

LIVRET D'ACCUEIL HIVER 2022-2023

SPORTS

ANIMATIONS

DECOUVERTES

TEMPS FORTS

inspiration
VERCORS



Trièves
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

**Grèsse
Vercors**
1230 / 1750 m
#GRESSEENVERCORS



SKI ALPIN



Les 27 pistes, réparties sur deux secteurs (Pierre Blanche et Alleyrans), raviront les skieurs de tous niveaux. Profitez de la zone ludique et débutant autour du tapis roulant ! Plus d'informations au 04 76 34 30 04

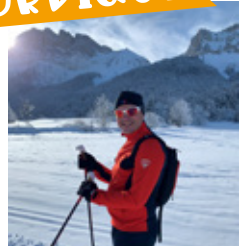
★ **HORAIRE D'OUVERTURE VACANCES DE NOËL & JANVIER** de 9h30 à 16h.

★ **HORAIRE D'OUVERTURE VACANCES D'HIVER** de 9h à 16h30.

SKI NORDIQUE

50 km de ski nordique se répartissent sur 8 pistes de tous niveaux. Les débutants s'initient dans la zone d'apprentissage ludique, les plus sportifs rallieront le col de l'Allimas.

★ **Le foyer nordique** vous accueille de 9h à 16h30 (Noël & janvier) et de 9h à 17h (fév-mars 2023) et vous conseille sur les itinéraires nordiques - 04 76 34 31 27



TARIFS

TARIFS SKI NORDIQUE

Séance Adulte journée	9 €
Séance Junior journée (5 à 20 ans)	5 €
7 jours consécutifs Adulte	40 €
7 jours consécutifs Junior (5 à 20 ans)	16 €

Liste exhaustive des tarifs,
la liste complète est disponible auprès des
remontées mécaniques, du foyer nordique
et de l'office de Tourisme, ou sur
www.gresse-en-vercors.com

TARIFS SKI ALPIN

	En semaine, du lundi au vendredi, hors vacances		Vacances Scolaires, week-ends & jours fériés	
	Tarif Réduits*	Tarif Normal	Tarif Réduits*	Tarif Normal
Matin	16 €	19 €	19 €	22 €
Après-midi	16 €	19.50 €	19.50 €	22.50 €
Journée	18 €	21 €	22 €	25 €
6 jours	83 €	97 €	109 €	130 €
Journée débutants (Pras- Bessards- Tapis)	15.50 €		17.50 €	

*Réduits : Forfait - de 18 ans, étudiant - de 25 ans avec justificatif et plus de 70 ans

RAQUETTES



ITINÉRAIRES DE RAQUETTES À NEIGE | INFO 04 82 62 63 50

8 circuits raquettes sont balisés, de la petite balade facile pour faire le tour du village, jusqu'à la randonnée sportive vers l'alpage du Serpaton, il y en a pour tous les goûts ! Procurez-vous le plan gratuit auprès du point d'informations touristiques, des remontées mécaniques & du foyer nordique.

Attention, ces circuits sont partagés avec le Fat Bike (VTT sur neige) et les Trotinettes Électriques Tout Terrain. Partageons avec courtoisie l'espace de pratique !

ECOLE DE SKI



L'ESF DE GRESSE EN VERCORS | www.esfgresseenvercors.com

L'ESF vous propose tous les jours des cours de ski alpin, ski nordique et snowboard. Leçons particulières de 3 à 99 ans, Cours collectifs pour les enfants dès 4 ans. Venez progresser en suivant les conseils de moniteurs passionnés. Cours collectifs débutants adultes / cours collectifs ski de fond / Leçons particulières sur réservation.

INFOS & INSCRIPTIONS : 04 76 34 32 33 | contactesfgresse@gmail.com

Cours collectifs

- › Vacances de Noël : du Lundi au Samedi
- › Vacances d'hiver : du Dimanche au Vendredi

	Horaires	Tarif
Vacances Noël / 1 ^{er} An	10h00 - 12h00 (2h) 13h30 - 15h30 (2h)	› Enfants (4 à 15 ans) : 130,00 € › Adultes (à partir de 16 ans) : 140,00 €*
Vacances Hiver	10h00 - 12h00 (2h) 13h00 - 15h00 (2h) 15h00 - 17h00 (2h)	

* : Insigne inclus

- › Club Plou-plou : 4 - 5 ans
- › Cours débutants : de 6 à 12 ans
- › De l'oursin à l'étoile d'or



Leçons particulières

- › Ski Nordique
- › Ski Alpin
- › Snowboard
- › Biathlon

Modalités	1 h
Basse-saison (hors vacances scolaires)	› 1 à 2 personnes : 45,00 € › 3 à 4 personnes : 55,00 € › Pack 5 leçons** : 200,00 €
Haut-saison (vacances scolaires)	› 1 à 2 personnes : 55,00 € › 3 à 4 personnes : 65,00 €
Groupe, Scolaires, Séminaires...	› Devis sur demande

** : Basse saison uniquement

LOCATION



LOCATION DE MATÉRIEL

★ MAGASIN GRILLET SPORTS | www.grillet-sports.com

Tous les jours à la station, de 8h45 à 17h45

Location de matériel : Skis alpin, skis de fond, skis de randonnée... Snowboard, luges, raquettes, yooner... Fat bike, vélos à assistance électrique...

