

PROGRAMME
HIVER
2011 - 2012

Vos loisirs
sous les flocons en

Valromey - Retord



Présentation des sites:

* Plateau de Retord : Portes des Plans d'Hotonnes, de la Chapelle de Retord et de Cuvéry

* Le Petit Abergement : site de Lachat.
Les activités de la semaine en un clin d'œil

Zoom sur les activités

Bienvenue aux Plans

OFFICE DU TOURISME VALROMEY - RETORD

Toute l'année : 3 PLACE BRILLAT SAVARIN - MAISON DE PAYS

01260 CHAMPAGNE en VALROMEY Tél. 033 479 87 51 04

Saison d'hiver : Maison des Plans aux Plans d'Hotonnes

01260 HOTONNES Tél. 033 479 87 65 14



Les sites du Plateau de Retord

Les Plans d'Hotonnes sur la commune d'Hotonnes : station familiale par excellence, chacun trouvera une piste à sa mesure dans un cadre convivial et familial. Les **15 kms de piste d'alpin** sont accessibles grâce à 9 téléskis dont 2 sont réservés aux débutants (les Cabris). Le départ des pistes de **ski nordique** ouvre la porte aux **107 km de traces classique ou skating** dans les paysages somptueux du Retord où se succèdent combes et forêts et grandioses panoramas sur les Alpes !! Le tour du Retord et ses 23 km procure de vrais sensations « Grand Nord » ! Les **6 sentiers raquettes** proposent une balade ou carrément une grande journée d'effort! Les sentiers bleu et noir emmènent les pratiquants jusqu'à Beauregard, la bien nommée qui dévoile le Mont Blanc quand la météo est de la partie! Aux Plans , vous serez au pays des championnes olympiques! Sandrine Bailly, Corinne Niogret, Delphine Buret se sont entraînées sur le site et vous pourrez suivre leurs traces en vous initiant ou en vous perfectionnant dans leur discipline de prédilection, le **biathlon**: le stade présente un anneau de 3 km et un pas de tir.

La Chapelle de Retord sur la commune du Grand Abergement : nichées au cœur du plateau, les **pistes de ski nordique** et les **3 sentiers raquettes** vous emmènent dans la combe de la Vèzeronce et dans les forêts de résineux et sont reliées aux autres secteurs. Passe aussi la mythique GTJ raquettes qui permet de faire une grande boucle du Poizat à la Chapelle, aux Plans d'Hotonnes, au Crêt du Nu puis à Cuvéry. Une visite de la petite chapelle au mobilier original, tout en sapin s'impose!

Cuvéry sur la commune de Chatillon en Michaille : paradis des **mushers**, 3 pistes d'entraînement leur permettent de parcourir de vastes espaces dans les meilleures conditions. **3 pistes de ski nordique** et **3 sentiers raquettes** complètent les aménagements et sont reliées aux autres secteurs.

Le site de Lachat au Petit Abergement

Centre montagnard de Lachat : dans un environnement paisible de combes et forêts, 50 km de pistes nordiques tracées en classique et skating et 23,5 km de sentiers raquettes se trouvent au départ du Centre montagnard de Lachat. Les pratiquants, sportifs ou amateurs, individuels ou en famille trouvent ici un bel espace de combes et forêts. Les enfants apprécient le vaste champ dédié à leurs loisirs préférés, la luge et les bonhommes de neige!



Zoom sur les activités

LE PETIT SCIENTIFIQUE : aventurier de l'espace, embarquement immédiat pour des expériences « scientifiques » de la fabrication jusqu'au lancement de ta micro-fusée! Pourquoi les fusées volent-elles? Connaître l'heure avec seulement un bout de bois? Toutes les réponses sont au Club à partir de 8 ans les mercredis des vacances d'hiver (observatoire fermé pendant les fêtes de fin d'année) de 14 à 17h. Tarif : entre 6 et 11€ selon l'activité. Réservation au 04 79 87 67 31 / Observatoire de la Lèbe à Sutrieu.

