-AVENTURES
EN CHARTREUSE
Eté 2022

DESTINATION
CHARTREUSE



www.destinationchartreuse.fr

#1

En trottinette électrique

AU COEUR DES PAYSAGES SAVOYARDS



DIFFICULTÉ



1 à 3 h

Avec trottinette électrique, vous voilà prêt à découvrir les sommets et paysages fabuleux de la Chartreuse.

Accompagnés de Stéphane et équipés de trottinettes électriques tout terrain, les voyageurs partiront à la découverte du territoire et du patrimoine chartreux sur des itinéraires au cœur des plus beaux paysages de Savoie. Au guidon de ce moyen de transport confortable et silencieux, les balades s'articulent autour de 3 thématiques : lac, vignoble ou montagne.

A découvrir notamment, une sortie « Ecotourisme et vins de Savoie » alliant plaisirs des yeux et du palais entre découverte de vignobles tels que celui d'Aprémont ou de Jongieux et dégustations de vins locaux pour ceux qui le souhaitent.



EN PRATIQUE

Durée > 1h à 3h

Accompagnement > Guide, Stéphane

Contact > www.trott-experience.com / 06 75 49 3132

Publi-rédactionnel

Cet été le col de Marcieu vous offre ses pentes déneigées pour y pratiquer des activités sensationnelles ! Trottinette, accrobranche ou tubing, à partir de 7€ par pers. pour de belles sensations fortes !



>> col-marcieu.com <<

À TESTER



#2

RANDONNER AU RYTHME DES *notes de musique*



DIFFICULTÉ



2 h

RANDO-PIANO

Guidé par vos sens et par Alexandre, découvrez en musique des paysages exceptionnels. Après une à deux heures de marche de niveau facile, les mélomanes en herbe s'installent en pleine nature à la tombée du jour pour un concert insolite. Assis ou allongés, dans une clairière ou un pré, avec un piano à leur côté, Alexandre Guhéry accompagnateur en montagne et pianiste professionnel, vous invite à une parenthèse enchantée : contempler la nature crépusculaire et se laisser envahir par le son du piano. Une expérience magique, intimiste et poétique pour apprécier la nature autrement.

EN PRATIQUE

Durée > 1h-2h

Tarif > 39 € par personne

Contact > réservation en ligne,

www.oreilledulynx.fr

CONCERT EN PLEIN AIR

Christophe, flûtiste autodidacte emmène les familles en voyage sur le Plateau des Petites Roches. Après une petite balade, il est temps pour les randonneurs mélomanes d'embarquer pour un concert privé en pleine nature, face à la chaîne de Belledonne.

De l'Irlande au Québec, à la Bretagne aux hauts plateaux indiens, Christophe conte ses pérégrinations en musique dans des paysages grandioses ou les notes prennent toute leur dimension.

EN PRATIQUE

Durée > 1h

Tarif > 9 € adultes, 6 € enfants (- 14 ans)

Contact > Christophe : 06 21 92 87 45

Bureau d'Informations Touristiques des Petites

Roches : 04 76 08 33 99.



© Cordeo

#3

Acrospéléo :

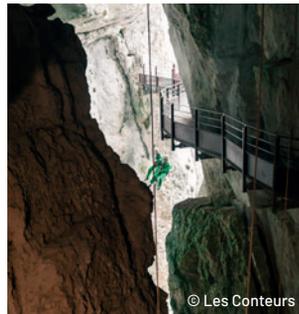
VERTIGE SOUS-TERRAIN

Remontez dans le temps jusqu'à l'âge de pierre grâce à ces grottes anciennes, là où le temps semble s'être figé ...



L'acrospéléo® c'est un parcours souterrain unique en son genre ! De tyroliennes en ponts de singe, de vires en rappels au fil des reliefs enchanteurs, l'idée est de traverser la grotte inférieure du site historique de St Christophe-la-grotte en Savoie, sécurisé par un baudrier, entre 15 et 45 m de haut.

Dans cette exploration, ce sont des grottes faciles d'accès qui vous sont proposées, avec un parcours d'obstacles variés (ça ne serait pas drôle sinon) et accessibles à tous les niveaux. Un moment à partager en famille (dès 6 ans) ou entre amis. Claustrophobes s'abstenir !



© Les Conteurs

EN PRATIQUE
Départ > Grottes de Saint Christophe
Contact > www.cordeo.fr/acrospéléo
Tarif > 45 € / personne les 3h d'acrospéléo

- ET AUSSI*
- Découvrez d'autres grottes en spéléo avec *Emergence Spéléo*
 - Trouvez votre moniteur spéléo sur www.destinationchartreuse.fr/speleo



© Les Conteurs

S'envoyer en l'air

POUR LA PREMIÈRE FOIS



DIFFICULTÉ



20 min

La Chartreuse vue depuis le sol, c'est très beau.
Mais la Chartreuse vue du ciel, c'est... waouh !!!

