



ANIMATIONS

5 > 19 Janvier 2019



## LES IMMANQUABLES !

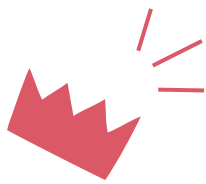
**12 & 13/01 Coupe d'Europe  
de Snowboardcross**, à Puy Saint Vincent  
**16 < 20/01 L'Ice Climbing Écrins**,  
à L'Argentière-La Bessée  
**19 & 20/01 Coupe régionale  
de Snowboard**, à Puy Saint Vincent

L'Argentière-La Bessée \* Champcella  
Freissinières \* Puy Saint Vincent  
La Roche-de-Rame  
Saint-Martin-de-Queyrières  
Vallouise-Pelvoux \* Les Vigneaux

**PAYSDESECRINS.COM**



# LES IMMANQUABLES !



## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### Patinoire extérieure

Tout l'hiver

Jusqu'au 13 janvier : ouverte mardi et vendredi, de 17h00 à 20h00, mercredi, samedi et dimanche, de 14h00 à 20h00.

📍 Entrée gratuite, avec ou sans location de patins 22 pers. max. en même temps sur la piste - 1/2 heure min. selon le nombre de personnes - gants obligatoires - casque conseillé **Tél** : 04 92 23 21 55

**Courriel** : marie-laure.marfour@ville-argentiere.fr

📍 Parvis de la mairie

2

### Initiation au tour du potier

Tout l'hiver

Sentir la terre glisser dans ses doigts puis s'élever jusqu'à former un bol. Les mains du potier sont là pour vous guider.

📍 Poterie Johannès **Tél** : 06 52 47 88 11

**Courriel** : johannespoterie.eu.org

€ 12€ 📍 Atelier de Poterie Johannès

### Atelier de massage bien-être individuels ou en couple

Tout l'hiver

Ouvert à tous, enfants et adultes, débutants ou initiés, afin de découvrir, et apprendre différentes techniques de massage (MASSAGE CALIFORNIEN à l'huile, SHIATSU, Réflexologie, Relaxation Coréenne...), sous forme d'échange des pratiques guidées afin de prendre soin de Soi et de l'Autre !

📍 Laurence Rage, infirmière, praticienne de massage, somatothérapeute, Association cœur et mains

**Tél** : 06 87 54 73 71

€ 20€ / atelier 📍 Centre socio-culturel

## PUY SAINT VINCENT

### Exposition de photographies « Lacs autour de Briançon »

par l'association Travers'Arts

Tout l'hiver

📍 Association Travers'Art

**Tél** : 04 92 23 35 80 (BIT Puy Saint Vincent 1400)

**Courriel** : traversartpsv1400@gmail.com /

contact@paysdesecrins.com € Gratuit

📍 Bureau d'Information Touristique de Puy Saint Vincent 1400 durant les périodes d'ouverture

### Le Petit Train du Travers

sous les flocons de Puy Saint Vincent

Jusqu'au 06 janvier puis du 10 février au 10 mars 2019

📍 Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins

€ Gratuit 📍 Entre 1600 m et 1400 m

## VALLOUISE-PELVOUX

Tout l'hiver

### Exposition Les patrimoines de la Vallouise

Venez découvrir le patrimoine naturel de la Vallouise à travers cette exposition à la Maison du Parc de la Vallouise.

### Exposition Art & Nature

Œuvres d'artistes qui ont été invités à venir découvrir, vivre et interpréter les territoires et paysages du Parc : Jean Chevallier, Denis Claveul, Greg Poole, Kim Atkinson, Martial Bos,...

Le Parc national a pu acquérir une partie de ces œuvres et présente ici une sélection de paysages.

La Maison du Parc est ouverte toute l'année, du mardi au vendredi, de 10h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00. Fermée WE et jours fériés.

📍 Maison du Parc de Vallouise **Tél** : 04 92 23 58 08

**Courriel** : vallouise@ecrins-parcnational.fr

**Web** : ecrins-parcnational.fr

📍 Maison du Parc de Vallouise € Accès libre

### La patinoire naturelle

de la station de Pelvoux-Vallouise est ouverte tous les jours, de 16h00 à 20h00, durant les vacances scolaires, et du mercredi au dimanche, de 16h00 à 20h00, hors vacances scolaires et en fonction des conditions climatiques.

### La piste de Curling !

**NOUVEAUTÉ**

Une partie de la patinoire est réservée à cette activité en fonction de la demande. Prêt gratuit du matériel à la patinoire (entrée patinoire payante).

📍 Bureaux d'Information Touristique de Pelvoux et Vallouise € 1€/ location des patins et 1€/ entrée, 10€/ carte saison

### Igloo Pelvoo Saison 6 « Du Ciel aux Abysses »

Jusqu'au 06/01/19, tous les jours, de 12h00 à 18h00 puis du 07/01 au 08/02, tous les mercredis, samedis et dimanches, de 12h00 à 18h00

Un lieu à visiter absolument ! Suivez le parcours de l'eau et explorez ses différents milieux...

Igloo sculpté, exposition et cinéma 360° : venez traverser les glaciers, rivières, lacs, mers pour vous retrouver dans les abysses.

**La zone gratuite** vous attend avec ses jeux en bois, ses pistes de luge, ses animations ponctuelles, sa crêperie 100% bio et son sauna (sur réservation : 06 83 03 11 57 / saunamobile05@gmail.com)

**Escape Game** : Tous les jours, de 12h30 à 17h15 jusqu'au 06/01 puis du 07/01 au 08/02, tous les mercredis, samedis et dimanches, sur réservation, des indices à trouver en 30 minutes chrono pour vous libérer.

€ À partir de 15€/ Adulte (20€ pour les groupes de 3 à 5 personnes)

### Dôme Cinéma 360°

Jusqu'au 06/01, tous les jours, de 12h00 à 17h20 puis du 07/01 au 08/02, tous les mercredis, samedis et dimanches, de 12h00 à 17h30

Venez assister à la projection en 360° confortablement installé.

€ 4€/ Adulte, 2,5€/ Enfant de - de 13 ans, 10€/ Pass Famille (2 adultes + 2 enfants), 1€/ pers. (groupe de 10)

📍 Association Igloo Pelvoo **Tél** : 07 58 24 61 79

**Courriel** : jl.igloopelvoo@gmail.com **Web** : igloopelvoo.com

📍 Village Igloo Pelvoo, au pied de pistes de la station de Pelvoux-Vallouise

## LES MARCHÉS

### TOUS LES JEUDIS

#### VALLOUISE-PELVOUX

08h00 > 12h30 📍 Place du village, Vallouise

### TOUS LES VENDREDIS

#### L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

08h00 > 12h30 📍 Place de la Mairie

### TOUS LES SAMEDIS

#### SAINT-MARTIN-DE-QUEYRIÈRES

08h00 > 12h00 📍 Place Saint-Roch

## LÉGENDE

📍 INFOS 📍 PUBLIC € TARIFS 📍 RENDEZ-VOUS

3



REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ !

PAYSDESECRINS.COM    

# AGENDA

## LÉGENDE

📍 INFOS 📍 PUBLIC 📍 TARIFS 📍 RENDEZ-VOUS

## SAMEDI 05 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

**17h00 > 19h30 Ski nocturne** : tous les mardis et les samedis de la saison, venez profiter du ski nocturne à Puy Saint Vincent ! Départ de 1400 m au télésiège des Prés et possibilité de rejoindre la piste depuis 1600 m. Dernière montée à 19h15.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m
- 📍 Gratuit pour les forfaits 6 jours et +, 7€ pour les forfaits de 4h à 5 jours, 15€ pour les sans forfait
- 📍 Station de 1400 m, devant les caisses des remontées mécaniques

### Coupe de France Open de Ski Alpinisme Épreuve individuelle de Vertical Race / « La Puy de nuit »

La station de Puy Saint Vincent accueille cet hiver cette belle étape de la coupe de France avec une variante originale puisque le parcours se fera en nocturne depuis la station de 1400 avec une arrivée à 2000 m. Parcours selon catégories + parcours en open en nocturne.

