

Week ends thérapeutiques et sportifs



Le Barrhorn est le plus haut sommet "officiellement" praticable à pied des Alpes et accessible par un sentier balisé. Hormis la longueur de la marche et l'altitude, ce sommet est sans réelle difficulté.

Le décor et le panorama sont à la hauteur de l'effort fourni : Au terme d'un parcours esthétique et varié, pics et glaciers offrent une ambiance "haute montagne" dominé par les "4000" valaisans tels le Weisshorn et le Bishorn.

- Altitude départ : 1900m.
- Altitude sommet : 3610m.
- Dénivelée positive : 1750m
- Nuitée à la cabane de Tourtemagne (Turtmannhütte) à 2519m.

Départ samedi 23 août 2025 à 7h de Neuchâtel : transport commun.

Retour : dimanche 24 août début de soirée sur Neuchâtel.

Prix : 420.- (transport, guide de montagne et accompagnement holistique).

Le prix ne comprend pas : le pic nique ainsi que la nuitée et demi-pension en cabane :

100.- pour les non-membre CAS / 85.- pour les membres.

Départ assuré dès 6 inscriptions.

Renseignements et inscriptions :

sidonie.th@sunrise.ch

Tél : 078 647 51 25

Course préparatoire vivement conseillée pour le Spiritrek 2025



Week ends thérapeutiques et sportifs

Célébrez l'arrivée de l'été dans un cadre à couper le souffle !

Au programme : randonnée en montagne, respirations, yoga, méditation, acupuncture et conseils diététiques.

Course préparatoire pour le Spiritrek Népal 2025.

- **Quand** : Samedi 21 et dimanche 22 juin 2025
- **Où** : La Casita, Giétroz
- **Randonnée** visée : Le Cheval Blanc depuis Émosson / VS

Départ : 1970m

Arrivée : 2831m

Dénivelé : environ 1000m

Durée : environ 7 heures de marche

- **Prix** : 350.- avec un départ depuis région neuchâteloise.
- Groupe de 6-10 personnes
- Renseignements et inscriptions : sidonie.th@sunrise.ch

