

Programme hebdomadaire

(Ceci est un exemple et chaque semaine, le programme sera ajusté aux conditions météorologiques et au niveau de conduite.)

Dimanche : Arrivée au chalet du Lemman à partir de 16h00, enregistrement et installation. Mise en place du matériel.

Lundi : balade d'échauffement à Novel. Nous partirons du village pour aller de 900 m à 1500 m. De là, nous grimons jusqu'à un beau sentier forestier pour nous habituer à l'altitude et aux sentiers de Novel. Nous utilisons un mélange parfait de chemin de grande randonnée et de sentiers préalpins afin que chacun ait la possibilité de progresser à son propre niveau. Nous donnons quelques conseils de trailrunning et vous montrons tous les meilleurs spots pour prendre des photos. En fonction du niveau et de la vitesse du groupe, nous faisons plusieurs sorties par jour. Il y a toujours la possibilité de grimper plus quand on le souhaite, la région offre de nombreuses options et l'accès aux meilleurs sentiers de la région.

Mardi : Nous utilisons cette journée pour faire quelques promenades dans la région de Novel et plus loin par les cols : Oche avec son beau terrain lisse et parfois technique. Passage sur les balcons du Lemman avec un panorama sur le Lemman et terminer par des chemins de transhumance qu'offre nos montagnes dans un endroit que peu de gens connaissent. La 2e partie nous emmène dans un bel endroit que nous appelons le petit Canada, avec un beau lac et une longue descente fluide vers le vallon.

Mercredi : Le jour 3, nous courons à nouveau à Novel en utilisant les différentes techniques apprises. Améliorer sa technique de course et mettre tout le monde au défi de faire de son mieux.

Jeudi : Ce jour-là, nous explorerons quelques sentiers dans la vallée du Rhône. Nous utilisons le train pour nous rendre à d'autres villages qui peuvent nous emmener dans de belles stations de trailrunning telles que Torgon ou Morgins.

Vendredi : Nous terminons la semaine avec une grande cerise sur le gâteau : nous allons conquérir l'autre côté de Novel avec un run épique au large d'Ubine. Nous empruntons pour commencer un single track, mais nous devons encore parcourir une ascension en épingle. De belles traversées et des descentes techniques, Novel ne peut pas être mieux que cela. L'autre option est de faire le Tour des Mémises, une grande vue panoramique sur le Mont Blanc avec une visite des sommets culminant de à plus de 2000m. Suivi d'une descente épique de 2000 m ! Quelle journée pour terminer la semaine ! En plus de cela, nous vous offrirons une boîte chaude maison selon vos goûts.

Samedi : jour de départ. Après le petit déjeuner, il est temps de se dire au revoir. Vous rentrez chez vous avec de bons souvenirs et de nouveaux amis traileurs. À la prochaine fois !

Horaire quotidien

8.00 Petit déjeuner

9h15 Contrôle de l'équipement

9h30 Départ

Sortie trail matinale

12h30 Déjeuner sur la montagne

Après-midi fun run à découvrir la montagne

16h30 retour au chalet

Buffet de boissons et de collations après le trajet, détendez-vous au chalet du Léman

Dîner à 19h00