- 17h00** Remise des dossards
- 17h45** Briefing
- 19h30** 2 départs : 1400 Senior / 1600 Junior
- 21h00** Remise des prix

Ce parcours est ouvert à toutes les personnes licenciées, il est possible de se procurer une licence à la journée en se rendant sur le site de la FFME : ffme.fr. Certificat médical obligatoire. Dotation : 2 VTT (femme et homme) à gagner !

- 📍 Team Écrins Hautes-Alpes
- Web** : teamecrinshautsalpes.com
- Tél** : 04 92 23 35 80 / 04 92 46 68 58
- Inscriptions** (clôture la veille à 18h00) : 06 86 83 38 54 / 06 40 71 74 18 / en ligne FFME du Team Écrins
- Hébergement** : Service Réservation Pôle Client SAEM Les Écrins **Tél** : 04 92 23 58 55 **Web** : puy saintvincent.com
- 📍 Tarif unique d'inscription : 20€

## DIMANCHE 06 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

**09h00 > 12h00 Marche nordique** : En prenant le télésiège des Prés, nous emprunterons les pistes damées du domaine nordique. Venez profiter d'une activité dynamique ciblée sur le bien-être.

- 📍 Élodie LARIVE. Sur réservation. Bâtons fournis.
- Tél** : 06 99 42 66 82 **Courriel** : elodielarive@hotmail.com
- 📍 18€/ Enfant (- 12 ans), 23€/ Adulte + 3€/Enfant, 5€/ Adulte pour les non détenteurs d'un forfait remontées mécaniques en cours de validité

**18h30 > 19h30 Pot d'accueil** : Venez rencontrer l'équipe d'animation de l'Office de Tourisme et les prestataires locaux autour d'un verre ! Présentation des activités de la semaine.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m
- 📍 Gratuit 📍 Salle polyvalente de 1600 m

### VALLOUISE-PELVOUX

**10h00 > 11h00 Nordic Café** : tous les dimanches, rendez-vous sur le domaine nordique pour partager un bon moment !

- 📍 **Tél** : 04 92 23 53 47 (Chalet nordique)
- Courriel** : nordicenuvallouise@gmail.com
- 📍 nordicenuvallouise
- 📍 Animation gratuite pour les détenteurs d'un forfait nordique, matériel de ski de fond non fourni (5 magasins de location dans la vallée)



## LUNDI 07 JANVIER

### L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

**15h30 > 16h30 Aquagym** : Besoin d'une activité physique efficace mais toute en douceur ? L'aquagym vous offre la possibilité de profiter des bienfaits de l'eau sans être obligé d'immerger la tête, ni même de savoir nager.

- 📍 Inscription à la séance, au mois ou à l'année
- Tél** : 06 83 30 79 47 **Courriel** : piscine@ville-argentiere.fr
- 📍 Payant 📍 Piscine intercommunale de L'Argentière

### PUY SAINT VINCENT

**09h30 > 12h00 Initiation ski/snowboard hors-pistes 1600 m.** Prêt et apprentissage du matériel de sécurité DVA, sac ABS, pelle et sonde. Évolution avec initiation et perfectionnement en neige profonde encadrés par un guide de haute-montagne, moniteur de ski.

- 📍 Réservation au bureau Raoulski (galerie commerciale 1600 m) **Tél** : 06 81 72 14 51 **€** 45€

### 13h30 > 15h30 VTT électrique sur neige

Localvélo école MCF Puy Saint Vincent / Station 1400 Skiset. Descente en VTT à gros pneus, 900 m de dénivelé sur piste de ski de fond, montée en télésiège. Au programme : 1<sup>ère</sup> descente technique de pilotage puis traversée jusqu'au col de la Pousterle pour la 2<sup>ème</sup> descente. Sensations garanties.

- 📍 Inscriptions obligatoires **Tél** : 06 50 17 37 06
- Web** : localvelo.com 📍 Tous niveaux dès 1m40
- 📍 de 42€ à 52€

### 13h45 > 16h45 Le Lauzet par les chemins de traverse

Le Lauzet nous ouvre ses champs de neige et son panorama sur le Pelvoux 3943 m ! Itinéraire de début de semaine pour se mettre en jambe et découvrir l'activité en douceur. Matériel fourni.

- 📍 Christophe Lebreton **Tél** : 06 08 54 33 59
- Courriel** : lebreton.tof@wanadoo.fr
- Web** : randonnee-hautesalpes.com
- 📍 22€/ Adulte, 19€/ Enfant 📍 Dès 7 ans



**16h00 > 16h30 Jeu des saveurs : Spécialités locales à déguster.** À vous d'en deviner la composition !

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m
- 📍 Gratuit 📍 Front de neige 1600

**16h30 > 17h30 Contest de luge** : Bowling à luge, curling humain, slalom, bouées sur neige, qui sera le plus habile en luge ?

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m
- 📍 Casque obligatoire / Apporter sa luge
- 📍 De 5 à 12 ans **€** Gratuit 📍 Piste de luge 1600 m

### 16h30 > 20h00 Randonnée raquettes nocturne : Le Balcon des étoiles.

Sous le clair de lune et les étoiles, raquettes aux pieds, dévalez les pentes enneigées à la recherche de traces d'animaux et d'autres habitants nocturnes. Départ possible de Pelvoux, Vallouise ou autres...

- 📍 Astro-Rando **Tél** : 06 09 87 02 63
- Courriel** : cazamontana@gmail.com
- 📍 Adapté aux débutants, dès 10 ans
- 📍 28€/ Adulte, 22€/ Enfant – de 12 ans
- 📍 Esplanade de 1600 m

**18h00 > 19h30 Soirée jeux** : Blind test, jeux de rôles et nombreux jeux de société à votre disposition pour une soirée conviviale !

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m
- 📍 Gratuit 📍 Salle polyvalente 1600 m



## TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
 Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
 Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
 Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

## MARDI 08 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

**09h00 > 16h00 Rando Raquettes : Au Rythme de Chacun.** Marche pour tous, à l'écoute de sa respiration, la nature et le silence... Découvrez la joie de randonnée sans effort, au milieu des forêts et paysages enneigés, en famille ou entre amis. Départ possible depuis l'ensemble du Pays des Écrins.

📍 Astro-Rando **Tél :** 06 09 87 02 63

**Courriel :** cazamontana@gmail.com

👤 Dès 8 ans **€** 34€/ Adulte, 24€/ enfant - 12 ans

📍 Télésiège des Prés 1400

### 10h00 > 12h00 VTT électrique sur neige

Localvélo école MCF Puy Saint Vincent / Station 1400 Skiset. Descente en VTT à gros pneus, 900m de dénivelé sur piste de ski de fond, montée en télésiège. Au programme : 1<sup>ère</sup> descente technique de pilotage puis traversée jusqu'au col de la Pousterle pour la 2<sup>ème</sup> descente. Sensations garanties.

📍 Inscriptions obligatoires **Tél :** 06 50 17 37 06

**Web :** localvelo.com **👤** Tous niveaux dès 1m40

**€** de 42€ à 52€

### 10h00 > 11h00 Initiation Marche Nordique

Technique de marche sportive et conviviale pour découvrir les sentiers enneigés. Prêt de bâtons de propulsion.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Inscriptions obligatoires dans les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins - Nombre de places limité

👤 Dès 12 ans **€** Gratuit

📍 Bureau d'Information Touristique de 1600 m

### 13h30 > 17h00 Balade en raquettes :

**Panorama sur les Écrins.** Beau circuit entre falaises et forêt. Un large col nous accueille, dévoilant une vue imprenable sur la vallée et le Massif des Écrins. À ne pas manquer !

**Esprit Parc** **📍** Accompagnateur Montagne Cyril Mahout  
Prêt des raquettes et des bâtons

**Tél :** 06 62 57 97 59 **Courriel :** cyril.mahout@orange.fr

👤 Dès 7 ans **€** 24€/ Adulte, 20€/ Enfant

📍 Esplanade de 1600 m



**15h00 > 16h30 Visite guidée : « Histoire de stations : Puy Saint Vincent »** autour de l'immeuble « La Voile » puis devant un court diaporama en salle, laissez-vous conter l'histoire de la station de Puy Saint Vincent.