Faire son premier baptême en parapente en Chartreuse, pays de la Coupe Icare, c'est une aventure que l'on n'oubliera jamais.

Une fois votre équipement installé, arnaché solidement à la voile et à votre moniteur (vous n'allez pas faire votre premier vol tout seul !) toutes les précautions prises, à vous de jouer ! Courez, courez, courez, courez. Droit devant. La voile s'est levée au-dessus de vos têtes, vos pieds ne touchent plus le sol, vous pouvez vous installer confortablement dans la sellette. Ca y est, vous VOLEZ !

C'est votre première fois ? Pas de panique, ici tous les moniteurs sont diplômés d'état et ont quelques années de vol au compteur.



© Les Conteurs

Publi-rédactionnel

Découvrez, vu du ciel, les paysages exceptionnels de Chartreuse ! Pascal Chatanay, moniteur passionné depuis + de 20 ans, vous fait découvrir le vol en parapente paisible ou sensationnel !



>> biplace-parapente.com <<

Publi-rédactionnel

Tentez le grand saut en toute sécurité grâce à l'acrobungy. Avec son trampoline et ses élastiques, vous vous envolerez à plusieurs mètres de haut et peut-être oserez vous tenter les sauts périlleux !



>> acrobungy.com <<

À TESTER

EN PRATIQUE

Sites de vol > à St Pierre de Chartreuse ou à St Hilaire du Touvet (la Mecque du Vol libre) notamment.

Avec qui > Prévot parapente, Aïralpin, Pascal Chatanay à St Hilaire du Touvet ; Volez, Les Gens d'air, à St Pierre de Chartreuse.

Tarif > dès 75 € pour un vol biplace enfant, dès 95 € pour un vol biplace adulte

Informations >

www.destinationchartreuse.fr/bapteme-parapente

#4

AU MILIEU DU LAC *sur mon paddle*



DIFFICULTÉ



1h

Si on a tendance à vouloir seulement se baigner lorsqu'on va au lac, il y a pourtant bien d'autres activités à réaliser... Alors, tenterez-vous l'expérience paddle ?

#5

Avec son eau rafraîchissante et ses nombreuses plages, le lac d'Aiguebelette semble être l'endroit idéal ou passer une journée de vacances, mais si vous tentiez autre chose qu'un simple après-midi baignade ? La Chartreuse vous offre ce cadre idyllique à découvrir en famille, entre amis ou bien seul pour vous détendre au rythme des coups de pagaye et découvrir la vallée sous un nouvel angle à dos de votre paddle.

EN PRATIQUE

Départ > Plage du Souget à Saint Alban de Montbel

Tarifs > 14 € > 1h par personne

(jusqu'à 14 personnes) à partir de 8 ans

Contact > www.kahotep.fr / 06 11 60 80 20

Publi-rédactionnel

Testez la baignade "éco-leau-gique" à Rivier'Alp ! Une piscine naturelle et une base de loisirs avec des activités pour toute la famille : voie royale, jeu "Le secret des hydromachines", aire de jeux, ...



>> rivieralp.com <<

À TESTER



PRENDRE UN BAIN ... de forêt



Le « Bain de forêt », pratique thérapeutique ancestrale venue du Japon, consiste en une marche en pleine conscience et fait appel aux 5 sens : respirer à plein poumons, sentir les essences d'arbres, écouter les bruits de la forêt, toucher l'écorce, contempler la nature. Des sensations qui engendrent sur l'organisme tout un mécanisme de bienfaits : relaxation de l'esprit, réduction de la pression artérielle, boost des défenses immunitaires, diminution de la dépression, augmentation de la joie et de l'espérance de vie... Une pratique qui s'adresse à tous et qu'il est possible de découvrir le temps d'une balade de deux heures dans les forêts du Pays du Lac d'Aiguebelette ou du massif de la Chartreuse. Connexion à la nature garantie !

#6

EN PRATIQUE

Tarif > 25 € / adulte 12 € / enfant - 12 ans

Contact > www.magali-naturharmonie.com - www.sylvetre.fr



© B. Becker



© Magali Natur Harmonie

MAIS AUSSI : Yoga en plein air avec Yogakosi.

Quel meilleur espace que la pleine nature pour s'adonner à la pratique du yoga ? Cet été, Yogakosi propose des séances de yoga en plein air dans différents lieux du territoire pour se ressourcer face aux paysages grandioses de Chartreuse. En yoga vinyasa, pour une pratique plus sportive et athlétique ou pour une initiation avec des outils simples du hatha yoga, l'objectif est de combiner les bienfaits du yoga à ceux de la nature pour un ressourcement et un apaisement total.

Tarifs > 1h > 50 €; 1h30 > 65 €

Contact > Yogakosi- www.yogakosi.com

#7

FAIRE UN PLOUF éco-l'eau-gique



© C. Baudot

Une plongée dans un amphithéâtre de verdure.

