



# Sorties originales



Construire un igloo, skier aux premières lueurs, descendre en luge la nuit, enquêter sur les pistes de ski ... Minizou a déniché quelques activités originales à vivre en famille dans les stations de ski.



© Fabien Passaro

**Les cascades de glace : un cadre peu commun à découvrir encadré par des guides de montagne**

## ✓ Escalader la glace

### Isère

Le bureau des guides de Grenoble organise des sorties « Cascade de glace » sous la forme d'initiation à la demi-journée ou à la journée dans différents massifs autour de Grenoble. « C'est une activité un peu sportive », explique le guide Fabien Passaro. Aussi mieux vaut être en bonne forme physique et avoir déjà 11 ou 12 ans. « C'est une expérience qui procure des sensations fortes dans un environnement magnifique. Il faut aimer la verticalité et ne pas avoir le vertige ». À vous de prévoir des chaussures cramponnables (en location à Espace Montagne ou Clavel sport par exemple) et des vêtements étanches et chauds. Une combinaison de ski peut convenir. Prenez aussi plusieurs paires de gants dont une paire assez fine. Les guides vous fournissent le

baudrier, le piolet, les cordes, le casque et les crampons. Sur le lieu du rendez-vous, le guide installe les cordes, vous dirige dans l'apprentissage pour apprendre en douceur les premiers gestes d'escalade de glace. Deux formules au choix pour cette activité : vous vous inscrivez sur des dates déjà programmées sur le site internet en cours collectif (8 personnes maximum). Tarif : 80 €/personne pour une journée. Tarif 1/2 journée initiation : 48 € par personne. Encadrement et prêt du matériel compris. Frais d'entrée sur le site 5,80 € par personne en sus. Vous êtes un groupe constitué et vous réservez le guide pour une journée. Coût : 300 € la journée.

**À partir de 11 - 12 ans.**

➡ **Bureau des guides et accompagnateurs de Grenoble : 0438 37 01 71**

## ✓ Comme dans une avalanche

### 2 Alpes

Pour sensibiliser le public aux dangers des avalanches, la station des 2 Alpes a investi dans un « robocoaster ». Cet équipement permet de simuler une avalanche. Ce robocoaster ressemble à un « gros manège » avec des images en 4 D à l'intérieur. L'histoire est courte et vous figure lors d'une descente de ski. Puis l'imprévu arrive et l'avalanche vous emporte. Le robocoaster se met en mouvement et vous fait ressentir les sensations d'une personne prise dans une avalanche. L'expérience dure deux à trois minutes.

Tarif : 6 € les deux passages – ouvert de 10h à 12h et de 15h à 19h. Le robocoaster se situe derrière l'office du tourisme des 2 Alpes. Sans réservation.

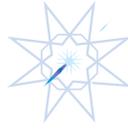
**À partir de 10 ans.**



**Sous le dôme, un simulateur d'avalanche**

➡ **Office du tourisme des 2 Alpes : 0476 79 2200**





© OT 2 Alpes



# en station



L'igloo est accompli

## ✓ Construire un igloo Col de l'Arzelier

Au Col de l'Arzelier, les guides de montagne vous apprennent à construire un igloo. Une construction collective ! Avec des pelles, des caisses à moulage

et de l'huile de coude bien sûr. Les enfants sont invités à participer activement. Ils doivent être motivés, sinon ils risquent de s'ennuyer. Après l'effort, le réconfort : une boisson chaude sera partagée autour de l'igloo. Cette sortie est organisée tous les mercredis du 11 février au 11 mars pour des groupes d'au moins 8 personnes. Durée : de 14h à 17h environ. Sur réservation. Tarif : 17 €/adulte et 12 € moins de 12 ans.

À partir de 7 ans.

Office de tourisme du Col de l'Arzelier : 04 76 72 38 31

## Aux premières lueurs, réunis autour du pisteur

## ✓ Ouvrir les pistes de ski

### 2 Alpes

Tous les mercredis, sur réservation, les bons skieurs -le niveau 3 étoiles est requis- pourront ouvrir les pistes en compagnie des pisteurs des 2 Alpes en s'inscrivant à la proposition "Ski premières traces". "Les skieurs apprécient la découverte de ce métier qui n'est pas exclusivement d'être secouriste", explique Jeanne Mounaut,