📍 L'Atelier d'Histoire - Elsa Giraud, historienne, guide conférencière **Tél :** 06 61 76 58 45

Inscription impérative au plus tard la veille 18h00

**Courriel :** recherches.historiques8@gmail.com

**Web :** recherches-historiques.com **👤** Dès 8 ans

**€** De 5€ à 8€, gratuit jusqu'à 13 ans

📍 Esplanade de 1600 m

**17h00 > 19h30 Ski nocturne :** tous les mardis et les samedis de la saison, venez profiter du ski nocturne à Puy Saint Vincent !

Départ de 1400 m au télésiège des Prés et possibilité de rejoindre la piste depuis 1600 m

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m

**€** Gratuit pour les forfaits 6 jours et +, 7€ pour les forfaits de 4h à 5 jours, 15€ pour les sans forfait

📍 Station de 1400 m, devant les caisses des remontées mécaniques

**17h00 > 18h00 Stretching :** Détente, étirement des muscles, mobilité des articulations. Cette séance permet de réduire les tensions musculaires et de se relaxer. Idéale après une activité physique !

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m

**€** Gratuit **📍** Salle polyvalente de 1600 m

### VALLOUISE-PELVOUX

**16h00 > 17h00 Contest de luge :** Bouée gonflable, curling humain, bowling géant, rapidité et précision seront les maîtres mots ! Casque obligatoire. Apporter sa luge.

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. **👤** De 5 à 12 ans **€** Gratuit **📍** Piste de luge

### 18h00 > 20h00 Ski de piste nocturne

Profitez de l'éclairage de la piste du Château d'Eau de la station de Pelvoux-Vallouise.

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux **€** Gratuit pour les personnes munies d'un forfait en cours de validité **📍** Station de Pelvoux-Vallouise, sur la piste du Château d'eau

### LES VIGNEAUX

### 10h00 > 11h30 Atelier Initiation à la Réflexologie Plantaire :

Dans une atmosphère conviviale et de partage, cet atelier d'initiation vous permettra de découvrir les bienfaits de la réflexologie plantaire. Nous allons apprendre à repérer, relâcher, et stimuler quelques zones réflexes du pied pour soulager de manière naturelle les maux quotidiens de vos enfants, vos proches, ou vous-même.

📍 Inscription obligatoire. Places limitées à 10 pers. Katie Dupuis, praticienne en massages, Toit du Monde Massages-Bien-Être **Tél :** 07 88 10 43 11

**€** 15€/pers., 25€/duo **📍** Salon de Toit du Monde

Massages à La Bâtie des Vigneaux



## MERCREDI 09 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

**16h30 > 17h30 Atelier Bougie :** fabriquez votre bougie parfumée !

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Nombre de place limité. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique

👤 Dès 6 ans **€** Gratuit **📍** Salle polyvalente de 1600 m

### 18h00 > 20h00 Tournoi de tennis de table

Qui sera le champion de la semaine ?

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Matériel fourni **👤** Enfants & Adultes

📍 Salle polyvalente de 1600 m **€** Gratuit

### VALLOUISE-PELVOUX

**14h30 > 16h00 Les Défis Givrés :** Bataille de boules de neige, construction d'igloo, bouées sur neige... Fous rires garantis !

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. Casque obligatoire.

**€** Gratuit **📍** Front de neige Pelvoux-Vallouise

**16h30 > 17h30 Stretching :** Détente, étirement des muscles, mobilité des articulations. Cette séance permet de réduire les tensions musculaires et de se relaxer les muscles. Idéale après une activité physique !

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux **€** Gratuit **📍** Salle des Essarts



**TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)**

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### 11h30 > 12h15 et 18h15 > 19h00 Aquagym

Besoin d'une activité physique efficace mais toute en douceur ? L'aquagym vous offre la possibilité de profiter des bienfaits de l'eau sans être obligé d'immerger la tête, ni même de savoir nager.

- 📍 Inscription à la séance, au mois ou à l'année
- 📞 Tél : 06 83 30 79 47
- ✉ Courriel : piscine@ville-argentiere.fr
- 💶 Payant 📍 Piscine intercommunale de l'Argentière

## FREISSINIÈRES

### 09h00 > 17h00 Balade en raquettes // Cascades, faune et patrimoine : Dormillouse.

C'est un petit bout du monde au fond de la vallée de Freissinières, aux falaises abruptes bordées de rideaux de cascades de glace... L'histoire d'un hameau singulier; un joyau au cœur du Parc national des Écrins. À découvrir ! Des balades différentes toute la semaine ! (programme dans les Bureaux d'Information Touristique).

- 📍 Accompagnateur Montagne Cyril Mahout
- 📞 Tél : 06 62 57 97 59
- ✉ Courriel : cyril.mahout@orange.fr
- 💶 37€/ Adulte, 30€/ Enfant

## SAINT-MARTIN-DE-QUEYRIÈRES

### 18h30 Soirée astronomique à l'observatoire

avec repas. Le gîte-refuge-observatoire vous convie à une soirée originale qui combine découverte guidée des merveilles du ciel avec observation au télescope et dîner au coin du feu. Autres soirs possibles sur simple demande.

- 📞 Tél : 09 52 00 84 17 / 06 11 41 52 73
- ✉ Courriel : contact@lepasduloup.com
- 🌐 Web : lepasduloup.com
- 💶 (inclus repas + observation astronomique) : 31€/ Adulte, 25€/ Enfant (de 5 à 11 ans)
- 📍 Gîte et observatoire « Le Pas du Loup »

## PUY SAINT VINCENT

### 09h00 > 12h15 Les chamois, le plaisir d'observer !

Itinéraire facile, idéal pour débiter en raquette et découvrir la faune hivernale du Parc national des Écrins, chamois, aigles royaux... Déplacement en minibus et voiture.

- 📍 Christophe Lebreton
- 📞 Tél : 06 08 54 33 59
- ✉ Courriel : lebreton.tof@wanadoo.fr
- 🌐 Web : randonnee-hautesalpes.com
- 💶 22€/ Adulte, 19€/ Enfant 📍 Dès 7 ans

### 09h30 > 12h30 Marche et méditation en raquettes.

Venez expérimenter une sortie raquette en Pleine Conscience, et en lien avec la magie de la montagne hivernale.

- 📍 Sylvène Galinier
- 📞 Tél : 06 74 77 61 03
- ✉ Courriel : sylvene.naturo@gmail.com
- 🌐 Web : sylvenegalinier.com
- 📍 Dès 12 ans
- 💶 25€ - Raquettes non fournies

### 16h15 > 18h45 Nocturne VTT électrique sur neige

Localvélo école MCF Puy Saint Vincent / Station 1400 Skiset. Montée en télésiège. Rando en VTT électrique à gros pneus sur les pistes de ski de fond à la tombée de la nuit. Descente depuis Les Belvédères jusqu'à la station 1400 à la frontale. Ambiance incroyable. Sensations garanties.