Boutique : textile, chaussures, accessoires, cadeaux, souvenirs, décoration...

INFOS : 04 76 34 30 12 | info@grillet-sports.com

★ LE FOYER NORDIQUE | www.gresse.nordique.com.sitew.com

hameau de la Ville, Les Centaurées, en face du départ des pistes de ski de fond.



Vente de redevances et location de matériel de ski de fond enfants et adultes, de raquettes à neige, pulka pour enfants. Prêt de fauteuil handisport. Zone de fartage (en adhérent à l'association). Association dont le but est de faire découvrir les activités sportives nordiques et d'améliorer l'activité ski de fond. Merci de nous soutenir : adhésion de 5€

Tous les jours de 9h à 17h | INFOS : 04 76 34 31 27

NOUVEAU | LES SAMEDIS | Gratuit | Rendez-vous au Foyer.

Cette saison, le Foyer Nordique propose une animation gratuite par des Moniteurs de ski de fond (Brevet d'Etat) tous les Samedis sur 2 horaires de 10h-11h30 et de 11h30-13h.

Découverte de la glisse en ski de fond sous forme d'ateliers ludiques, possibilité d'initiation au biathlon pour les plus habiles.

Inscription sur place ou par téléphone au 04 76 34 31 27.

Gresse
En Vercors
Animations

Les Activités Neige...

LUGE & SNOWTUBING



Découvrez le snowtubing, une nouvelle activité de glisse pour tous. Installé dans une bouée vous vous élancez sur une piste spécialement aménagée. Une fois parti plus moyen de freiner, en avant ou en arrière, ce n'est plus à vous de décider. Un tapis roulant ménagera vos efforts à la montée.

SUR RÉSERVATION | 04 76 34 30 04 | RDV à la station | TLJ de 9h à 16h30

TARIFS ★ Tapis roulant | ½ journée 8.50 € | journée 11.50 €

★ Snowtubing | 1h + bouée 7.20 € | 2h + bouée 9.50 €

(en janvier ouvert uniquement les mercredis, samedis et dimanches)

YOONER & LUGE

MAGASIN GRILLET SPORTS
LOCATION YOONER & LUGE

Grillet Sports vous propose à la location des luges pour les petits avec dossier, pour 1 personne ou pour 2 personnes. Découvrez également le Yooner, nouveau concept de glisse !

TARIFS SELON DURÉE | 04 76 34 30 12 | à la station | TLJ de 8h45 à 17h45
info@grillet-sports.com | www.grillet-sports.com



BUREAU MONTAGNE DE GRESSE | SNAKE GLISS

Activité ludique, conviviale, pleine de frissons en famille pour petits et grands. Descente sur un train de snakes articulés comme un serpent, encadré par un guide Accompagnateur en Montagne.

TARIFS Matériel et encadrement 15 €/pers | RDV à la station

LUNDI, MERCREDI & JEUDI | le matin de 9h30 à 11h30

SUR RÉSERVATION | 06 60 88 12 67 (Jean-Yves) ou 06 44 26 80 55 (Sevran)
gressemontagne@gmail.com

SNAKE GLISS



BIATHLON

L'ESF DE GRESSE EN VERCORS | BIATHLON

À la station | Matériel non fourni (Disponible au magasin Grillet Sports)

3, 2, 1 ... Tirez ! Entre amis ou en famille, venez vous défier au biathlon. Découverte du tir à la carabine laser, Initiation au ski nordique, course en ski + tir à la carabine laser.

TARIFS | 15€/adulte et 10€/enfant | 1h30 à 2h d'activités | dès 10 ans (sous réserve d'inscription)

INFOS ET INSCRIPTIONS | 04 76 34 32 33 - contact.esf.gresse@gmail.com



IS'AIR PARAPENTE | BAPTÊME DE PARAPENTE

isairparapente@gmail.com | Station de ski de Gresse en Vercors
(décollage de la piste de Pierre Blanche, atterrissage sur le front de neige)

Après avoir emprunté les remontées mécaniques pour accéder au sommet des pistes, laissez-vous glisser à skis et sentez le parapente vous porter. Vous survolez désormais la station de Gresse en Vercors ! Pour accéder au décollage, prévoyez forfait & matériel de ski.

TARIFS | 50€ le vol (option vidéo / photos à 20€)

INFOS ET INSCRIPTIONS | 06 28 64 43 59 / isairparapente@gmail.com

PARAPENTE



Les Activités Neige...

FAT BIKE



MAGASIN GRILLET SPORTS | LOCATION & SORTIES AVEC UN MONITEUR
FAT BIKE À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE | www.grillet-sports.com

04 76 34 30 12 | Magasin Grillet Sports à la station | info@grillet-sports.com

Le VTT des neiges et pas que!!! Pour amateurs ou vététistes confirmés. Taille minimum de la personne 1,50 m. Location en liberté avec GPS ou sorties avec Yohan (moniteur MCF) sur des parcours exclusifs.