La base de loisirs Rivier'Alp propose un bassin biologique de 1600m². Sans chlore, l'eau est filtrée par des plantes aquatiques situées dans des zones délimitées du bassin à l'écart de l'espace de baignade. Pour convenir à tout type de public, (familles, jeunes enfants, séniors ou encore personnes en situation de handicap) le bassin possède 3 profondeurs permettant de jouer comme de nager.

Mais ce n'est pas tout, située au cœur des villages d'Entre-deuxGuiers et les Echelles, la base Rivier'Alp c'est aussi la promenade savoyarde de découverte « Le Secret des Hydromachines », une plaine de jeux et repos/pique-nique, des activités nature et la possibilité de rallier en 15 minutes de vélo, par la Voie Royale, le site historique de Saint-Christophe la Grotte...



© C. Baudot

EN PRATIQUE

Tarif > journée baignade adulte (à partir de 17 ans) 4,50€

Enfant 3,50€, gratuit pour les moins de 3 ans.

Secret des hydromachines 7,50€ pour 1h30 d'aventure.

Contact > www.rivieralp.com

LE PETIT TOUR DU *Grand Som*



 3 jours

Tentez l'expérience de votre première itinérance !

3 jours et 2 nuits en plein cœur du massif de la Chartreuse entre nature et culture. Un séjour en boucle pendant lequel les promeneurs évoluent en autonomie sur des petits sentiers en sous-bois, profitent de magnifiques panoramas depuis le Petit Som et découvrent l'histoire remarquable de l'ordre des Chartreux. Au départ de Saint-Pierre-de-Chartreuse, l'itinéraire rejoint Saint-Pierre-d'Entremont et le gîte L'Herbe Tendre pour une première nuit salvatrice. Le lendemain cap sur La Ruchère et le gîte de La Ruche à Giter avant de boucler la boucle le 3ème jour en regagnant le point de départ, Saint-Pierre-de-Chartreuse, soit 35 km et 1800m de dénivelée sur les 3 jours.

EN PRATIQUE

Hébergement > En gîtes (l'Herbe tendre et La ruche à giter)

Tarifs > demi-pension pour 2 personnes : 214 € soit 107 € / personne.

OU nuitées simples pour 2 personnes : 112 € soit 56 € / personne.

Option pique-nique : 8,5 € / personne / jour.

Contact > www.destinationchartreuse.fr

#8



#9

© B. Lavit

EVOLUER DE *branche en branche*



La Chartreuse abrite depuis longtemps ses roches ancestrales et sa nature verdoyante. Les arbres qui la peuplent sont prêts à vous accueillir pour une session accrobranche au sein de ses parcs.

Une expérience en hauteur qui vous offrira une vue imprenable sur les paysages du Parc naturel régional de Chartreuse et des souvenirs inoubliables à vivre en famille ou entre amis.

A côté du lac d'Aiguebelette, entre les montagnes ou au milieu d'une forêt, les tyroliennes sont toujours tendues et vous attendent pour entamer votre descente et relever leurs obstacles aériens.

EN PRATIQUE

Départ > Sappey en Chartreuse, Lac d'Aiguebelette, Voiron,

Tarifs > A partir de 11€ par personne



© B. Lavit

Publi-rédactionnel

Et si vous profitez de la Chartreuse de l'intérieur ? Escape-Game, accrobranche, battlefield ou parc trampoline, testez les activités de Chartreuse Aventure au Sappey en Chartreuse !



>> chartreuse-aventure.fr <<

À TESTER



Au cœur des grottes de Saint Christophe : Depuis des décennies se cachent des forces démoniaques jusqu'ici contenues par une confrérie secrète. Des siècles d'inactivité ont émoussé la vigilance des protecteurs du site... Ce qui était devenu légende s'avère bien réel ! Il est temps de mener l'enquête et d'aider la confrérie à faire face aux démons de la grotte à travers un escape game passionnant, intrigant et au décor inédit ! La scénarisation est adaptée au monde souterrain, pour une immersion renforcée et une expérience avec frissons garantis !

Au château du Touvet : Quel meilleur endroit qu'un cadre enchanteur et un château chargé d'histoire pour vivre une aventure hors du temps, en famille ou entre amis ? Le château du Touvet, via son escape game, vous incite à traverser le temps pour percer le mystère de l'élixir du Marquis de Marcieu. Une course contre la montre d'1h20 qu'il ne faut surtout pas perdre... au risque d'y laisser la vie.

EN PRATIQUE

Départ > Grottes de St Christophe ; Chateau du Touvet

Tarifs > dès 24 € / personne (Grottes) ; dès 5 € / personne (Château)

Bon plan > tarif réduit pour les «couche-tard» (séance de 23 h), dès 18 € / personne (Grottes de St Christophe)

Contact > www.grottes-saint-christophe.com ; www.chateaudutouvet.com





DESTINATION CHARTREUSE