- 📍 Inscriptions obligatoires
- 🌐 Web : localvelo.com
- 📞 Tél : 06 50 17 37 06
- 📍 Tous niveaux dès 15 ans
- 💶 de 55€ à 60€

### 16h30 > 17h30 Relaxation corporelle

Étirements, musique relaxante, posture traditionnelle : détendez-vous par le mouvement et la respiration en retrouvant votre espace intérieur serein et libre.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 m et 1600 m. Apporter un coussin et une couverture. Tapis fournis. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique. Nombre de places limité.
- 💶 Gratuit 📍 Salle polyvalente de 1600 m

### 17h15 Descente aux lampions des enfants

- encadrée par les moniteurs de ski de l'ESF et l'ESI.
- 💶 3€/ lampion
- Station 1800 m (niveaux Ourson et Flocon) :
- 📍 Inscriptions et règlement : Jardin des neiges de l'ESF
- Station 1600 m (niveau minimum : 1<sup>ère</sup> étoile ou Cristal de bronze) :
- 📍 Inscriptions et règlement : Bureau d'Information Touristique 1600 m et à l'ESI
- 📍 Front de neige
- Station 1400 m (niveaux Flocon à 2<sup>ème</sup> étoile) :
- 📍 Inscriptions et règlement à l'accueil de l'ESF
- 📍 Jardin des neiges de l'ESF
- 📞 Tél : 04 92 23 35 11 (1600) / 04 92 23 33 40 (1400)
- ✉ Courriel : info@esf-psu.com

## VALLOUISE-PELVOUX

### 10h00 > 11h00 Initiation Marche Nordique :

Technique de marche sportive et conviviale pour découvrir les sentiers enneigés. Prêt de bâtons de propulsion.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins.
- Nombre de places limité 📍 Dès 12 ans
- 💶 Gratuit
- 📍 Parking de la Maison du Parc

### 14h00 > 17h00 Marche et méditation en raquettes.

Une sortie raquettes douce : prendre un moment pour porter un autre regard sur la montagne. Se connecter à soi-même, à son corps, à ses sensations, en lien à la magie avec l'accueil bienveillant de la nature hivernale.

- 📍 Sylvène Galinier
- 📞 Tél : 06 74 77 61 03
- ✉ Courriel : sylvene.naturo@gmail.com
- 🌐 Web : sylvenegalinier.com
- 📍 Dès 12 ans
- 💶 25€ - Raquettes non fournies 📍 Pelvoux



### 14h30 > 16h00 Visite guidée : « Histoire du ski en Vallouise ».

Au fil d'un parcours dans le village de Saint-Antoine et sur les itinéraires raquettes de la station de Pelvoux-Vallouise, l'histoire du ski en Briançonnais, et en particulier celle de la Vallouise, vous sera contée.

- 📍 L'Atelier d'Histoire - Elsa Giraud, historienne, guide conférencière. Inscription impérative au plus tard la veille 18h00 (places limitées !) 📞 Tél : 06 61 76 58 45
- ✉ Courriel : recherches.historiques8@gmail.com
- 🌐 Web : recherches-historiques.com
- 📍 Dès 8 ans
- 💶 De 5€ à 8€, gratuit jusqu'à 13 ans
- 📍 Mairie de Pelvoux

### 18h00 > 20h00 Ski de piste nocturne

Profitez de l'éclairage de la piste du Château d'Eau de la station de Pelvoux-Vallouise. Accès libre pour les personnes munies d'un forfait en cours de validité.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux
- 💶 Gratuit
- 📍 Station de Pelvoux-Vallouise, sur la piste du Château d'eau

## PUY SAINT VINCENT

### Coupe d'Europe de Snowboard cross

12 & 13 janvier

Les meilleurs mondiaux se disputeront des points sur le boardercross de la station, en snowboard, lors de cette épreuve qui se déroulera sur plusieurs jours.

- 07h30 > 08h30 Bibs and accreditations
- 09h00 Lift open
- 12h00 > 12h45 Inspection SBX
- 12h30 > 13h45 Training SBX GIRLS
- 14h00 > 15h30 Training SBX MEN
- 18h00 Team captain meeting SBX EUROPA CUP

- 📍 Tourism Office 1600
- 📍 Christophe VIAL
- 📞 Tél : 06 80 63 34 83
- ✉ Courriel : ecrinsnow05@gmail.com
- 💶 Droits d'inscription : 30€/ coureur / jour
- Inscriptions via FFS

TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

... VENDREDI 11 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

**13h30 > 16h30 Marche nordique :** En prenant le téléski des Prés, nous emprunterons les pistes damées du domaine nordique. Venez profitez d'une activité dynamique ciblée sur le bien-être.

📍 Élodie LARIVE. Sur réservation. Bâtons fournis.  
Tél : 06 99 42 66 82 Courriel : elodielarive@hotmail.com  
€ 18€/ Enfant (- 12 ans), 23€/ Adulte + 3€/Enfant, 5€/ Adulte pour les non détenteurs d'un forfait remontées mécaniques en cours de validité

## SAMEDI 12 JANVIER

### L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

**15h00 > 19h00 Atelier collectif de pratique de massage bien-être au sol** afin de découvrir, et apprendre différentes techniques de MASSAGE (MASSAGE CALIFORNIEN à l'huile, SHIATSU, Réflexologie, Relaxation Coréenne...), sous forme d'échange des pratiques guidées afin de prendre soin de Soi et de l'Autre ! Atelier individuel (bébé, enfant, adolescent, adulte ou personne âgée) ou pour couple sur réservation, 7/7, à domicile.

📍 Laurence Rage, infirmière, praticienne de massage, somatothérapeute - Association cœur et mains  
📍 Ouvert à tous 📍 Centre socio-culturel € 20€  
Apporter 2 coussins, plaids, 1 grande serviette de toilette, huile, petit goûter.

10



### PUY SAINT VINCENT

#### Coupe d'Europe de Snowboard cross

11, 12 & 13 janvier



Les meilleurs mondiaux se disputeront des points sur le boardercross de la station, en snowboard, lors de cette épreuve qui se déroulera sur plusieurs jours.

**07h00 > 08h30** Bibs and accreditations  
**08h00** Lift open  
**08h45 > 09h05** Inspection SBX  
**09h15 > 10h20** Training SBX  
**10h30** Qualifications girl  
**11h15** Qualifications men  
**12h45 > 13h00** Inspection final SBX  
**13h15** Finale SBX men  
**16h00** Prize giving ceremony  
**18h00** Team captain meeting

📍 Tourism Office 1600  
📍 Christophe VIAL Tél : 06 80 63 34 83  
Courriel : ecrynsnow05@gmail.com  
€ Droits d'inscription : 30€/ coureur / jour  
Inscriptions via FFS

**16h30 > 19h30 Marche nordique :** Sur les pistes damées du domaine nordique, venez profitez d'une activité dynamique ciblée sur le bien-être.

📍 Élodie LARIVE. Sur réservation. Bâtons et frontale fournis. Tél : 06 99 42 66 82

Courriel : elodielarive@hotmail.com  
€ 18€/ Enfant (- 12 ans), 23€/ Adulte  
📍 Bureau d'Information Touristique de 1600 m

**17h00 > 19h30 Ski nocturne :** tous les mardis et les samedis de la saison, venez profiter du ski nocturne à Puy Saint Vincent ! Départ de 1400 m au téléski des Prés et possibilité de rejoindre la piste depuis 1600 m. Dernière montée à 19h15.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
€ Gratuit pour les forfaits 6 jours et +, 7€, pour les forfaits de 4h à 5 jours, 15€ pour les sans forfait  
📍 Station de 1400 m, devant les caisses des remontées mécaniques

## DIMANCHE 13 JANVIER

### PUY SAINT VINCENT

#### Coupe d'Europe de Snowboard cross

12 & 13 janvier



Les meilleurs mondiaux se disputeront des points sur le boardercross de la station, en snowboard, lors de cette épreuve qui se déroulera sur plusieurs jours.

**07h00 > 08h30** Bibs and accreditations  
**08h00** Lift open  
**08h45 > 09h05** Inspection SBX  
**09h15 > 10h20** Training SBX  
**10h30** Qualifications girl  
**11h15** Qualifications men  
**12h45 > 13h00** Inspection final SBX  
**13h15** Finale SBX men  
**16h00** Prize giving ceremony

📍 Tourism Office 1600  
📍 Christophe VIAL Tél : 06 80 63 34 83  
Courriel : ecrynsnow05@gmail.com  
€ Droits d'inscription : 30€/ coureur / jour  
Inscriptions via FFS

**18h30 > 19h30 Pot d'accueil :** Venez rencontrer l'équipe d'animation de l'Office de Tourisme et les prestataires locaux autour d'un verre ! Présentation des activités de la semaine.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
€ Gratuit 📍 Salle polyvalente de 1600 m

### VALLOUISE-PELVOUX

**10h00 > 11h00 Nordic Café :** tous les dimanches, rendez-vous sur le domaine nordique pour partager un bon moment !

📍 Tél : 04 92 23 53 47 (Chalet nordique)  
Courriel : nordicenuvallouise@gmail.com  
📍 nordicenuvallouise 📍 Animation gratuite pour les détenteurs d'un forfait nordique, matériel de ski de fond non fourni (5 magasins de location dans la vallée)

## LUNDI 14 JANVIER

### L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

**15h30 > 16h30 Aquagym :** Besoin d'une activité physique efficace mais toute en douceur ? L'aquagym vous offre la possibilité de profiter des bienfaits de l'eau sans être obligé d'immerger la tête, ni même de savoir nager.