**temps jeunes**  
des loisirs pour grandir

Les nouvelles  
**COLOS 2012**  
4 - 17 ans

www.temps-jeunes.com 04.76.01.22.10

**my GYM**  
Jouer à se construire

Le 1<sup>er</sup> Club LudoSportif  
des enfants de 6 mois à 9 ans

**Le plein d'activités en semaine, week-end et pendant les vacances**

Gymnastique ludique, Eveil et motricité

Notre planning et inscriptions sur [www.mygym.fr](http://www.mygym.fr)

**Spécial parcours de motricité**  
chaque 1<sup>er</sup> jeudi du mois de 16h30 à 17h45  
hors vacances scolaires et fêtes

Rejoignez-nous sur facebook "mygym.grenoble"  
04 76 59 71 26 - 27 rue du Tour de l'Eau  
Saint Martin d'Hères



de l'office du tourisme. Départ à 8h15 au pied de la télécabine du Jandri. Après environ deux heures de descente, la matinée se termine par un casse-croûte/petit-déjeuner au restaurant "Le 3200" (à 3200 m d'altitude). Tarif: 12 €. Il faut être en possession de son forfait de ski. Inscription au plus tard la veille avant 14h auprès de la caisse centrale. Sous réserve des conditions météo.

### Niveau 3 étoiles en ski.

Remontées mécaniques des 2 Alpes - 0476 79 75 01

### ✓ S'initier au hockey sur glace

#### Villard-de-Lans



© Thomas Kytte

Les joueurs des Ours prendront peut-être le temps de venir proposer des initiations au hockey sur glace

En projet pendant les vacances de février à la patinoire de Villard-de-Lans: des initiations au hockey sur glace avec les joueurs professionnels du club des Ours de Villard qui évoluent en ligue Magnus. Ces derniers pourraient

se libérer la semaine du 13 février. Appelez l'office du tourisme pour confirmation. Si vous êtes impatient d'apprendre, des initiations au hockey sur glace ont lieu tous les mardis matin des vacances encadrées par des animateurs de l'office de tourisme. En même temps sont proposés sur la glace, du curling humain (bouée gonflable), du curling classique et du balai ballon. Ce "jardin de la glisse" a lieu de 10h à 12h le mardi. La patinoire est ouverte tous les autres matins de la semaine pendant les vacances scolaires toutes zones avec prêt de "luge" pour les débutants. Hors vacances: ouvert du lundi au samedi de 15h à 17h et le dimanche de 10h à 12h puis de 15h à 17h. Première pointure: taille 23 et prêt de patinettes double lames pour les tout-petits.

### Initiation au hockey sur glace: dès 7 ans.

Office de tourisme de Villard-de-Lans: 0476 95 10 38



Le soleil passe derrière l'horizon depuis la Croix de Chamrousse. Les luges sont prêtes pour la descente

### ✓ Une descente en luge la nuit

#### Chamrousse

Chamrousse Oxygène propose des descentes en luge en nocturne depuis la Croix de Chamrousse jusqu'au Recoin tous les jeudis, vendredis et samedis selon les disponibilités et les conditions météo. Rendez-vous à la télécabine de Chamrousse 1650 (Le Recoin) à 16h30 précises pour ensuite organiser le départ de la descente depuis la Croix de Chamrousse. Les 600 mètres de descente durent environ une



## Partir en colo: faire du ski et de la magie



Les vacances à la neige peuvent être le prétexte pour découvrir le ski certes, mais pas seulement! L'association Temps Jeunes propose un séjour "Ski et magie" pendant les vacances de février (du 11 au 18 février et du 18 au 25 février) sur le site de la Chapelle d'Abondance, un chalet savoyard rénové en chambres de 2 à 8 lits. Les enfants pratiqueront le ski de piste en demi-journée et découvriront la magie l'autre demi-journée. L'animateur magicien leur apprendra à manipuler les cartes, les foulards et la baguette. L'objectif est de monter un mini-spectacle en fin de séjour pour les autres enfants présents sur le centre. Sans oublier balades, jeux de neige, quelques descentes en luge et bien sûr des veillées.

Temps Jeunes: 0476 01 22 10 ou sur [www.temps-jeunes.com](http://www.temps-jeunes.com) - Stage "ski et magie" pour les 8/14 ans



© Temps Jeunes



heure. "Chacun descend à son rythme et il y a tout au long du chemin des haltes pour attendre ceux qui souhaitent aller moins vite, explique Éric Lerisbé, de Chamrousse Oxygène. Les gens retrouvent le plaisir simple de glisser "comme lorsqu'ils étaient plus jeunes" mais cette fois avec une descente adaptée à des "grands".

