

Raquettes

Bonjour,

J'ai le plaisir de vous proposer une ballade en raquettes, nous serons accompagnés par le guide *Philippe Dejoux* (06 22 52 54 04), qui a un brevet d'état accompagnateur en montagne (N° Siret 443 227 433 000 18 – Jeunesse et sport 01-07-16 RC – Mutuelles du Mans 5630300).



Forêt de Turini avec ses superbes conifères.

Ambiance trappeur et paysages du Canada garantie ! Ne manqueront que les ours et les lacs.

Niveau : facile Randonnée d'initiation	Dénivelée : 250 m	Temps de marche : 3 h 30
-------------------------------------------	-------------------	--------------------------

9 h 00 → devant la maison du canton aux dix sourires (point info) sur le parking qui se situe juste après la station ELF à La Manda en venant de Nice. Être **PONCTUEL**.

Prix : 35 € (comprenant prestation et location des raquettes).

Pas de réservation sans règlement **à l'avance**, envoyé au Club **A to Z**.

Le chèque doit être libellé au nom du guide.

Philippe peut annuler la journée pour cause de mauvais temps.

Conseils de Philippe :

Plusieurs couches modulables sont mieux adaptées qu'un gros anorak (la combinaison intégrale de ski n'est pas adaptée).

- Exemple : tee-shirt en coton manches longues + pull ou polaire + coupe vent ou anorak léger ;
- Un pantalon pas trop serré ;
- Chaussures de type randonnée qui tiennent bien la cheville (surtout pas d'après-ski ou moon-boots) ;
- Bonnet, foulard, et gants sont **OBLIGATOIRE** ;
- 1 paire de chaussettes pour le retour au cas où les pieds soient mouillés ;
- 2 sacs poubelles de 30 litres avec 2 élastiques adaptés aux mollets pour avoir les pieds secs ;
- Sac à dos comprenant 1 litre d'eau ;
- Prévoir un bon pique nique !

Sportivement vôtre !



Pascale Ziegler

Confirmation de votre présence
sur le répondeur / enregistreur

06 03 70 70 71