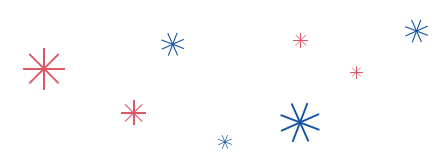
📍 Inscription à la séance, au mois ou à l'année  
Tél : 06 83 30 79 47 Courriel : piscine@ville-argentiere.fr  
€ Payant 📍 Piscine intercommunale de l'Argentière

### PUY SAINT VINCENT

#### 09h00 > 16h00 Rando Raquettes :

**Au Rythme de Chacun.** Marche pour tous, à l'écoute de sa respiration, la nature et le silence... Découvrez la joie de randonnée sans effort, au milieu des forêts et paysages enneigés, en famille ou entre amis. Départ possible depuis l'ensemble du Pays des Écrins.

📍 Astro-Rando Tél : 06 09 87 02 63  
Courriel : cazamontana@gmail.com  
📍 Dès 8 ans € 34€/ Adulte, 24€/ enfant - 12 ans  
📍 Téléski des Prés 1400



TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

**PUY SAINT VINCENT**

**09h30 > 12h00 Initiation ski/snowboard hors-pistes 1600 m.** Prêt et apprentissage du matériel de sécurité DVA, sac ABS, pelle et sonde. Évolution avec initiation et perfectionnement en neige profonde encadrés par un guide de haute-montagne, moniteur de ski.

📍 Réservation au bureau Raoulski (galerie commerciale 1600 m) **Tél :** 06 81 72 14 51 **€** 45€

**13h30 > 15h30 VTT électrique sur neige**

Localvélo école MCF Puy Saint Vincent / Station 1400 Skiset. Descente en VTT à gros pneus, 900m de dénivelé sur piste de ski de fond, montée en télésiège. Au programme : 1<sup>ère</sup> descente technique de pilotage puis traversée jusqu'au col de la Pousterle pour la 2<sup>ème</sup> descente. Sensations garanties.

📍 Inscriptions obligatoires **Tél :** 06 50 17 37 06  
**Web :** localvelo.com 📞 Tous niveaux dès 1m40  
**€** de 42€ à 52€

**13h40 > 16h30 Randonnée en raquettes : 90% descente, belle vue et patrimoine !**

Le bonheur de la descente sans les inconvéniants de la montée ! À nous la poudreuse ! Chalets d'alpage, joli promontoire sur le village, les chapelles et la station. Une mise en jambes de début de semaine. Idéal pour débiter !

📍 Accompagnateur Montagne Cyril Mahout  
Prêt des raquettes et des bâtons  
**Tél :** 06 62 57 97 59 **Courriel :** cyril.mahout@orange.fr  
📍 Dès 7 ans **€** 24€/ Adulte, 20€/ Enfant  
📍 Puy Saint Vincent 1600 m

**13h45 > 16h45 Le Lauzet par les chemins de traverse :**

Le Lauzet nous ouvre ses champs de neige et son panorama sur le Pelvoux 3943 m ! Itinéraire de début de semaine pour se mettre en jambe et découvrir l'activité en douceur. Matériel fourni.

📍 Christophe Lebreton **Tél :** 06 08 54 33 59  
**Courriel :** lebreton.tof@wanadoo.fr  
**Web :** randonnee-hautesalpes.com  
**€** 22€/ Adulte, 19€/ Enfant 📍 Dès 7 ans

**16h00 > 16h30 Jeu des saveurs : Spécialités locales à déguster.** À vous d'en deviner la composition !

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
**€** Gratuit 📍 Front de neige 1600

**16h30 > 17h30 Contest de luge :** Bowling à luge, curling humain, slalom, bouées sur neige, qui sera le plus habile en luge ?

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Casque obligatoire / Apporter sa luge  
📍 De 5 à 12 ans **€** Gratuit 📍 Piste de luge 1600 m

**18h00 > 19h30 Soirée jeux :** Blind test, jeux de rôles et nombreux jeux de société à votre disposition pour une soirée conviviale !

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
**€** Gratuit 📍 Salle polyvalente 1600 m



**L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE**

**20h30 2ème spectacle des Traversées « 3 D »**

par la Cie H.M.G., de et avec Jonathan Guichard. Une variation circassienne et musicale autour d'un agrès inédit alliant la ligne et le demi-cercle. Une expérience ludique et originale proposée en excentrés. 3D est le nom de l'étonnante structure à taille humaine imaginée par J. Guichard, alliant la ligne et le demi-cercle, le bois et l'acier. C'est aussi le titre du spectacle bâti à partir de ce support, à la fois extension de son corps, espace scénique et objet sonore.

📍 **Tél :** 04 92 23 21 55 / 07 87 39 38 01  
**Courriel :** marie-laure.marfour@ville-argentiere.fr  
**€** 12€/ normal, 8€/ réduit  
📍 Dès 10 ans 📍 Foyer culturel

**PUY SAINT VINCENT**

**10h00 > 11h00 Initiation Marche Nordique**

Technique de marche sportive et conviviale pour découvrir les sentiers enneigés. Prêt de bâtons de propulsion.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins. Nombre de places limité.  
📍 Dès 12 ans **€** Gratuit 📍 Bureau d'Information Touristique de 1600 m

**15h00 > 16h30 Visite guidée : « Histoire de stations : Puy Saint Vincent »**

autour de l'immeuble « La Voile » puis devant un court diaporama en salle, laissez-vous conter l'histoire de la station de Puy Saint Vincent.

📍 L'Atelier d'Histoire - Elsa Giraud, historienne, guide conférencière **Tél :** 06 61 76 58 45  
Inscription impérative au plus tard la veille 18h00  
**Courriel :** recherches.historiques8@gmail.com  
**Web :** recherches-historiques.com 📍 Dès 8 ans  
**€** De 5€ à 8€, gratuit jusqu'à 13 ans  
📍 Esplanade de 1600 m

**17h00 > 18h00 Stretching :** Détente, étirement des muscles, mobilité des articulations. Cette séance permet de réduire les tensions musculaires et de se relaxer. Idéale après une activité physique !

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
**€** Gratuit 📍 Salle polyvalente de 1600 m

**17h00 > 19h30 Ski nocturne :** tous les mardis et les samedis de la saison, venez profiter du ski nocturne à Puy Saint Vincent ! Départ de 1400 m au télésiège des Prés et possibilité de rejoindre la piste depuis 1600 m. Dernière montée à 19h15.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
**€** Gratuit pour les forfaits 6 jours et +, 7€ pour les forfaits de 4h à 5 jours, 15€ pour les sans forfait  
📍 Station de 1400 m, devant les caisses des remontées mécaniques

**VALLOUISE-PELVOUX**

**16h00 > 17h00 Contest de luge :** Bouée gonflable, curling humain, bowling géant, rapidité et précision seront les maîtres mots !

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. Casque obligatoire / Apporter sa luge  
📍 De 5 à 12 ans **€** Gratuit 📍 Piste de luge

**18h00 > 20h00 Ski de piste nocturne**

Profitez de l'éclairage de la piste du Château d'Eau de la station de Pelvoux-Vallouise.

📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux **€** Gratuit pour les personnes munies d'un forfait en cours de validité 📍 Station de Pelvoux-Vallouise, sur la piste du Château d'eau

**LES VIGNEAUX**

**10h00 > 11h30 Atelier Initiation à la Réflexologie Plantaire :**

Dans une atmosphère conviviale et de partage, cet atelier d'initiation vous permettra de découvrir les bienfaits de la réflexologie plantaire. Nous allons apprendre à repérer, relâcher, et stimuler quelques zones réflexes du pied pour soulager de manière naturelle les maux quotidiens de vos enfants, vos proches, ou vous-même.

📍 Inscription obligatoire. Places limitées à 10 pers. Katie Dupuis, praticienne en massages, Toit du Monde Massages-Bien-Être **Tél :** 07 88 10 43 11  
**€** 15€/pers., 25€/duo 📍 Salon de Toit du Monde Massages à La Bâtie des Vigneaux

**TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)**

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### Ice Climbing Écrins

Du 16 au 20 janvier



L'événement majeur dans le monde de l'escalade sur glace : une rencontre internationale, des ateliers d'initiation et de perfectionnement, un salon de professionnels, une coupe d'Europe, des festivités, un festival off de films de Montagne et d'Aventure ! C'est l'incontournable rendez-vous pour tous les curieux et passionnés de cascade de glace, de dry-tooling, randonnées à ski et free-ride. 20h00 **Festival off de films de montagne** avec Lettres à Olga, du KAMTCHATKA, réalisation Michel Zalio & Débat « Mythes et légendes du voyage », avec Michel Zalio, Yvan Estienne et Alberto Re.

14 **i** Tél : 06 11 07 00 91 **Web** : ice-climbing-ecrins.com  
**Courriel** : iceclimbingecrins2018@gmail.com  
€ Gratuit **📍** Cinéma L'Eau vive

## VALLOUISE-PELVOUX

14h30 > 16h00 **Les Défis Givrés** : Bataille de boules de neige, construction d'igloo, bouées sur neige... Fous rires garantis !

**i** Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. Casque obligatoire.  
€ Gratuit **📍** Front de neige Pelvoux-Vallouise

16h30 > 17h30 **Stretching** : Détente, étirement des muscles, mobilité des articulations. Cette séance permet de réduire les tensions musculaires et de se relaxer les muscles. Idéale après une activité physique !

**i** Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux € Gratuit **📍** Salle des Essarts

## PUY SAINT VINCENT

13h00 > 16h45 **Balade en raquettes**

**Chuutt... un chamois !** Aux portes du Parc national des Écrins : Observez le chamois dans son milieu naturel à l'aide d'une longue-vue pour ne pas le déranger... Transport en mini-bus depuis Puy Saint Vincent 1600 m. Des balades différentes toute la semaine (programme dans les Bureaux d'Information Touristique) !

**Spirit** **i** Accompagnateur Montagne Cyril Mahout  
Prêt des raquettes et des bâtons.

**Tél** : 06 62 57 97 59 **Courriel** : cyril.mahout@orange.fr  
👤 Dès 7 ans  
€ 24€/ Adulte, 20€/ Enfant  
📍 Esplanade de 1600 m

16h30 > 20h00 **Randonnée raquettes**

**nocturne : Le Balcon des étoiles.** Sous le clair de lune et les .toiles, raquettes aux pieds, dévalez les pentes enneigées . la recherche de traces d'animaux et d'autres habitants nocturnes. Départ possible de Pelvoux, Vallouise ou autres...

**i** Astro-Rando **Tél** : 06 09 87 02 63  
**Courriel** : cazamontana@gmail.com  
👤 Adapté aux débutants, dès 10 ans  
€ 28€/ Adulte, 22€/ Enfant - de 12 ans  
📍 Esplanade de 1600 m

16h30 > 17h30 **Atelier Bougie** : fabriquez votre bougie parfumée !

**i** Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Nombre de place limité. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique  
👤 Dès 6 ans € Gratuit  
📍 Salle polyvalente de 1600 m

18h00 > 20h00 **Tournoi de tennis de table**

Qui sera le champion de la semaine ?

**i** Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m  
Matériel fourni 👤 Enfants & Adultes  
📍 Salle polyvalente de 1600 m



15 **TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)**

**Igloo Pelvoo** (Pelvoux-Vallouise) - **Cinéma L'Eau Vive** (L'Argentière-La Bessée)  
**Cinéma Jean Marais** (Puy Saint Vincent) - **La Maison du Parc** (Vallouise-Pelvoux)  
**Patinoires** (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - **Piscines** (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
**Musée de l'énergie hydroélectrique** (Vallouise-Pelvoux)



## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### 11h30 > 12h15 et 18h15 > 19h00 **Aquagym :**

Besoin d'une activité physique efficace mais toute en douceur ? L'aquagym vous offre la possibilité de profiter des bienfaits de l'eau sans être obligé d'immerger la tête, ni même de savoir nager.

- 📍 Inscription à la séance, au mois ou à l'année
- 📞 Tél : 06 83 30 79 47 **Courriel :** piscine@ville-argentiere.fr
- 💰 Payant 📍 Piscine intercommunale de l'Argentière

### Ice Climbing Écrins

Du 16 au 20 janvier

L'événement majeur dans le monde de l'escalade sur glace : une rencontre internationale, des ateliers d'initiation et de perfectionnement, un salon de professionnels, une coupe d'Europe, des festivités, un festival off de films de Montagne et d'Aventure !

C'est l'incontournable rendez-vous pour tous les curieux et passionnés de cascade de glace, de dry-tooling, randonnées à ski et free-ride.

**17h00** Ouverture de l'ICE Village, du Salon des Partenaires

**18h30** Briefing sécurité

**19h00** Affichage des ateliers dans le Salon pour le lendemain, présence des guides

**19h30** Animations dans le salon

**20h00** Fermeture du Salon suivie du repas

**21h00** Soirée d'ouverture avec les films NUPTSE, réalisation Bertrand Delapierre, PANDRA, réalisation Yannick Boissenot et PIRRI HILLS, réalisation Jean-Pierre Tauvroun, suivis d'un débat sur le thème « Qu'est-ce que l'excellence en alpinisme ? ». Invités Fred Degoulet (Piolet d'Or 2018), Mat Dietri, Max Bonniot (GMHM), Nicolas Fauresse

**23h00** Navettes de retour vers les villages de Freissinières et Pelvoux

- 📍 Inscriptions en ligne jusqu'au 10 janvier.
- 📞 Tél : 06 11 07 00 91 **Web :** ice-climbing-ecrins.com
- Courriel :** iceclimbingecrins2018@gmail.com
- 💰 60€ 📍 ICE Village, Place du Quartz

## PUY SAINT VINCENT

### 09h30 > 12h30 **Marche et méditation en raquettes.**

Venez expérimenter une sortie raquette en Pleine Conscience, et en lien avec la magie de la montagne hivernale.

- 📍 Sylvène Galinier **Tél :** 06 74 77 61 03
- Courriel :** sylvene.naturo@gmail.com
- Web :** sylvenegalinier.com 📍 Dès 12 ans
- 💰 25€. Raquettes non fournies 📍 Pelvoux

### 09h00 > 12h15 **Les chamois, le plaisir d'observer !**

Itinéraire facile, idéal pour débiter en raquette et découvrir la faune hivernale du Parc national des Écrins, chamois, aigles royaux... Déplacement en minibus et voiture.

- 📍 Christophe Lebreton **Tél :** 06 08 54 33 59
- Courriel :** lebreton.tof@wanadoo.fr
- Web :** randonnee-hautesalpes.com 📍 Dès 7 ans
- 💰 22€/ Adulte, 19€/ Enfant

### 10h15 > 11h45 **Visite guidée : « La vie religieuse autrefois ».**

Découvrons la petite église Sainte-Marie-Madeleine des Prés et de ses trésors peints et sculptés, puis nous irons à la rencontre - fictive - des confréries religieuses.

