

COL DE ROMME



Cluses Arve  
& montagnes  
Tourisme

# Fête de la rando

30 juillet

2022



- **Balade gourmande** •

Sur inscription 10€ adulte et 5€ enfant.  
6 stands de dégustation de fromages et vins de Savoie

- **Randonnées thématiques** •

Sur inscription 3€. Marche nordique,  
rando trail, rando yoga, balades contées ...

- **Animations village gratuites** •

Tir à l'arc, rando ânes, grimpe d'arbres,  
VTT, Cors des Alpes, concert

Sur place : vente de jeux en bois,  
fromages, buvette et restauration

INTERSPORT

FFRandonnée  
pour découvrir une Savoie différente  
Haute-Savoie

Association  
Lou Montagnis

RADIO  
MONTBLANC

# Programme de la journée



**5h30 : Yoga** (Yoga, méditation face au soleil levant & petit dej) / Sanskriti  
Durée : 2h30. À partir de 12 ans.

**8h00 : Bain de forêt** / Vecteur Montagne  
Durée : 1h30. À partir de 8 ans.

**8h00 : Ouverture de la buvette avec café et thé**

**9h00 : Rando Yoga** / Claire Philipczyk  
Durée : 2h. À partir de 12 ans.

**Lecture de paysage** / Rémi Fabre  
Durée : 2h30. À partir de 7/8 ans.

**Trail** (Course à pied en pleine nature) / Marion Rivollet  
Durée : 1h30. À partir de 15 ans.

**Balade contée** / Aurélien Mahaut  
Durée : 3h00. À partir de 5 ans.

## LA BALADE GOURMANDE 9h - 12h

Boucle de 4,5 km en forêt rythmée par des dégustations de fromages et de vins/ jus de fruits.

Départ toutes les 15 minutes de 9h00 à 10h30.

Adulte 10 € / Enfant 5 €

En collaboration avec l'association Lou Montagnis

**9h30 : Rando sportive** / Richard Chervet  
Durée : 5h. Adulte

**Marche nordique** / Sophie Grosset  
Durée : 2h/2h30. À partir de 13 ans.

**10h00 : VTT à assistance électrique** / Sylvain Legagneur  
Durée : 2h. À partir de 12 ans / 1m50 (l'enfant doit être agile et cycliste).

**10h30 : Balade plantes comestibles et médicinales** / Emilie Micard  
Durée : 2h. À partir de 16 ans.

**11h00 : Bain de forêt** / Claire Philipczyk  
Durée : 2h. À partir de 12 ans.

**Trail pour enfants** (Course à pied en pleine nature) / Marion Rivollet  
Durée : 1h30. 9-12 ans.

**11h30 à 16h00 : Concert du Cors des Alpes** (groupe de musiciens).

**12h00 : Repas : Sandwich aux diots, crêpe et boisson.** Sur le village animations.

**13h00 : Lecture de paysage** / Rémi Fabre  
Durée : 2h30. À partir de 7 ans.

**13h30 : Marche nordique** / Sophie Grosset  
Durée : 2h/2h30. À partir de 13 ans.

**14h00 : VTT à assistance électrique** / Sylvain Legagneur  
Durée : 2h. À partir de 12 ans/ 1m50 (l'enfant doit être agile et cycliste).

**Trail pour enfants** (Course à pied en pleine nature) / Marion Rivollet  
Durée : 1h30. 12-15 ans.

**Balade plantes comestibles et médicinales** / Emilie Micard  
Durée : 2h. À partir de 6 ans (format famille).

**16h00 : Lecture de paysage** / Rémi Fabre  
Durée : 2h30. À partir de 7 ans.

**Trail** (Course à pied en pleine nature) / Marion Rivollet  
Durée : 1h30. À partir de 15 ans.

**16h30 à 18h00 : Concert.** Chanteuse Eulalie.

**20h30 à 23h30 : Balade contée nocturne** / Aurélien Mahaut  
Durée : 3h. Pour tous.

## GRIMPE D'ARBRES ET BALADE ÂNES GRATUIT - DE 10 À 17H



## VILLAGE ANIMATIONS

Profitez toute la journée d'animations :

- Smoocyclette : vélo à smoothie.
- Fédération de Randonnée Pédestre : initiation à la lecture de carte.
- **INTERSPORT** : test de matériel (chaussures, sacs et bâtons)

*Intersport réserve une petite surprise pour tous les randonneurs.*

- Vente de fromages par l'association Lou Montagnis.
- Vente de jeux en bois par Le Sceau.
- Animations gratuites : jeux en bois, maquillage, spikeball (jeu avec une balle et un filet de rebond), bubble foot, VTT et tir à l'arc.



Inscriptions



# ROMME

1463

Tête de Romme

1400

LA BALADE GOURMANDE

CLUSES

D 119

PARKING 1

VILLAGE ANIMATIONS



La Marquisade

La Rebloche



GRIMPE D'ARBRES ET BALADE ÂNES

PARKING 2

LE REPOSIR

Couloir des

Départ des randos :  
à côté du stand de l'Office de tourisme

Pensez à un prendre un équipement adapté :  
sac à dos, chaussures fermées, bouteille d'eau,  
crème solaire et vêtements pour la pluie.

Cluses Arve & montagnes Tourisme  
04 57 54 22 40  
tourisme@cluses-montagnes.com  
cluses-montagnes-tourisme.com



clusesarvemontagnes tourisme



Cluses Arve & montagnes Tourisme

En collaboration avec les associations du village et la mairie de Nancy-sur-Cluses