JEUX DU MONDE : envie de se retrouver petits et grands pour jouer tous ensemble! Ain'terlude vous propose dans ses locaux de la Maison de Pays à Champagne en Valromey l'offre la plus diversifiée de la région: jeux du monde, jeux de stratégie, jeux coopératifs ou innovants...il y en a pour tous les goûts! Les mercredis de 10 à 12h et les vendredis de 17 à 19h. Tarif : 1€/ enfant et 3 € / adulte // la séance. Contact : 04 79 42 51 97

VISITE AU MUSEE : les collections permanentes du Musée départemental Bugey-Valromey sont consacrées à la vie bugiste et valromeysanne dans une maison Renaissance dont les pièces aménagées font revivre la vie domestique en moyenne montagne entre 1850 et 1950.Le musée offre une exposition unique de créations artistiques contemporaines en bois tourné. A voir absolument! Ouvert tous les jours en février et mars sur réservation pour groupes de 10 personnes minimum. Contact : 04 79 87 52 23

REMISE EN FORME : offrez - vous une séance tonique avant de commencer votre journée ski ou raquettes; ou une vraie pause détente pour oublier votre fatigue, votre stress grâce à un modelage à choisir parmi une gamme de prestations adaptées à votre profil et à vos envies. Du mardi au vendredi de 8h30 à 14h. Tarif: 1€ la minute. Sur réservation 06 22 77 27 34 / Beautévasion.

EXPEDITION AU POLE NORD : la traversée du Pôle nord en ski, commentée en direct pour frissonner de plaisirs et d'images enneigées...conférence les mercredis des vacances d'hiver (février-mars) à 18h au Gîte les Pelaz. Ouvert à tous pour le coût d'une consommation. 04 79 87 65 73

VISITES A L'OBSERVATOIRE de la Lèbe et sur le chemin des Etoiles (pendant les Vacances d'hiver (février-mars)) : le seul observatoire du Bugey situé en pleine nature vous propose visites audio guidées, expositions, observations du soleil, des étoiles et planètes. Du mardi au vendredi de 14 à 17h.

STELLARIUM PLANETARIUM : découvrir les étoiles et les constellations à l'Observatoire de la Lèbe. Les mardis de 14 à 15h30 Tarif : 5 €/ personne.

LUMIERE SUR LE SOLEIL / observer le soleil en direct ou en projection et comprendre le phénomène des saisons et des éclipses sur maquettes.

Les jeudis de 14 à 15h30 Tarif : 5€/ personne.

Contact / information / réservation : 04 79 87 67 31



Les activités de la semaine en un clin d'œil

Tous les jours	Du mardi au vendredi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Exposition « Ski et raquettes en histoires » Maison des Plans De 9 à 16h	Remise en forme / vitalité: modelages avant le ski ou pour une séance détente De 8h30 à 14h			« Les trappeurs du Plateau » De 10 à 15h	« Jeux du monde » avec Ain'terlude à Champagne en Valromey De 10 à 12h	* Trans Retord hors traces en raquettes De 10 à 16h30 * Le Retord hors traces en ski nordique De 14 à 17h	
Club enfants ESF aux Plans 9h45 à 11h45; 11h45 à 13h45; 14 à 16h.	Visites à l'Observatoire de la Lèbe et sur le chemin des Etoiles. De 14 à 17h			« Stellarium et planétarium » De 15 à 16h30	« Le Club du Petit scientifique » à l'Observatoire à Sutrieu De 14 à 17h	« Lumière sur le soleil » : observations en direct De 15 à 16h30	
		» Bienvenue aux Plans » À 17 h à la Maison des Plans		Initiation biathlon pour 1€ de plus De 17 à 18h		« Jouer à Guillaume Tell » : Tir à l'arc De 14 à 16 h	« Jeux du monde » avec Ain'terlude à Champagne en Valromey De 17 à 19h
Visite au Musée départemental Bugey – Valromey à Lochieu sur réservation groupes de 10 pers. (Vacances février – mars)	Après-ski bien-être – modelages De 18 à 20h30			« Zoom sur le fond » en nocturne	« Expédition au pôle nord » Conférence au gîte les Pelaz À 18h	»Plein feu sur les pistes » : descente aux flambeaux, alpin nocturne	»Sous les étoiles exactement « : Raquettes nocturne à 18h30 & Sortie pleine lune en raquettes (4 dates)