★ **EN AUTONOMIE** | TLJ | **SUR RÉSERVATION** | les matins dès 9h ou les après-midis dès 14h

★ **AVEC NOTRE MONITEUR** | les dimanches (9h-11h30), les mardis (14h-16h30), les jeudis (9h-11h30)

TARIFS | en autonomie 49€ pour 2h30 | avec moniteur 78€/pers. (mini 4 pers)

BUREAU MONTAGNE DE GRESSE | SORTIES ENCADRÉES FAT BIKE | www.alpes-rando.com

Sorties en montagne autour de Gresse en Vercors à Fat bike sur réservation en fonction des conditions de la neige.

SUR RÉSERVATION | 06 60 88 12 67 (Jean-Yves) ou 06 44 26 80 55 (Sevran) gressemontagne@gmail.com

Durée 2h30 max | 45€/pers. (hors location). Location du Fat Bike au Magasin Grillet Sports, à la station



TROTTINETTES ELECTRIQUES



Nous vous proposons plusieurs circuits à Gresse-en-Vercors. Nos parcours qui alternent passages en forêt et étendues de champs vous feront découvrir les paysages sauvages du Parc Naturel Régional du Vercors.

TLJ pendant les vacances scolaires, puis tous les WE et le mercredi

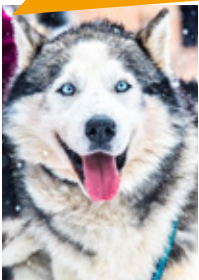
TARIFS à partir de 20€ | dès 12 ans | Départ du chalet du Golf au pied des pistes

SUR RÉSERVATION | Emmanuel GUIGET 07 86 64 90 31 - zetrott-trieves@gmail.com

Réservations en ligne directement sur le site internet www.zetrott.com

ZETROTT' OFF ROAD
TROTTINETTES ÉLECTRIQUES TOUT TERRAIN

CHIENS DE TRAINEAUX



L'ÂME NORDIQUE AVENTURES | Alexis CARPENTIER, diplômé d'Etat

RDV Côte Belette 38650 Gresse en Vercors. Au-dessus du parking des Dolomites

SUR RÉSERVATION | Tous les jours | 06 66 07 31 87 | www.ame-nordique-aventures.com

Nos fidèles compagnons à 4 pattes vous proposent de venir partager avec eux d'inoubliables moments. Vous aimez la nature, les chiens et vous souhaitez vivre une expérience unique en plein air, l'équipe sportive de l'Âme Nordique Aventures vous attend à Gresse en Vercors.

TARIFS | Tarifs 55€ par adulte et

35€ par enfant (-10 ans) à partir de 5 ans

Gresse
En Vercors
Animations

RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE

BUREAU MONTAGNE DE GRESSE

SORTIES AVEC DES ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE | www.alpes-rando.com

183 Chemin de la Garde Rolland - 38650 Gresse en Vercors

Sorties montagne "mode trappeur"; sur la connaissance de la faune de montagne et observation des empreintes. Randonnée "sensations" dans les pentes raides ou combes en toute sécurité, ou encore randonnée "grands espaces", dans des endroits somptueux et sauvages inédits. Sorties adaptées aux familles / à partir de 5 pers.

★ SORTIES NATURE TRAPPEUR | MARDI | 9h - 12h

★ RANDONNÉES SENSATIONS | MARDI | 14h - 17h

★ RANDONNÉE GRANDS ESPACES | JEUDI | 14h - 17h

★ NOCTURNE OBSERVATION DES ÉTOILES | JEUDI | Départ 18h - 20h et Dîner à l'auberge

TARIFS | ½ jour 25€/pers - journée 45€/pers | Raquettes & bâtons fournis | Repas Auberge 25€
SUR RÉSERVATION | 06 60 88 12 67 (Jean-Yves) ou 06 44 26 80 55 (Sevran) gressemontagne@gmail.com



AIGUILLETTE LODGE | RANDO VERCORS | RANDO YOGA | Accompagnatrice en Montagne

Devant Aiguillette Lodge 70 chemin de la Rivoire, 38650 Gresse en Vercors



Randonnez dans une montagne préservée, et pratiquez le yoga de l'énergie. Au cours de pauses, écoutez, ressentez les éléments puis recentrez-vous, détendez vous. Apprenez des postures et des enchaînements pour une pratique quotidienne.

SUR RÉSERVATION | HÉLÈNE 06 03 11 39 99 (SMS)

helene.levadoux@hotmail.com - www.aiguillettelodge.com

LUNDI & VENDREDI | 9h - 12h | TARIFS 40€/pers | dès 12 ans

Randonnée découverte à la journée sur demande

L'ÂME NORDIQUE AVENTURES | CANI-RAQUETTES NOCTURNE

Alexis CARPENTIER, diplômé d'Etat

RDV	Côte	Belette	38650	Gresse	en
Vercors.	Au-dessus	du	parking	des	Dolomites

A la tombée de la nuit, laissez-vous guider par les bruits de la forêt en compagnie de nos chiens de traîneau. Vous êtes équipés d'une ceinture lombaire reliée au harnais du chien, des raquettes aux pieds et une frontale. Un moment de partage et de complicité unique avec le chien qui vous accompagne. Matériel fourni.