- 📍 L'Atelier d'Histoire - Elsa Giraud, historienne, guide conférencière. Inscription impérative au plus tard la veille 18h00 (places limitées !) **Tél :** 06 61 76 58 45
- Courriel :** recherches.historiques8@gmail.com
- Web :** recherches-historiques.com 📍 Dès 8 ans
- 💰 De 5€ à 8€, gratuit jusqu'à 13 ans
- 📍 Place des Prés (arrivée de la navette de station)



### 16h15 > 18h45 **Nocturne VTT électrique sur neige**

Localvélo école MCF Puy Saint Vincent / Station 1400 Skiset. Montée en télésiège. Rando en VTT électrique à gros pneus sur les pistes de ski de fond à la tombée de la nuit. Descente depuis Les Belvédères jusqu'à la station 1400 à la frontale. Ambiance incroyable. Sensations garanties.

- 📍 Inscriptions obligatoires **Web :** localvelo.com
- 📞 Tél : 06 50 17 37 06 📍 Tous niveaux dès 15 ans
- 💰 de 55€ à 60€

### 16h30 > 17h30 **Relaxation corporelle**

Étirements, musique relaxante, posture traditionnelle : détendez-vous par le mouvement et la respiration en retrouvant votre espace intérieur serein et libre.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 m et 1600 m. Apporter un coussin et une couverture. Tapis fournis. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins. Nombre de places limité.
- 💰 Gratuit 📍 Salle polyvalente de 1600 m

### 17h15 **Descente aux lampions des enfants**

encadrée par les moniteurs de ski de l'ESF et l'ESI.

- 📍 3€/ lampion
- Station 1800 m (niveaux Ourson et Flocon) :
- 📍 📍 Inscriptions et règlement : Jardin des neiges de l'ESF
- Station 1600 m (niveau minimum : 1<sup>ère</sup> étoile ou Cristal de bronze) :
- 📍 Inscriptions et règlement : Bureau d'Information Touristique 1600 m et à l'ESI 📍 Front de neige
- Station 1400 m (niveaux Flocon à 2<sup>ème</sup> étoile) :
- 📍 Inscriptions et règlement à l'accueil de l'ESF
- 📍 Jardin des neiges de l'ESF
- 📍 **Tél :** 04 92 23 35 11 (1600) / 04 92 23 33 40 (1400)
- Courriel :** info@esf-psu.com

## SAINT-MARTIN-DE-QUEYRIÈRES

### 18h30 **Soirée astronomique à l'observatoire**

avec repas. Le gîte-refuge-observatoire vous convie à une soirée originale qui combine découverte guidée des merveilles du ciel avec observation au télescope et dîner au coin du feu. Autres soirs possibles sur simple demande.

- 📍 **Tél :** 09 52 00 84 17 / 06 11 41 52 73
- Courriel :** contact@lepasduloup.com
- Web :** lepasduloup.com
- 💰 (inclus repas + observation astronomique) : 31€/ Adulte, 25€/ Enfant (de 5 à 11 ans)
- 📍 Gîte et observatoire «Le Pas du Loup»

## VALLOUISE-PELVOUX

### 10h00 > 11h00 **Initiation Marche Nordique**

Technique de marche sportive et conviviale pour découvrir les sentiers enneigés. Prêt de bâtons de propulsion.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux. Inscription obligatoire dans les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins. Nombre de places limité.
- 📍 Dès 12 ans 💰 Gratuit
- 📍 Parking de la Maison du Parc

### 14h00 > 17h00 **Marche et méditation en raquettes.**

Une sortie raquettes douce : prendre un moment pour porter un autre regard sur la montagne. Se connecter à soi-même, à son corps, à ses sensations, en lien à la magie avec l'accueil bienveillant de la nature hivernale.

- 📍 Sylvène Galinier **Tél :** 06 74 77 61 03
- Courriel :** sylvene.naturo@gmail.com
- Web :** sylvenegalinier.com 📍 Dès 12 ans
- 💰 25€ - Raquettes non fournies 📍 Pelvoux

### 18h00 > 20h00 **Ski de piste nocturne**

Profitez de l'éclairage de la piste du Château d'Eau de la station de Pelvoux-Vallouise.

- 📍 Bureaux d'Information Touristique de Vallouise et Pelvoux 💰 Gratuit pour les personnes munies d'un forfait en cours de validité 📍 Station de Pelvoux-Vallouise, sur la piste du Château d'eau

TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

# VENDREDI 18 JANVIER

## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### Ice Climbing Écrins

Du 16 au 20 janvier



L'événement majeur dans le monde de l'escalade sur glace : une rencontre internationale, des ateliers d'initiation et de perfectionnement, un salon de professionnels, une coupe d'Europe, des festivités, un festival off de films de Montagne et d'Aventure !

C'est l'incontournable rendez-vous pour tous les curieux et passionnés de cascade de glace, de dry-tooling, randonnées à ski et free-ride.

**07h00 > 08h00** Accueil et départ des navettes vers les ateliers

**16h00** Retour des navettes vers l'ICE Village

**18h30** Briefing Sécurité

**19h00** Affichage des ateliers dans le Salon pour le lendemain, présence des guides

**19h30** Tombola des partenaires & Animations dans le salon

**20h00** Fermeture du Salon suivie du repas

**21h00** Soirée débat chaud avec les films LOVE BY ALL, the story of Apa Sherpa, réalisation Malcom Sangster & Eric Crosland & MOUNTAIN of STORM, réalisation Lito Tejada Flores, invités Julia Virat, Christophe Moulin, Guillaume Mainguy suivis d'un débat sur le thème « L'esprit de cordée vs solo toi-même »

**22h00** Ambiance swing avec DJ LAFOUCHE

**23h00** Navettes de retour vers les villages de Freissinières et Pelvoux

📍 Inscriptions en ligne jusqu'au 10 janvier.

📞 Tél : 06 11 07 00 91 🌐 Web : ice-climbing-ecrins.com

✉️ Courriel : iceclimbingecrins2018@gmail.com

€ 60€ 📍 ICE Village, Place du Quartz



## PUY SAINT VINCENT

**13h30 > 16h30 Marche nordique** : Sur les pistes damées du domaine nordique, venez profiter d'une activité dynamique ciblée sur le bien-être.

📍 Élodie LARIVE. Sur réservation. Bâtons fournis.

📞 Tél : 06 99 42 66 82 ✉️ Courriel : elodielarive@hotmail.com

€ 18€/ Enfant (-12 ans), 23€/ Adulte

📍 Bureau d'Information Touristique de 1600 m



# SAMEDI 19 JANVIER

## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### Ice Climbing Écrins

Du 16 au 20 janvier

L'événement majeur dans le monde de l'escalade sur glace : une rencontre internationale, des ateliers d'initiation et de perfectionnement, un salon de professionnels, une coupe d'Europe, des festivités, un festival off de films de Montagne et d'Aventure !

C'est l'incontournable rendez-vous pour tous les curieux et passionnés de cascade de glace, de dry-tooling, randonnées à ski et free-ride.

**07h00 > 08h00** Accueil et départ des navettes vers les ateliers

**09h00 > 15h00** Open international d'escalade sur glace, qualifications en extérieur

**16h00** Retour des navettes vers l'ICE Village

**18h00** Briefing Sécurité

**18h30** Finale de l'Open international en intérieur : SHOW garanti Place du Quartz !

**19h00** Affichage des ateliers dans le Salon pour le lendemain, présence des guides

**19h30** Remise des prix de l'Open international suivie d'un spectacle pyrotechnique

**20h00** Fermeture du Salon suivie du repas

**21h30** Concert du groupe Radio Tutti feat Barilla Sisters, suivi d'une soirée Grand Mix avec LA P'TE FUMÉE & SAGAGNASS SOUND SYSTEM

**23h00 > 01h00** Navettes de retour vers les villages de Freissinières et Pelvoux

📍 Inscriptions en ligne jusqu'au 10 janvier.

📞 Tél : 06 11 07 00 91 🌐 Web : ice-climbing-ecrins.com

✉️ Courriel : iceclimbingecrins2018@gmail.com

€ 60€ 📍 ICE Village, Place du Quartz

## PUY SAINT VINCENT

### Coupe régionale de Snowboard

19 & 20 janvier



Les meilleurs de la région se disputeront des points sur le boardercross de la station, en snowboard, lors de cette épreuve qui se déroulera sur plusieurs jours.