Les activités ci-dessus se pratiquent sur le Plateau de Retord pour la plupart aux Plans d'Hotonnes; mais aussi sur le territoire du Valromey Retord ; elles nécessitent une réservation préalable aux numéros de tél. indiqués dans la rubrique Zoom sur les activités. Vous trouverez à l'Office du Tourisme d'autres idées d'activités et loisirs pour agrémenter votre séjour.

Bonnes vacances en Valromey Retord !



Zoom sur les activités

EXPO SKI RAQUETTES EN HISTOIRE : la première installation privée d'un fil neige a été utilisée en décembre 1961! La station des Plans d'Hotonnes a vu le jour en décembre 1962! Souvenirs, souvenirs ! Et l'occasion de retracer l'histoire du ski et des raquettes....

CLUB ENFANTS ECOLE DU SKI FRANCAIS : accueil à partir de 4 ans pour une initiation ludique aux pratiques sur la neige ; Tarif : 15€ les 2 heures ; Encadrement par moniteur de ski. Renseignements au 04 79 87 68 22 ou au Chalet de l'ESF aux Plans d'Hotonnes.

SOUS LES ETOILES EXACTEMENT : à partir du 2 décembre, sorties nocturnes en raquettes pour découvrir la montagne différemment; la nuit, nous avons plus de sensibilité aux sons, on appréhende d'autres émotions! Possibilité de repas en fin de sortie. Prévoir des vêtements adaptés, raquettes, bâtons et lampes. Possibilité de louer une frontale. Tarif : 14€/ adulte ; 11€ / enfant. Départ les vendredis à 18h30 des Plans ou de la Chapelle de Retord en alternance. Réservation : 06 65 00 44 86 / Florent Ronin AEM

RAQUETTES PLEINE LUNE : avec un éclairage exceptionnel sous les étoiles et la lune : quelques observations sous un ciel très pur éloigné des pollutions lumineuses! Les vendredis 9 décembre et 7 février au départ des Plans ; les 9 janvier et 8 mars au départ de la Chapelle. Possibilité de repas en fin de sortie. Prévoir des vêtements adaptés, raquettes, bâtons et lampes. Possibilité de louer une frontale. Tarif : 14€/ adulte ; 11€ / enfant. Réservation : 06 65 00 44 86 / Florent Ronin AEM

REMISE EN FORME : offrez - vous une séance tonique avant de commencer votre journée ski ou raquettes; ou une vraie pause détente pour oublier votre fatigue, votre stress grâce à un modelage à choisir parmi une gamme de prestations adaptées à votre profil et à vos envies. Du mardi au vendredi de 8h30 à 14h et de 18 à 20h30. Tarif: 15 à 70 €. **APRES SKI BIEN ETRE** : offrez vous une vraie parenthèse après l'effort : détente, sérénité et relaxation en alliant bien-être et efficacité à travers un modelage à choisir. Du mardi au vendredi de 18 à 20h30. Tarif: 15 à 70€ . Sur réservation uniquement 06 22 77 27 34 /Beautévasion.