SUR RÉSERVATION | LES JEUDIS à 17h30 | 06 66 07 31 87 | www.ame-nordique-aventures.com

TARIFS | Tarifs 35€ par adulte et 30€ par enfant (-10 ans) à partir de 8 ans



L'E.S.F. DE GRESSE EN VERCORS | esfgresseenvercors.com



Nous vous proposons de partir à la découverte de nos magnifiques paysages. Accompagné(e) d'un moniteur diplômé, vous découvrirez un milieu riche et unique au cœur d'une nature préservée. Après ski randonnée raquette nocturne avec surprise ou après ski hockey ski de fond. De 1h30 à 2h d'activité. Matériel non fourni.

RANDONNÉE RAQUETTE NOCTURNE | jour à définir en fonction de la météo
HOCKEY SKI DE FOND | sur demande

TARIFS | 15€/adulte - 10€/enfant (à partir de 10 ans)

INFOS & INSCRIPTIONS | 04 76 34 32 33 - contact.esf.gresse@gmail.com

MARC VANPÉ | GUIDE DE HAUTE MONTAGNE UIAGM | SORTIE SUR DEMANDE

06 14 05 24 69 - www.vercors-guide.com



Je vous propose une véritable immersion dans la montagne hivernale. Nous construirons ensemble le programme de votre aventure. Possibilité de sorties sur plusieurs jours. Raquette à neige, nuit en refuge, bivouac ou igloo Prêt des raquettes à neige, des bâtons et du matériel de sécurité. En fonction de vos envies, des conditions du moment et de votre forme physique

TARIFS | 140€ la ½ journée, 280€ la journée ou bivouac.

Tarif variable selon l'activité et le nb de personnes

BUREAU DES GUIDES DU MONT AIGUILLE | RANDONNÉES EN RAQUETTES À NEIGE

Randonnées en raquettes à neige dans la réserve naturelle des hauts plateaux du Vercors ou sur les rochers du Baconnet. Possibilité de bivouac.

SORTIE SUR DEMANDE | TARIF selon durée | 06 22 44 30 62

ASCENSION M^t AIGUILLE

MARC VANPÉ | GUIDE DE HAUTE MONTAGNE UIAGM

06 14 05 24 69 - www.vercors-guide.com



Avec ou sans neige, je vous propose une véritable immersion dans la montagne hivernale. nous construirons ensemble le programme de votre aventure. Ascension du Mont-aiguille, cascade du Pas de l'Aiguille, arête NE du petit Veymont, goulotte de l'arche...

En fonction de vos envies, des conditions du moment et de votre forme physique

TARIFS | 360€ la journée | Tarif variable selon l'activité et le nb de personnes | Prêt du matériel technique

BUREAU DES GUIDES DU M^t AIGUILLE

Ascension du Mt Aiguille en version hivernale à la journée (2 personnes max, prêt de matériel inclus). Initiation à la cascade de glace à la journée, au socle du Mt-Aiguille ou en Oisans (6 personnes max, prêt du matériel inclus sauf chaussures).

TARIFS | 105€/pers en formule collective ou 400€ à l'engagement pour 1 à 4 pers. | Autres itinéraires : 400€ pour 1 à 2 pers.

SORTIE SUR DEMANDE | 06 22 44 30 62

CASCADE DE GLACE

Gresse
En Vercors
Animations

SKI DE RANDONNÉE



ITINÉRAIRES PARCOURS SKI DE RANDONNÉE

www.isereoutdoor.fr | 04 76 34 30 04

Découvrez nos 5 NOUVEAUX ITINÉRAIRES DE SKI DE RANDONNÉE sur Gresse en Vercors. Au départ de la station, retrouvez avec un balisage jaune 2 parcours sur le secteur des alleyrans (peu difficile et difficile) et 1 parcours sur le secteur Pierre Blanche (facile) et 2 nouveaux parcours à venir sur le même secteur.

L'E.S.F. DE GRESSE EN VERCORS | esfgresseenvercors.com

Ski de randonnée pour débutants comme pour confirmés. Matériel non fourni (disponible au magasin Grillet Sports). Après ski initiation recherche de victimes en avalanche.

