



[www.guides06.com](http://www.guides06.com)

Alpinisme – escalade – Randonnées  
Cascade de glace – raquettes  
Ski de randonnée – voyages

**Réservations–infos :**

**06 25 06 28 53**  
**contact@guides06.com**



## **De 1 à 3 demi-journée(s) de randonnée à proximité du littoral (Alpes-Maritimes)**

**Période : décembre**

**Niveau : 1**

*3 randonnées à la demi-journée pour apprécier le patrimoine naturel et culturel des Alpes Maritimes. Je vous propose de partir à la découverte des Alpes-Maritimes avec ces 3 itinéraires variés. Chaque jour nous en suivrons un permettant de découvrir de nouveaux paysages, ainsi que du patrimoine témoignant de l'occupation humaine de la préhistoire jusqu'à l'époque contemporaine. Venez profiter de la nature pendant ces vacances pour vous reposer entre les fêtes.*

## **JOUR 1 : Les grottes St Michel**

*Itinéraire qui nous emmènera du village de Saint Jeannet jusqu'au pied de son Baou, en traversant la garrigue pour aller découvrir les cavernes qui ont connues de grandes et de petites histoires – 3h00 d'activité et 150 m de dénivelé, par les rues du village et un sentier avec quelques courts passages escarpés.*

## **JOUR 2 : Sur les terres de Roquefort**

*Circuit qui permet de découvrir les bois de Roquefort et le patrimoine naturel et culturel qui s'y trouve parfois bien caché – 4h00 d'activité et 250 m de dénivelé, en alternant des sections sur pistes et des passages hors des sentiers battus.*

## **JOUR 3 : Circuit de St Christophe**

*Circuit à proximité de Grasse, qui permet de découvrir le patrimoine en pierres sèches des anciens paysans/bergers du pays grassois, tout en profitant d'un panorama exceptionnel – 4h00 d'activité et 400 m de dénivelé, en alternant des sections sur sentier et des passages hors des sentiers battus.*

⇒ *Ce programme est donné à titre indicatif et reste susceptible d'aménagements en fonction des conditions météo, et du niveau des participants.*

**NIVEAU 1** : facile, pas de difficulté, dénivelés modérés, aucun portage à faire excepté les affaires de la journée. Par contre, il est important d'être bien équipé en hiver et de prévoir des affaires suffisamment chaudes et des chaussures de marche confortables.

## **Prix par personne (base minimum de 5 participants) : 25€/pers/jour**

⇒ Ce prix comprend :

- ✓ Le repérage et la prise d'informations concernant l'itinéraire.
- ✓ L'encadrement par un accompagnateur en montagne Diplômé d'Etat.

⇒ Il reste à la charge des participants :

- ✓ Les frais de transport pour se rendre sur place chaque jour.
- ✓ L'hébergement et les frais de repas si séjour.
- ✓ Les consommations diverses.

La réservation ne sera effective qu'à réception des arrhes, dont le montant est fixé à 50% du montant total.

**A expédier à :**

**Jean CAPITANT**

**50 rue Geoffroy Saint Hilaire – les Asphodèles – 06110 Le Cannet**

\*NB : Une confirmation vous sera envoyée par mail ainsi que des précisions sur le lieu de rendez-vous. Dans le cas où il n'y aurait plus de place le chèque vous serait restitué.