LES TRAPPEURS DU PLATEAU : faire le feu dans la neige et cuire son repas; construire un abri dans la neige...se déplacer au rythme des habitants du Grand Nord! Accompagné par un AEM, changez d'univers! Prévoir les ingrédients de son repas. Les mardis de 10 à 15h.Tarif : 17€/adulte ; 12€/ enfant (moins de 12 et accompagné d'un adulte) ; minimum 8 personnes. Réservation à l'Office du Tourisme / Maison des Plans / 04 79 87 65 14

Zoom sur les activités

BIATHLON POUR UN EURO DE PLUS : au pays des Championnes Olympiques, vous devez d'essayer leur discipline, le biathlon! Au retour des pistes, vous bénéficiez d'une initiation au tir sur le pas de tir du Stade international de Biathlon. Les mardis de 17 à 18h avec un moniteur de l'ESF. A acheter en même temps que votre forfait.

TRANS RETORD HORS TRACES EN RAQUETTES : sortir des sentiers battus, étancher sa soif de liberté au cœur d'un vaste espace généreux, oublier la ville, son agitation et sa pollution, respirer à pleins poumons et se croire seul au monde, enfin presque! Accompagné par un AEM. Les jeudis de 10 à 16h30. Tarif : 18€ / personne / minimum 8. Réservation à l'Office du Tourisme / Maison des Plans / 04 79 87 65 14 ou Marc Gentelet AEM / 04 74 36 05 53

LE RETORD HORS TRACES EN SKI NORDIQUE : accompagné par un moniteur de l'ESF, vous parcourez l'immensité skis aux pieds en créant votre propre trace! C'est plus fatigant que sur les pistes mais quelles sensations! à la fois de liberté et d'aventure dans un paysage aux reliefs harmonieux. Les jeudis de 14 à 17h.Tarif:50 €/adulte de 5 à 8 pers. Réservation à l'ESF / 04 79 87 68 22

JOUER A GUILLAUME TELL : avec un moniteur spécialisé, exercez vous au tir à l'arc sur cible avec du matériel de qualité; exercez votre concentration, votre adresse; cette activité convient aussi bien aux petits à partir de 8 ans et de 1m30 qu'aux grands ! Le jeudi de 14 à 16h. Minimum 4/5 personnes et 12 personnes maximum . Tarif : 12€/ personne/ 2 heures. Réservation à l'Office du Tourisme / Maison des Plans / 04 79 87 65 14 ou Activ Plein Air / 04 79 87 23 98

ZOOM SUR LE FOND EN NOCTURNE : sur le stade de biathlon avec les moniteurs de l'ESF, apprenez les secrets d'un fartage réussi, découvrez les nouveaux matériels... participez aux courses relais pour le fun bien sûr. Le mardi soir. Inscription auprès de l'ESF / 04 79 87 68 22

PLEIN FEU SUR LES PISTES : la traditionnelle descente aux flambeaux en nocturne pour les enfants encadrés par les moniteurs de l'ESF à 19h puis à 19h30 plus tard dans la saison. Nocturne sur les pistes de ski alpin du Bordet et sur le Snow Park avec animations et barbecue sur la terrasse de l'hôtel Berthet. Le jeudi soir. Inscription auprès de l'ESF / 04 79 87 68 22



« Bienvenue aux Plans »

à 17 heures à la Maison des Plans:

- * le programme de la semaine
- * les activités en image
- * rencontres et échanges

avec les professionnels de la station des Plans

* Goûtez le Valromey : les productions locales...

Pendant les vacances scolaires:

Dimanche 18, lundi 26 décembre 2011 ;

Dimanches 12, 19, 26 février ; 4 mars 2012.

À votre disposition :

La documentation touristique du territoire Valromey Retord : guide pratique, carte des activités, plaquettes de présentation des adhérents...

Horaires d'ouverture : Tous les jours de 9 à 16 heures (vacances scolaires) ; mardi, mercredi, vendredi et samedi de 9 à 16h hors vacances.

Contacts : 033 479 87 65 14

033 479 87 51 04 (Bureau Champagne en Valromey)

officedutourisme@valromeyretord.com

Le site internet : www.valromeyretord.com

Pour tout savoir sur le territoire : l'offre des adhérents de l'office du tourisme et notamment les possibilités de séjours...



Bonnes vacances en Valromey Retord !