★ SKI DE RANDONNÉE engagement 3h | INITIATION RECHERCHE DE VICTIMES 1h30 à 2h d'activités (sous réserve d'inscription)

TARIFS | SKI DE RANDONNÉE À PARTIR DE 165 €
INITIATION RECHERCHE DE VICTIMES 15€/adulte et 10€/enfant (dès 10 ans)
INFOS & INSCRIPTIONS | 04 76 34 32 33 - contact.esf.gresse@gmail.com



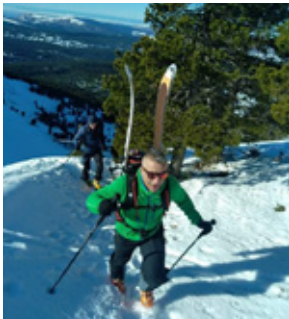
MARC VANPÉ | GUIDE DE HAUTE MONTAGNE UIAGM 06 14 05 24 69 - www.vercors-guide.com



Ski hors piste sur le domaine de Gresse. Initiation au rocher du Baconnet, sommet de Pierre-Blanche, Pas de Bachassons ou encore L'alpage du Serpaton, pistes forestières, traversée des hauts plateaux du Vercors sur 3 jours... Prêt du matériel de sécurité, location du matériel chez Grillet sport.

En fonction de vos envies, des conditions du moment et de votre forme physique

TARIFS | 160€ la ½ journée, 300€ la journée. Tarif variable selon l'activité et le nb de personnes



BUREAU DES GUIDES DU M^T AIGUILLE

Initiation au ski de randonnée au rocher du Baconnet. Prêt du pack DVA/pelle/sonde inclus (location skis & chaussures à prévoir en supplément chez Grillet Sports).

SORTIE SUR DEMANDE | 06 22 44 30 62

TARIFS | à partir de 50€ / pers.

LES VISITES



STATION GRESSE EN VERCORS

USINE À NEIGE & GARAGE DAMEUSE

Découverte de la fabrication de la neige de culture directement dans la salle des machines, du garage, des machines et du passionnant métier de dameur.

MERCREDI | 10h45 | Gratuit | à la station | Infos 04 76 34 30 04

VISITE DE LA FERME & PROMENADES EN ÂNES | FERME DU GRAND-VEYMONT



06 83 23 59 36 - 06 78 73 51 56 | www.lafermedugrandveymont.com

Découvrez les chèvres, les boucs, les brebis, les bœufs, la traite et le fonctionnement d'une exploitation labélisée Agriculture Biologique. Une dégustation des fromages élaborés sur la ferme vous sera proposée. Randonnée avec les ânesses et/ou le poney en autonomie.

SUR RÉSERVATION | horaires à définir en fonction des réservations

★ VISITE PÉDAGOGIQUE (1h env) | TARIFS Adultes 7€ - Enfants 5€

★ LOCATION D'ÂNE OU PONEY | à partir de 20€



AIGUILLETTE LODGE | POTERIE VERCORS/ POTERIE & VISITE

RDV Aiguillette Lodge (70 chemin de la Rivoire, 38 650 Gresse-en-Vercors) Découvrez la poterie et les grandes étapes de la céramique. Fabriquez une pièce en argile rouge: mug, tasse, bol, assiette.. en pincé, en plaque, en colombin, au tour (cuisson après séchage).

Visite de l'atelier et de la boutique, démonstration.

★ Découverte | LUNDIS & VENDREDIS | de 14h à 16h (autres jours sur demande)

★ Visite | LUNDIS & VENDREDIS | de 16h15 à 18h (autres jours sur demande)

TARIFS | Découverte poterie : 40€/pers. | Visite : 3€/pers. | Atelier privé (pour 4/5 pers) possible lors d'une séance de 2 ou 3h (20 €/h/pers.)

SURRÉSERVATION | HÉLÈNE 0603 11 3999 (sms) - helene.levadoux@hotmail.com | www.aiguillette lodge.com

INDISTANCES PHOTOGRAPHIES | www.indistancesphotographie.fr

SÉANCES PHOTO « les Wild Sessions »

Profitez de vos vacances à la montagne pour vous offrir une séance photo entre amis, en famille ou en couple. Mini stages Initiation photo et Cyanotype sur demande.

Tous les jours sur RDV | Lieu à définir ensemble | Séances à partir de 75€

SUR RÉSERVATION | 06 87 12 25 44 - contact@indistancesphotographie.fr

SEANCE PHOTO



ESCALAD'ARBRES

ESCALAD'ARBRES | BUREAU DES GUIDES DU M^T AIGUILLE | 06 22 44 30 62

Activité de grimpe ludique sur des grands pins. A la station de ski dès 6 ans.

SUR RÉSERVATION (activité en fonction de la météo) | Minimum 4 participants

Tarif 25€/pers (matériel inclus)

Groupe adultes et/ou enfants : 160€ (la 1/2 journée)

Gresse
En Vercors
Animations

LES EXPOSITIONS

LA GRANGE AUX LOUPS | EXPOSITION & VENTES | 04 76 34 11 08

Exposition et vente des vêtements et accessoires faits mains avec la laine de nos chèvres mohair et des produits locaux fabriqués avec les fruits et légumes du jardin (confitures, chutneys, friandises, miel, jus de pommes...).