**08h00 > 08h30** Remise des dossards

📍 Salle polyvalente 1600

**09h00** Reconnaissance 📍 Télésiège du Puy

**09h30 > 10h15** Warm-up 📍 Télésiège du Puy

**10h00** Qualifications 📍 Télésiège du Puy

**13h00** Finales 📍 Télésiège du Puy

**15h30** Remise des prix 📍 Front de neige 1600

📍 Christophe VIAL 📞 Tél : 06 80 63 34 83

✉️ Courriel : ecrinsnow05@gmail.com

Port du casque et protection dorsale obligatoire.

€ Droits d'inscription : 20€/ coureur / jour

Inscriptions via Web FFS uniquement avant le vendredi 18 Janvier à 12h00

**17h00 > 19h30 Ski nocturne** : tous les mardis et les samedis de la saison, venez profiter du ski nocturne à Puy Saint Vincent ! Départ de 1400 m au télésiège des Prés et possibilité de rejoindre la piste depuis 1600 m. Dernière montée à 19h15.

📍 Bureaux d'Information Touristique de 1400 et 1600 m

€ Gratuit pour les forfaits 6 jours et +, 7€ pour les forfaits de 4h à 5 jours, 15€ pour les sans forfait

📍 Station de 1400 m, devant les caisses des remontées mécaniques

## TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)



# PROGRAMMES CINÉMAS



PROGRAMME  
DU 05 AU 08 JANVIER 2019  
**Attention : les films commencent  
à l'heure indiquée**

## L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE

### CINÉMA L'EAU VIVE

Tél : +33(0)4 92 23 13 71

|           | SÉANCE 16H00                              | SÉANCE 18H00        | SÉANCE 21H00              |
|-----------|---|---------------------|---------------------------|
| SAM 05/01 | Astérix et le secret de la potion magique | Le gendre de ma vie | Le Retour de Mary Poppins |
| DIM 06/01 | Mia et le lion blanc                      | The bookshop (VO)   | Capharnaüm                |

## PUY SAINT VINCENT STATION 1600

### CINÉMA JEAN MARAIS

Tél : +33 (0)9 65 22 30 24

|           | SÉANCE 18H15              | SÉANCE 20H45        |
|-----------|---------------------------|---------------------|
| SAM 05/01 | Bumblebee                 | Mortal Engines      |
| DIM 06/01 |                           |                     |
| LUN 07/01 | L'Empereur de Paris       | Le Gendre de ma vie |
| MAR 08/01 | Le Retour de Mary Poppins | Bohemian Rhapsody   |

Programmes disponibles dans les cinémas et Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins (programmation en cours au moment de l'impression)

TOUS LES JOURS (OU PRESQUE)

Igloo Pelvoo (Pelvoux-Vallouise) - Cinéma L'Eau Vive (L'Argentière-La Bessée)  
Cinéma Jean Marais (Puy Saint Vincent) - La Maison du Parc (Vallouise-Pelvoux)  
Patinoires (L'Argentière-La Bessée, Pelvoux-Vallouise) - Piscines (L'Argentière-La Bessée, Puy Saint Vincent)  
Musée de l'énergie hydroélectrique (Vallouise-Pelvoux)

# PRESTATAIRES D'ACTIVITÉS

> Ski de randonnée  
Condamine - Puy Saint Vincent



## BUREAU DES GUIDES DES ÉCRINS

La Casse - Vallouise - 05340 Vallouise-Pelvoux



Tél : +33(0)4 92 23 32 29

Courriel : guides-ecrins@orange.fr

Web : guides-ecrins.com



## ÉCOLE DU SKI FRANÇAIS

Chalet ESF 1600

05290 Puy Saint Vincent



Tél : +33(0)4 92 23 35 11 (Station 1600)

+33(0)4 92 23 33 40 (Station 1400)

Courriel : info@esf-psv.com

Web : esf-puy-st-vincent-pelvoux.com

f Esf-Puy Saint Vincent-Pelvoux



## ÉCOLE DE SKI INTERNATIONALE

Station 1600 m

05290 Puy Saint Vincent



Tél : +33(0)4 92 23 30 79 / +33(0)6 89 67 86 06

Courriel : ecoledeski.psv@gmail.com

Web : ecoledeski-puystvincent.com

f esipuystvincent



## ALPES AVENTURE

2, rue du Génépi, 05120 L'Argentière-La Bessée



Tél : +33(0)6 81 21 81 97

Courriel : info@alpes-aventure.com

Web : alpes-aventure.com

f alpesaventure



## L'ATELIER D'HISTOIRE

05120 L'Argentière-La Bessée

Tél : +33(0)6 61 76 58 45

Courriel : recherches.historiques8@gmail.com

Web : recherches-historiques.com f ElsaHistorienne



## LOCAL VÉLO

Station 1400 - 05290 Puy Saint Vincent



Tél : +33(0)6 50 17 37 06 Courriel : localvelo@hotmail.fr

Web : localvelo.com f localvelo



## POLLEN PARAPENTE

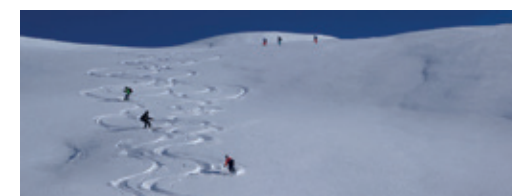
Pierre Chesne - 05340 Vallouise-Pelvoux



Tél : +33(0)6 28 05 69 75

Courriel : contact@pollenparapente.com

Web : pollenparapente.com



## ROC ÉCRINS

L'Allezabre - 05310 La Roche-de-Rame



Tél : +33(0)6 48 57 33 82 Courriel : roc.ecrins@gmail.com

Web : roc-ecrins.com f roc-odysee



## VAGABOND'ALTITUDE

Lebreton Christophe - 05290 Puy Saint Vincent



Tél : +33(0)6 08 54 33 59 Courriel : lebreton.tof@wanadoo.fr

Web : randonnee-hautesalpes.com f vagabondaltitude

## LÉGENDE

- Ski alpin
- Télémartk
- Free ride
- Snowboard
- Ski de randonnée
- Raquettes à neige

- Cascade de glace
- Fat bike
- Luge
- Trail
- Cascade de glace
- Ruisseling

- Handiski
- Snow-Kite
- Biathlon
- Ski nordique
- Guide de haute montagne

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ !

PAYSDESECRINS.COM



## Les Bureaux d'Information Touristique du Pays des Écrins vous accueillent, vous informent, vous conseillent... \*

**L'ARGENTIERE-LA BESSÉE 04 92 23 03 11**

Du lundi au samedi, de 09h00 à 12h15 et de 14h00 à 17h30

**PELVOUX 09 63 53 61 67**

Du dimanche au vendredi, de 09h00 à 13h00 et de 14h15 à 17h00,  
le samedi, de 09h00 à 13h00 et de 14h15 à 18h00

**PUY SAINT VINCENT 1400 04 92 23 35 80**

Du lundi au samedi : de 09h00 à 12h15 et de 14h00 à 17h30,  
le dimanche : de 09h00 à 12h15

**PUY SAINT VINCENT 1600 04 92 46 68 58**

Hors vacances scolaires : Tous les jours, de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 18h00  
Vacances scolaires : Tous les jours, de 09h00 à 18h30

**VALLOUISE 04 92 23 36 12**

Hors vacances scolaires : du mardi au samedi, de 09h00 à 12h15 et de 14h00 à 17h30  
et le dimanche, de 09h00 à 12h15  
Vacances scolaires : du lundi au dimanche, de 09h00 à 12h15 et de 15h00 à 18h30

\*Horaires d'ouverture sous réserve  
de modifications



**NOS PARTENAIRES**



"Pays des Écrins"

[paysdesecrins.com](http://paysdesecrins.com)

[contact@paysdesecrins.com](mailto:contact@paysdesecrins.com)

