

Dossier de présentation

BUREAU

MONTAGNE DE LYON



**Randonnées, raquette à neige, marche
nordique, canyoning et VTT en Montagne
ou autour de Lyon**



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon

L'équipe de professionnels

L'équipe du **Bureau Montagne du Grand Lyon** est composée de huit **Accompagnateurs en Montagne**.

Nous sommes tous Educateurs Sportifs titulaires du Brevet d'Etat et de la **qualification Marche Nordique**. Certains d'entre nous sont aussi Guides de **Canyoning**, Moniteurs de **VTT** ou Educateur de **Grimpe Encadrée dans les Arbres**.

Chacun d'entre nous a développé des compétences personnelles en fonction de ses intérêts : faune, flore, usage des plantes, patrimoine, orientation, survie dans la nature, ...

Partir en randonnée avec les professionnels du Bureau Montagne c'est s'assurer de partir **en sécurité**, en **petits groupes** (maxi 15 personnes) **avec des Accompagnateurs compétents et passionnés** par leur métier.

Depuis maintenant **huit ans**, nous mettons en place **des programmes sur mesure** en fonction des souhaits et des contraintes de nos clients.

Nous sommes suffisamment souples et imaginatifs pour vous proposer des prestations adaptées aux lieux et aux thèmes que vous souhaitez. Nous sommes le **partenaire** pour la logistique et l'encadrement de **randonnées réussies**.

Nous ne sommes ni un club, ni une association mais une équipe de professionnels à votre service.



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon

Quelques exemples d'encadrement

AS MERIEUX

Depuis 5 ans nous encadrons des séances de **Marche Nordique**, régulièrement pour l'**Association Sportive de Mérieux**. Nos séances, par petits groupes, se déroulent au Parc de Lacroix-Laval et dans les Monts du Lyonnais.

Le **CFA BTP du Rhône** fait régulièrement appel à notre Bureau Montagne pour encadrer ses classes. Nos sorties sur le thème « la débrouille en pleine nature » ont été montées en partenariat avec le professeur d'Education Physique.



La **Mutuelle Alptis** fait appel à nos services dans le cadre de ses ateliers « Bien manger – Bien bouger ». Nous encadrons des ateliers sur le thème « plantes médicinales et comestibles ». Ceux-ci s'adressent à un large public familiale.



La **MJC Jean Macé (7^{ème} arrondissement)** avec laquelle nous organisons tous les 1^{ers} samedis du mois, une sortie où la thématique prime sur l'effort physique et tous les 3^{èmes} samedis du mois, une sortie pour randonneurs confirmés.

Nos valeurs sont **le respect de la nature et limiter notre empreinte carbone**. Nous privilégions **le co-voiturage** dans les déplacements. Nous restons dans la région Lyonnaise pour nos randonnées découverte et marche nordique.

Et nous allons sur des massifs proches de Lyon tels que les Bauges, le Jura, la chartreuse ou encore le Pilat pour nos randonnées alpines et raquettes.



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon

Les activités du Bureau Montagne

Nous proposons une palette d'activités en fonction des saisons et de vos envies.



La Marche Nordique

Une activité ludique et facile

C'est une activité dite « **de bien-être** » pratiquée dans nature. Elle consiste à marcher, d'une manière douce ou sportive, avec des bâtons* ultra légers, selon une technique particulière, comparable à celle du ski de fond et qui nécessite un apprentissage.

Des **exercices ludiques et techniques** permettent aux participants de maîtriser les bases de l'activité rapidement.

Idéal pour un groupe de **10 à 15 personnes** qui souhaite découvrir un nouveau sport.

**Les bâtons sont prêtés.*



Les randos naturalistes

Des **sorties pour mieux connaître et comprendre les différents milieux naturels** que nous traversons au gré de nos promenades.

Idéal pour un groupe de **marcheurs** qui souhaite s'initier à la

botanique, l'astronomie ou encore l'écologie.

L'**intention** de ce type de sortie est de vous proposer des **temps d'observation** de la faune et de la flore locales et de vous faire partager notre passion et nos connaissances de la **nature**.

Sur ½ journée autour de Lyon (Mont d'or, Monts du Lyonnais, Beaujolais...) ou 1 journée complète (Pilat et autres massifs proches de Lyon).



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon



Les randonnées alpines

Ces randonnées, **à la journée**, sont l'occasion de partir avec un objectif : un col, un sommet ou une traversée, sur **des itinéraires variés** et peu fréquentés. Nous découvrirons **les richesses de la faune et la flore dans nos massifs**

alpins ou encore de son patrimoine et sa géologie.

Les massifs privilégiés pour une journée sont : **la Chartreuse, le Pilat, le Vercors, le Jura, les Bauges** situés à (1h30 à 2h maxi de Lyon). Dépaysement garanti.

Groupe maxi par AMM : 15 personnes



Les raquettes à neige

L'hiver nous accompagnons des groupes sur des massifs autour de Lyon (Pilat, Jura, Chartreuse, Vercors et Bauges). Vous partez **en toute sécurité** avec un professionnel **hors des sentiers battus**. Le matériel peut être inclus dans le prix de la

prestation. Ce qui offre la possibilité de démarrer la randonnée de n'importe quel coin. Au cours de cette journée nous pouvons vous proposer : **des exercices de sécurité sur neige**, de **parfaire votre orientation** ou encore de **découvrir les traces et indices des animaux**,

Groupe maxi par AMM : 15 personnes



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon



Le VTT et le E-VTT

La découverte de nos territoires est encore plus ludique en VTT ! Apprenez à maîtriser votre VTT lors de séances « technique » pour encore mieux profiter des petites escapades à la 1/2

journée ou à la journée sur les sentiers des monts du Lyonnais et du Pilat. Et pourquoi ne pas vous lancer ensuite dans des aventures comme la traversée Saint Etienne -> Lyon de nuit, le tour du Mont Blanc, ou même le VTT sur Neige.



Le canyoning

Le canyon est une activité qui trouve sa place dans le programme du Bureau. Que ce soit dans des canyons ludiques ou techniques, la symbiose entre l'eau et la roche sont un mélange riche de sensations et de plaisirs, qui se traduira en toboggan, rappels, nage en eau turquoise ... Les sorties s'adressent soit à **un public néophyte ou familiale** qui trouvera son bonheur dans les **sorties Découverte** à proximité de Lyon, soit à un **public plus technique et exigeant** qui souhaite des **descentes, plus techniques, plus sportives, plus longues**. L'expérience de Raymond en ce domaine va bien au-delà des simples massifs alpins ou pyrénéens...



Ses propositions sur les massifs autour de Lyon (Bugey, Jura, Chartreuse, Vercors, Bauges, ...) correspondront avant tout à Plaisir, Intimité, Adaptation à votre niveau et Epanouissement... Vous partez **en toute sécurité** avec un professionnel **hors des canyons « battus »**. Le matériel technique est inclus dans le prix de la prestation.



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon

Nos références clients



Bureau Montagne du Grand Lyon
www.promontgrandlyon.org
info@promontgrandlyon.org
Tel : 07 68 86 65 60
BPMGL : 39 rue Vaubecour – 69002 Lyon