TOUS LES APRÈS MIDIS | 14h - 18h

Entrée libre | Hameau de La Bâtie



L'ARTELIER | EXPOSITION & COURS

SUR RÉSERVATION | 06 34 55 64 00 | L'Artelier, Résidence les Dolomites

Cours d'aquarelle, pyrogravure, peinture sur bois verre tissus et porcelaine mandala Exposition entrée libre pour tous dès 5 ans.

OUVERT TOUS LES JOURS | 10h - 12h & 15h - 19h

TARIFS de 6€ à 10€ selon la technique matériel fourni



GALERIE | ATELIER ROCHE ROUSSE |

06 86 40 96 84 - philippe.jean-marie@orange.fr

Jean-Marie Philippe ouvre son atelier et ses 3 salles d'exposition aux visiteurs. Il organise sur demande des ateliers d'art pour enfants et familles. Peintre de montagne, il expose ses toiles, aquarelles et carnets de voyages, et invite occasionnellement d'autres artistes plasticiens et artisans locaux.

Sonnette à proximité. Téléphoner de préférence avant de vous déplacer

Au village - 5, chemin de Serre Monnet

TARIF | Entrée libre et gratuite

Ouverture sur demande | Au village | Gratuit

ASTRONOMIE



ASTRIÈVES | ACTIVITÉS D'INITIATION À L'ASTRONOMIE

06 43 77 87 55 | RDV Résidence des Dolomites | Sans réservation

TARIFS | 7 ans et +: 3€, 16 ans et +: 5€ | Accueil limité à 50 pers.

Lecture du ciel avec des pointeurs laser pour découvrir les constellations, observation du ciel profond à l'aide de télescopes: planètes, nébuleuses, amas d'étoiles, galaxies, nébuleuses planétaires...

Pour les petits et les grands! S'habiller chaudement !

SOIRÉES D'OBSERVATION à l'observatoire du Trièves, résidence Les Dolomites au-dessus de la piscine.

- ★ LES LUNDIS 19, 26 & LES MERCREDIS 21, 28 décembre | 20h30
- ★ LES LUNDIS 6, 13, 20 et 27 février | 20h30
- ★ LES MERCREDIS 8, 15 et 22 février et le 1er mars | 20h30

SOIRÉE NEIGE & AVALANCHES

Muriel, pisteur secouriste à la station, vous fera découvrir les secrets de la formation de la neige, des avalanches et la vie de la station de ski (secours, damage...). Venez lui poser vos questions !

LUNDI | 18h | au cinéma Le Scialet (résidence Les Dolomites) | Gratuit



CINEMA

CINÉMA LE SCIALET | SÉANCES / CONFÉRENCES / VEILLÉE

04 76 34 28 32 - scialetkdm@gmail.com | Résidence Les Dolomites



Ce cinéma numérique de 150 places, vous propose des séances les samedis soirs toute l'année, et jusqu'à 4 séances hebdomadaires durant les vacances scolaires.

Hors vacances scolaires : Les samedis à 20h30, et les derniers samedis de chaque mois à 18h00 pour une séance enfant. Pendant les vacances scolaires : Les mardi et samedis à 20h30, les mercredis et vendredi à 18h00.

TARIFS 7€ + 14 ans, 4€ - 14 ans | Carte abonnement 10 entrées (+14 ans), valable 2 ans : 55€



**GRESSE EN VERCORS ANIMATIONS EST UNE ASSOCIATION
DE GRESSE EN VERCORS QUI VOUS PROPOSE
DES ACTIVITÉS ET ANIMATIONS
PENDANT LES VACANCES DE NOËL ET D'HIVER
À DES TARIFS PRÉFÉRENTIELS.**

CONSTRUCTION D'IGLOO | www.trieives-vercors.fr

Fabrication collective d'un véritable igloo, pelles à neiges
et caisses sont fournies.

GRATUIT | Pas d'inscription

Rdv à la station, chalet des animations | **Tout Public**

VACANCES DE NOËL ET D'HIVER : MERCREDI 14H

INFOS | 04 82 62 63 50 - contact@trieives-vercors.fr

IGLOO



BALADE NOCTURNE

BALADE NOCTURNE EN RAQUETTE | www.trieives-vercors.fr

Sur le chemin du crépuscule, nous partagerons une
expérience magique à la découverte du monde de la nuit
avec une balade sensorielle, ludique et non sportive.

TARIFS 7 €/pers (sans raquettes mais possibilité de prêt)

RDV parking haut des Dolomites | **Tout Public** | Dès 6 ans

VACANCES DE NOËL : MERCREDI 17H

VACANCES D'HIVER : MERCREDI 17H30

SURRÉSERVATION | 04 82 62 63 50 - contact@trieives-vercors.fr



ANIMATION

ATELIER CRÉATIF organisé avec la ressourcerie l'Etrier de Monestier

Réalisations : bijoux et porte-clés - cadres pêle-mêle -
panières décoratives - attrapes rêves

VACANCES D'HIVER (dès le 4 février) : MARDI DE 15H À 17H

Tarif : 5 € / personne

Salle du grand veymont | maxi 10 personnes enfants /adultes

SUR RÉSERVATION | **Rebecca Zoubrinetzky (Animatrice)**

06 26 63 34 89 rebecca.letrier@gmail.com



MASSAGE

DECOUVERTE DES MASSAGES BIEN-ÊTRE EUTONIQUES

ASSOCIATION LA VIEILLE FOURCHE | Michel MARCHAND
praticien certifié 06 86 55 86 46 / assolvieillefourche@gmail.com

Les massages Bien-être apportent relaxation et harmonie dans un cadre confortable. Un large éventail de massages est proposé à travers les vêtements ou directement sur les parties découvertes. Ils sont réalisés avec présence, attention et respect.

