

# Activités encadrées

## du Pays du Haut-Doubs



1er au 31 Janvier 2025



**Montagnes du Jura**  
TOUT UN MONDE DEHORS

AIN  
DOUBS  
JURA

RÉGION  
BOURGOGNE  
FRANCHE  
COMTÉ

# ACTIVITÉS ENCADRÉES

Laissez-vous guider et découvrez nos secrets ...

## Participation à un atelier couture à partir de textiles délaissés



€ : à partir de 15 €

Rés : - 06 87 49 59 73 -  
kecharacreations.fr/

Créez vos accessoires et vêtements à partir de tissus délaissés !

25300 LES ALLIES | Kechara Créations

## Initiation Hatha Yoga et Méditation



€ : 11 €, 20 €

Rés : - 06 32 35 82 05

Exercices respiratoires, postures tout niveau et tout âge, méditation guidée. Atelier, soit 1h de méditation ou yoga, ou 2 h confondues, soit yoga et méditation. Forfait 3 mois ou forfait 6 mois. Inscription limitée à 8 personnes. Priorité aux participants qui s'inscrivent aux 2 ateliers.

25300 PONTARLIER | La Tisanerie

## Ateliers Yoga



€ : à partir de 30 €

Rés : - 06 70 62 17 90 -  
www.helloasso.com/associations/association-hopi-yoga

Offrez-vous une pause dans votre quotidien et vivez l'expérience d'une belle pratique de 3h. Pour ceux qui le souhaitent, un moment de convivialité autour d'un thé sera proposé après la séance. L'atelier est ouvert à tous, les personnes extérieures sont également les bienvenues.

25160 MALBUISSON | Salle du temps libre

## 6ème rencontre nationale de ski de randonnée sur le massif du Jura



€ : 160 €

Rés : - cafhautdoubs.ffcam.fr/

Le Club alpin français du Haut Doubs organise le 6ème rassemblement national de ski de randonnée nordique, labellisé « Grand parcours » par la FFCAM, à Jougne (Doubs) Ce rassemblement de skieurs nordiques est ouvert à tous les publics, licenciés et non licenciés. Ces derniers souscriront à une...

25370 JOUGNE | Jougne

## Stage "Préparation Grande Courses"



€ :

Rés : 03 81 69 10 85 -  
www.glissesnordiques.fr/

Stage de perfectionnement proposé à tous les skieurs désirant se préparer aux grandes courses populaires, en classique ou en skating

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Stage "Skating perfectionnement"



€ :

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Stage de perfectionnement proposé à tous ceux qui pratiquent le patinage ou qui ont acquis le niveau skating découverte. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Stage de skating découverte



€ :

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Stage d'initiation proposé à tous ceux qui débutent le skating mais qui pratiquent déjà une activité de glisse. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | GLISSES NORDIQUES

### Stage "Classique perfectionnement"



€ : 140 € - 150 €

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Stage de perfectionnement en classique pour ceux qui ne sont pas débutants en ski nordique (pratique antérieure du skating ou du classique). Sur résa

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Stage en classique : Découverte classique



€ : 115 € - 125 €

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Stage d'initiation qui est proposé à tous ceux qui débutent le ski ou qui n'en ont pas fait depuis très longtemps. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Stage "Ado 1ère glisse"



€ : 82 € - 92 €

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Ce stage, en classique et/ou en skating, s'adresse aux jeunes débutant(e)s de 11-15 ans. 4 matinées du lundi au vendredi de 9h à 11h. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | départ des pistes de Chapelle des

### Stage "super glisse / skating jeune"



€ :

Rés : 03 81 69 10 85 -  
[www.glissesnordiques.fr/](http://www.glissesnordiques.fr/)

Stage de skating pour les jeunes skieurs de 11 - 15 ans ou 15-18 ans, ayant déjà une pratique du ski de fond. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Stage "Junior"



€ :

Rés : 03 81 69 10 85 -  
www.glissesnordiques.fr/

Stages pour skieurs de bon niveau, ateliers techniques et amélioration des performances de 7 à 10 ans. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Départ des pistes Chapelle des

### Stage "Moustique"



€ : 75 € - 85 €

Rés : 03 81 69 10 85 -  
www.glissesnordiques.fr/

Mini stage pour les enfants de 5-6 ans de 5 fois 1h30, du lundi au vendredi, de 11h à 12h30 ou de 14h à 15h30. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | départ des pistes de Chapelle des

### Stage "Mini-Moustique"



Rés : 03 81 69 10 85 -  
www.glissesnordiques.fr/

Mini stage pour les enfants de 4 ans de 4 fois 1h sur la semaine, du lundi au vendredi. Sur réservation

25240 CHAPELLE-DES-BOIS | Glisses Nordiques

### Randonnée - Les secrets du Morond



€ : 9 €

Rés : 03 81 49 20 00

Sommet de la station de Métabief culminant à 1419m, le Morond témoigne de la cohabitation possible entre activités de loisirs et qualité environnementale. Depuis 2014, les données recueillies par « l'observatoire environnemental » de la station permettent de vous proposer une balade au cœur de la...

25370 METABIEF | Devant le plan des pistes

### Visite des tremplins internationaux de saut à ski Chaux-Neuve



€ : 9 €

Rés : 03 81 49 20 00

Visites guidée sur les traces des grands champions. Découvrez l'univers du saut à ski à travers son musée, une application mobile et une borne tactile en plus des renseignements donnés par votre guide Troudix. Niveau : facile - Durée : 3h - Distance : 3km - Dénivelé : 150m. Recommandation :...

25240 CHAUX-NEUVE | RV Parking des tremplins

### Randonnée - Sur les traces des sons naturels - Entre Folkrore et Tradition



€ : 9 €

Rés : 03 81 49 20 00 - www.station-metabief.com

Partez à la découverte du « didgeridoo des montagnes » - le Cor des Alpes. Le Cor des Alpes est un instrument de musique à part entière célèbre pour ses sonorités incroyables. Entre " Sons et Yodles" vous apprendrez tous les secrets de cet instrument à vent. Durée : 3h. Distance : 3km. Dénivelé :...

25370 METABIEF | Devant le panneau de plan des pistes aux



# Haut-DOUBS

Montagnes du Jura



## OFFICE DE TOURISME

6 place Xavier Authier, 25370 METABIEF  
contact@destination-hautdoub.com

[WWW.DESTINATION-HAUT-DOUBS.COM](http://WWW.DESTINATION-HAUT-DOUBS.COM)



### MONTBENOÎT

📞 03 81 38 10 32

### PONTARLIER

📞 03 81 46 48 33

### MÉTABIEF

📞 03 81 49 13 81

### LES FOURGS

📞 03 81 69 44 91

### MALBUISSON

📞 03 81 69 31 21

### MOUTHE

📞 03 81 69 22 78

Horaires d'ouverture des bureaux  
consultables sur notre site internet.

SÉJOURS EN GROUPE

Notre service commercial dédié aux groupes vous propose des produits sur mesure et adaptés.  
Devis, renseignements et réservations : 03 81 49 29 93 | [sejour@destination-hautdoub.com](mailto:sejour@destination-hautdoub.com)