Réservation obligatoire. Tarif 20 €/personne pour la luge à freins, le casque et le prix de la remontée mécanique. Gants obligatoires. Départ à partir de 8 personnes.

À partir de 10/12 ans.

 **Stéphane Lhomme**  
Chamrousse Oxygène  
06 27 24 34 06

✓ *Résoudre*  
*une enquête policière*  
*à ski*

**Col de Romeyère**



**Quatre des douze suspects**  
**à démasquer sur les pistes**

Pour jouer au Sherlock Holmes sur les pistes, une seule date dans la saison: samedi 18 février. Rendez-vous à 14h aux caisses de la station

de ski des Coulmes au col de Romeyère pour obtenir la liste des 12 suspects. Sur les pistes (d'un niveau facile), à vous de retrouver les indices et les différents rébus qui vous permettront de démasquer le coupable. Le jeu dure environ deux heures et chaque famille ou équipe part en enquête en autonomie. Les consignes sont données au début à 14h. Il faut être muni de son forfait de ski et le jeu est gratuit. "J'attends les résultats de l'enquête en fin d'après-midi, explique Cyril Perroteau, créateur de cette énigme. Nous jouons pour le plaisir. L'atmosphère est très familiale".

Forfait journée: 7,50 € (tarif



**Musée de Grenoble**



**Ateliers du mercredi**

Février > Avril 2012

6/7 ans  
**8 février et 7 mars**  
**Miróglyphes en liberté**  
Joan Miró, *Sans titre*  
(*Grande bande*), 1953

**21 mars et 4 avril**  
**Ils étaient une fois...**  
Abraham Bloemaert,  
*Adoration des Rois mages*,  
1623  
Hyacinthe Collin de Vermont,  
*Roger arrivant dans l'île*  
*d'Alcine*, vers 1740

8/11 ans  
**29 février et 14 mars**  
**La chimie des couleurs**  
Alberto Magnelli, *Le Café*,  
1914

**28 mars et 25 avril**  
**Autoportrait**  
Camille Bombois,  
*Autoportrait*,  
vers 1936

Photo: Jean-Luc Lacroix

5 place Lavalette 38000 Grenoble  
Ouvert tous les jours sauf le mardi de 10h à 18h30  
Téléphone : 04 76 63 44 44  
[www.museedegrenoble.fr](http://www.museedegrenoble.fr)

Horaires de 14h30 à 16h30  
Inscriptions : 04 76 63 44 44  
Tarif : 4 € par atelier



[Grenoble.fr](http://Grenoble.fr)



unique). Forfait 1/2 journée : 6,50 € (tarif unique).

Si vous souhaitez rester sur la station des Coulmes, une soirée raquette en nocturne suivie d'un repas tartiflette est organisée ce samedi 18 février au soir (sur inscription) accessible à des enfants bons marcheurs âgés déjà de 10 ou 12 ans. Les raquettes sont prêtées. Le départ est à 19h. Aux environs de 20h, une descente aux flambeaux est prévue sur les pistes de ski alpin suivie d'un feu d'artifice tiré à 21h.

### Savoir skier.

☛ **Ski club du Col de Romèyère : 0476 389661**

✓ *Visiter une grotte de glace*



© Grottes de Glace

### Cristaux sculptés dans la glace

## 2 Alpes & Alpe d'Huez

En hiver, deux grottes sont ouvertes au public à l'Alpe d'Huez et aux 2 Alpes. À l'Alpe d'Huez, les sculptures de la grotte de neige sont refaites chaque année. Le thème de 2012 est le jardin. Aux 2 Alpes, il y a trois salles à thème (la mer, les mammouths et la préhistoire) dans lesquelles les sculptures sont taillées dans le glacier. "C'est un véritable musée" explique enthousiaste

Bernard Lamboloz, fondateur avec Bruno Gardent de ces grottes de glace. Ce sont des sculpteurs professionnels qui réalisent chaque année les chefs-d'œuvre en glace. Les skieurs peuvent acheter directement leur ticket d'entrée sur place en altitude. Les piétons prendront un ticket couplé remontées mécaniques & grotte de glace. Prenez des vêtements chauds et des bottes de neige car la température dans les grottes est de zéro degré. Comptez un quart d'heure à vingt minutes de visite.

Gratuit dans tous les cas pour les moins de 5 ans avec un passage en caisse obligatoire pour récupérer un titre de transport pour les remontées mécaniques.

Entrée grotte seule : 4,50 €/adulte, 3,50 € de 6 à 12 ans. Tarif Alpe d'Huez avec remontées mécaniques : 15 €/9,5€ de 6 à 12 ans.