TOUS LES JOURS | SUR RDV | Prix libre | **Chalet la vieille fourche**
238 chemin de roche Rousse Gresse-en-Vercors (près du cinéma)



MICHÈLE MIGNOT | **MASSAGE** | www.michelemignotmassage.com

Michèle Mignot vous propose ses soins et massages personnalisés. Venez découvrir le SPA des Gélinittes, à quelques pas de l'hôtel Restaurant « Le Chalet ». Un magnifique lieu pour s'abandonner au lâcher-prise et vous permettre de profiter pleinement de vos vacances...

SUR RÉSERVATION | 06 13 01 12 05 reflexo.mignot@gmail.com

TOUS LES JOURS | À partir de 60 €

RDV Les Gélinittes Hôtel-Restaurant le Chalet 38650 Gresse-en-Vercors
Accès au SPA uniquement si massages : supplément 20 € (peignoirs & serviette fournis)

MARION REMY | **VOYAGES À PORTÉE DE MAINS** | **MASSAGES BIEN-ÊTRE & SOPHROLOGIE**



Massage Intuitif: massage 100% personnalisé, massage prénatal, massage du randonneur: massage des muscles en profondeurs et étirements. Massage Amma assis: un boost d'énergie en 20 min (4 pers minimum). Séance sophrologie détente. Huiles de massage fabriquées à Gresse en Vercors par "Naturellement cosmétique".

TOUS LES JOURS sur rdv uniquement à domicile (ou au cabinet situé à Monestier de Clermont)

Tarifs: 60 Min 65€ | 75 Min 75€ | 90 Min 90€ | massage Amma assis 20€/pers | sophrologie 1h 50€

06 36 66 55 44 - contact@voyagesaporteedemains.com | www.voyagesaporteedemains.com

YOGA

YOGA À LA MONTAGNE | www.montaignulleyoga.com

SUR RÉSERVATION | 06 73 57 81 31 montaignulleyoga@yahoo.fr



Découvrir ou approfondir le Yoga. Venez détendre vos muscles après le ski, retrouvez des jambes fortes, un bassin souple. Gagnez en flexibilité physique et mentale. Apprentissage de techniques de respirations pour délier le dos et les épaules. Venir avec une tenue confortable, tapis à disposition.

★ **YOGA AVEC VUE SUR LES MONTAGNES** | À partir de 10€ par pers.

★ **YOGA "FORCE ET STABILITÉ"** Cours particuliers, dès 4 pers | à domicile ou en salle | 60€

Enfants sous la responsabilité de leurs parents (à partir de 8 ans)

ANNE-GAËLLE BAEUMLER | **RÉFLEXOLOGIE - YOGA ADULTES ET ENFANTS** | www.buissonniere.fr

Auberge Buissonnière, au village | 06 99 52 83 83 - hotel.buissonniere@gmail.com

Anne-Gaëlle, Professeure de Yoga et Praticienne en Naturopathie - Réflexologie, vous propose des séances de bien être pour rééquilibrer l'organisme, apaiser le stress, les différentes tensions par une approche complète avec des techniques telles que la réflexologie et le Yoga.

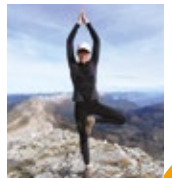
SUR RESERVATION | Séance de Yoga et de réflexologie sur RDV uniquement

Yoga enfants 4-5 ans le mercredi de 10h00 à 10h45

Yoga enfants 6-9 ans le mercredi de 11h00 à 12h00

Yoga adultes le mercredi de 19h00 à 20h00

TARIFS | réflexologie à partir de 60€ la séance et de 11€ le cours enfant et 14€ cours adulte



**Gresse
En Vercors
Animations**

RESTAURANTS

L'Auberge Buissonnière (Village) | 04 76 34 37 28
Aux P'tits Légumes snack local | 07 81 29 27 13
(au bout du parking du domaine skiable)
Le Chalet (Village) | 04 76 34 32 08
La Chicholière (Village) | 04 76 34 33 70
Le Laupet (Les Centaurées) | 06 21 43 02 72
Le Sun Valley (la Station) | 04 76 34 39 34
La Grange aux Loups (la Bâtie) | 04 76 34 11 08
(salon de thé et petite restauration))

COMMERCES

Boulangerie Jullien | 04 76 34 30 76
Epicerie Les Dolomites | 04 76 34 20 04
Epicerie fine L'Auberge Buissonnière | 04 76 34 37 28
Grillet Sports | 04 76 34 30 12
Ferme du Grand-Veymont | 06 78 73 51 56
Oxygène Coiffure | 04 76 34 30 42
Laverie automatique (rés. Les Centaurées)

AUTRES

TOILETTES PUBLIQUES | Maison du Grand-Veymont

MAIRIE | 04 76 34 31 94

AGENCE POSTALE COMMUNALE | du lundi au vendredi | 08h30 à 11h15 | 04 76 34 31 00

NOUVEAU LA PISCINE COWORKING | un espace dédié, ouvert à tous | www.lapiscineco.work - 07 55 67 94 82

RETIRER DE L'ARGENT

- ★ Point Vert du **Crédit Agricole** : Magasin Grillet Sports (la Station) pour un retrait d'argent liquide
- ★ Clients de **La Banque Postale** : Agence postale communale de Gresse

LES MARCHÉS DU TRIÈVES ET DES ALENTOURS

DIMANCHE MATIN & MERCREDI APRÈS-MIDI

Monestier de Clermont,

LUNDI MATIN - Gresse en Vercors

(parking boulangerie)

MERCREDI 16h-19h - Vif

VENDREDI MATIN - Vif

SAMEDI MATIN - Mens

SUR MONESTIER (13km de Gresse en Vercors)

RETIRER DE L'ARGENT : Crédit Agricole et La Poste

STATION ESSENCE : Monestier de Clermont, elle fonctionne 24h/24h | 04 76 34 14 08

TABAC - PRESSE - LOTO : CHALVIN René | 04 76 34 02 16

TRANSPORTS

Gare SNCF Monestier de Clermont - 36 35

Taxi Bouzac | 04 76 34 30 81 / 06 85 69 10 20

Ambulances du Trièves | 04 76 34 18 00

Taxi Allo Stéph | 06 85 65 14 41

PHARMACIE : 04 76 34 07 18 Monestier de Clermont

MÉDECINS : ★ Maison médicale (Monestier de Clermont) | 04 76 34 03 31
★ CUGNOD Patricia (Monestier de Clermont) | 04 76 34 18 42

Bulletin Météo France | 08 99 71 02 38





LE PÈRE NOËL...

LE PÈRE NOËL SERA PRÉSENT LE 24 DÉCEMBRE À 17H, À GRESSE EN VERCORS POUR LE PLAISIR DES ENFANTS !

- ★ Film pour enfants suivi d'une distribution de papillotes avec le père Noël et ses ânes (gratuit)! 17h45 : arrivée du Père Noël
- ★ cinéma le Scialet, Montée des Dolomites, à Gresse-en-Vercors.

VEILLÉE SPÉCIALE

VEILLÉE SPÉCIALE "PETITES ET GRANDES HISTOIRES DE LA HAUTE VALLÉE DE LA GRESSE DE 1852 À 1966"

MARDI 20 & VENDREDI 30 DÉCEMBRE | 18H00 | GRATUIT | Cinéma le Scialet, Montée des Dolomites

DESCENTE AUX FLAMBEAUX



LES JEUDIS DES VACANCES SCOLAIRES

GRATUIT | Front de neige (pied de la station de ski) | SANS INSCRIPTION

Venez assister à la féérique descente aux flambeaux à la station !

- ★ RDV Jeudi 22 et 29/12 à 17h15 au pied du téléski avec ses skis
- ★ RDV Jeudi 9/16/23/02 et 02/03 à 18h30
- ★ - 14 ans, vente de flambeaux leds 2€
- ★ + 14 ans, prêt de flambeaux à leds (avec pièce d'identité ou chèque de caution de 60€/flambeau)

À partir du niveau 2^{ème} étoile pour participer

Vin chaud et chocolat chaud offerts par Gresse en Vercors Animations. Habillez-vous chaudement ! *Sous réserve des conditions météo*

NORDICK ATTACK

SAMEDI 18 FEVRIER 2023 | LA NORDIK ATTACK !!

1^{ère} édition d'une fête interplanétaire du ski nordique à Gresse en Vercors : LA NORDIK ATTACK !!

organisée par l'association « Bouge et Glisse à Gresse »

2 COURSES, 2 AMBIANCES GALACTIQUES : à vos spatules pour une journée sportive, conviviale et surprenante!!

★ PROGRAMME DE LA JOURNÉE

MATIN | courses individuelles de distances (10km, 5km, 2km)

APRÈS-MIDI | mini-olympiades à ski enfants/adultes par équipe : tir, relais, saut, vitesse, ski-cross, montée infernale et autres aventures spatiales...

Fart et sérieux facultatifs, déguisement apprécié. Possibilité de petite restauration martienne sur place.

★ 2 FORMULES | LA COMPLÈTE : course individuelle du matin + mini-olympiades par équipe l'après-midi
| L'UNIQUE : course du matin ou mini-olympiades de l'après-midi

Renseignements : nordikattack@gmail.com et 06.78.71.96.90 inscriptions : nordikattack.site.w.fr

Prêt à décoller ? Yaplu K skier!!