Tarif 2 Alpes avec les remontées mécaniques : 26,20 €/20,80€ de 6 à 12 ans : 20,80 €.

**Pour tous bien emmitoufflés.**

☛ [www.grottedeglac.com](http://www.grottedeglac.com)



**Au snake-gliss, plus on est nombreux, plus on est lourd et plus on va vite**

✓ *Jester le snake-gliss*

## Les 7 Laux - Prapoutel

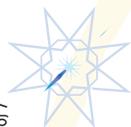
C'est une descente insolite à bord de "luges-serpent" ou "snake-gliss". Il s'agit d'accrocher votre luge à celle du voisin qui l'accroche lui aussi à celle de son voisin... et de descendre tous ensemble. La personne devant pilote cette longue luge. Cette animation encadrée a lieu deux soirs par semaine. Tous les jeudis à 17h15 pour environ 1/2 heure, descente sur la piste des P'tits loups. Tarif : 5 € qui donne accès à la location de la luge et au téléski. Tous les mardis à 16h30, l'activité a lieu en prenant le télésiège des Bouquetins pour une descente un peu plus longue et avec un peu plus de dénivelé (500 m).

## Bon Plan

### Prenez les Skibus

Les skibus, ce sont des bus qui vous emmènent et vous ramènent vers toutes les stations de ski du Grésivaudan pour 1€ l'aller-retour. Les skibus sont en accès libre pour les abonnés Grésivaudan, Transisère et TER. Des accords avec les stations permettent même de faire des économies sur les forfaits : skiez au prix du tarif groupe aux 7 Laux et à Saint-Hilaire du Touvet ; à Chamrousse, bénéficiez de -20 % sur le skipass 1 jour ou sur les 4 heures consécutives ; au Col de Marcieu, une demi-heure de tubing vous est offerte ; au Collet d'Alleverd, une réduction de -15 % sur les forfaits sera effectuée. Une approche écologique et économique du ski.

☛ [www.transportsdugresivaudan.fr](http://www.transportsdugresivaudan.fr) - 0810 12 12 33



Tarif: 10 €. Venir en tenue de ski et après-ski. Pour de nouvelles sensations de descente!

À partir de 10 ans.

Office de tourisme  
de Prapoutel: 0476 081786

### ✓ Jouer au laser game dans la neige

#### Alpe d'Huez

"Nous avons construit un labyrinthe de neige sur le terrain de foot de l'Alpe d'Huez", explique Damien Lambalez, créateur de ce tout récent Ice laser game. "Les joueurs évoluent au milieu de "murs" qui peuvent monter jusqu'à 2 m de hauteur. Nous avons aussi construit un imposant igloo avec des tunnels qui passent dessous". Le jeu reste le même. Munis d'une arme laser, vous déambulez pour atteindre un membre de l'équipe adverse avec votre pistolet laser. Sans vous faire toucher bien sûr. "C'est très agréable de jouer dans la neige. On peut se jeter par terre, faire des roulades" s'enthousiasme Damien. L'autre particularité de cet Ice laser game est d'être situé à 1800 m d'altitude. "Les joueurs s'affrontent sur deux parties de dix minutes. Physiquement, il n'était pas possible de faire des séances de vingt minutes", reprend Damien Lambalez. Le jeu concerne 13 personnes

© Sandrine Mosca



La neige, la nuit, les pistolets: prêts pour un ice laser game en altitude

en même temps, un peu plus après les vacances de février. Ouvert tous les soirs de la saison dès 17h et jusqu'à 23h. Le jeu commence avec la nuit tombée. Il faut téléphoner avant et réserver. C'est plus prudent. Venir en tenue de ski, bottes de ski, gants. Tarif: 10 € / personne.

À partir de 7 ans

Ice laser game:  
0458 001218



PATINOIRE  
POLESUD  
IT'S SO  
FRESH  
C'EST TELLEMENT FRAIS!



Léane, 5 ans  
PATINEUSE JARDIN DE GLACE

Animations, jardin de glace pour les plus petits, soirées, stages...

Polesud, patinoire de l'agglomération grenobloise, vous accueille toute l'année.

RENSEIGNEMENTS / HORAIRES  
04 76 392 500 et sur le site [pole-sud.org](http://pole-sud.org)

polesud

PATINOIRE  
DE L'AGGLOMERATION GRENOBLOISE



GRENOBLE • ALPES  
AGGLOMERATION