

# Programme des Animations et des Activités

Office de Tourisme de Sixt-fer-à-Cheval

Du dimanche 17 février  
au vendredi 22 février

  
**SIXT**  
FER À CHEVAL



**Dimanche 17 février**

## **POT DE BIENVENUE**

**A PARTIR DE 11H**

### **DOMAINE SKIABLE DE SALVAGNY - ACCÈS LIBRE**

Venez découvrir les animations de la semaine autour d'un chocolat ou vin chaud offert par l'Office de Tourisme. **Pour les gourmands : dégustation de la raclette locale !**

## **LA GIVRÉE**

**A PARTIR DE 15H**

### **PLAINE DE LA GLIERE - ACCÈS LIBRE**

Une course d'obstacles ludique accessible à tous à parcourir le plus de fois possible ! Prévoir chaussures fermées et tenue de sport. Parcours accessible aux adultes et aux enfants de plus de 5 ans.

**Lundi 18 février**

## **MARCHE AFGHANE EN RAQUETTES AVEC QUINTESSENCE**

**DE 9H À 12H**

**RDV A DEFINIR AVEC L'ACCOMPAGNATRICE - TARIF : 24€**  
**INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 06 72 62 24 64**

La marche afghane offre au randonneur une expérience relaxante et quasi-méditative qui lui permet d'aller plus loin, sans fatigue...



## **CHASSE AU TRÉSOR SUR LES PISTES DE SKI**

**À PARTIR DE 14H**

**RDV À CÔTÉ DU RESTAURANT LE ROUET - SALVAGNY  
GRATUIT**

Viens résoudre l'énigme des Tootiz autour de Zinzo le dragon de Sixt-Fer-à-Cheval. L'animation est réservée aux skieurs.

## **MARCHÉ LOCAL ET DE PRODUCTEURS**

**A PARTIR DE 16H**

### **PLACE DE LA GARE - ACCÈS LIBRE**

Marché de produits locaux et artisanaux : un rendez-vous incontournable installé au coeur du village.

## **BROCANT'Ô LIVRES**

**L'APRÈS-MIDI DE 16H À 18H30.**

### **ESPACE CULTUREL - ENTRÉE LIBRE**

Grand choix de romans, docs, BD à acheter ou à échanger.

## **YIN YOGA AVEC PAULINE PISON**

**DE 18H À 19H30**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 15€**

### **INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

Yoga statique et méditatif par excellence, où l'immobilité physique appelle l'immobilité intérieure.



## **CYCLE CINÉ MONTAGNE : PROJECTION DU FILM**

**ORIGINE : LA FAUNE VENUE DU FROID**

**DÈS 18H**

**ESPACE « LA REINE DES ALPES » - ENTRÉE LIBRE**

Daniel Rodrigues, écologue et photographe animalier est parti à la rencontre des scientifiques spécialistes des espèces venues du froid..

**Mardi 19 février**

## **RANDONNÉE YOGA EN RAQUETTES AVEC QUINTESSENCE**

**DE 9H À 12H**

**RDV A DEFINIR AVEC L'ACCOMPAGNATRICE - TARIF : 24€**  
**INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 06 72 62 24 64**

Le yoga associé à la randonnée fait que la nature devient comme le miroir de notre Être profond. Quelle soit sauvage, douce, luxuriante, vous tenterez de vous mettre à son diapason.



## **ASHTANGA VINYASA YOGA AVEC PAULINE PISON**

**DE 10H À 11H30**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 15€**

### **INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

Yoga dynamique traditionnel qui allie le mouvement à la respiration (vinyasa) dans un enchaînement fluide qui développe la force et la souplesse du pratiquant. Ouvert à tous.



**Votre Office de Tourisme est ouvert du lundi au samedi de 9h à 17h  
et le dimanche de 9h30 à 16h30 - 04 50 34 49 36**

## VISITE GUIDÉE DU BOURG, DE L'ÉGLISE ET DE

### L'ABBAYE

**DE 10H À 11H30**

**RENDEZ-VOUS À L'OFFICE DE TOURISME**

**TARIF UNIQUE : 5€**

Découvrez l'histoire et le patrimoine du village à travers une visite au cœur de Sixt commentée par une Guide du Patrimoine.

## INITIATION AYURVÉDIQUE YOGA MASSAGE

**AVEC NICOLAS MATHOUT**

**DE 13H30 À 15H30**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 30€**

**INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

Cet atelier découverte est organisé afin de se familiariser avec la méthode de massage «Ayurvédique Yoga Massage».

## CARNAVAL DE MORILLON - VERCHAIX

**DÈS 14H**

**MORILLON VILLAGE**

Les habitants des villages de Verchaix et Morillon se mobilisent pour offrir aux petits & grands vacanciers un Carnaval dans la pure tradition.

## BIATHLON AVEC L'ESF DE SIXT-FER-À-CHEVAL

**DE 14H À 16H**

**RDV PARKING DU MOLLIET OU JOUX PLANE SUIVANT**

**L'ENNEIGEMENT - TARIF : 32€**

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 04 50 34 47 78**

A partir de 12 ans, carabines à air comprimé fournies. Prévoir forfait de ski de fond et location matériel skating ou classique pour la sortie. Minimum de 6 inscrits.

## JEU DU YOGA POUR LES ENFANTS

**AVEC ARBOR&SENS**

**GROUPE 5/7 ANS : DE 16H À 16H45**

**GROUPE 8/12 ANS : DE 17H À 17H45**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 10€**

**INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

A travers différentes techniques de yoga, de relaxation, d'expression corporelle leur vitalité peut être canalisée et leur énergie équilibrée.

## YIN YOGA AVEC ARBOR&SENS

**DE 18H À 19H15**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 15€**

**INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

Yin Yoga pour adultes - nom moderne pour une pratique ancienne, dérivée du Hatha Yoga traditionnel, qui puise ses influences dans le yoga taoïste. C'est une pratique accessible à tout le monde.

## CONTES À LA BOUGIE

**DE 18H À 19H**

**RDV ESPACE CULTUREL - GRATUIT**

Déambulation dans le village en passant par l'Abbaye, en compagnie de Jean-François Deffayet conteur en pays de Savoie.

**Mercredi 20 Février**

## HATHA YOGA AVEC ORELIA MARCHAL

**DE 9H À 10H15**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 14€**

**INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME**

Cours d'Hatha Yoga, méthode Eva Ruchpaul. Cette technique est basée sur l'alternance de postures et de respirations. Elle cible le relâchement des tensions autant physiques que mentales afin de se diriger vers une écoute intérieure plus attentive. Cette technique est adaptée à tous. Prévoir un tapis et une couverture.

## BALADE RAQUETTES AU CIRQUE DU FER-À-CHEVAL

**« DÉCOUVERTE DE LA FAUNE EN HIVER »**

**DE 13H30 À 16H30**

**RDV MAISON DE LA MONTAGNE**

**TARIF : ADULTE : 22€ / ENFANT : 16€ (DE 7 À 15 ANS)**

**INSCRIPTION : OFFICE DE TOURISME**

Partez sur les traces laissées par les animaux de la Réserve Naturelle de Sixt-Fer-à-Cheval. Chamois, bouquetins, gypaètes... Sortie encadrée par un accompagnateur en montagne labéllisé ASTERS (Conservatoire d'Espaces Naturels de Haute-Savoie).



## LE PARCOURS DE ZINZHO

À PARTIR DE 14H

DOMAINE SKIABLE DE SALVAGNY - GRATUIT

Viens mettre en pratique ta rapidité et ton agilité !

## ESCAPE GAME À L'ESPACE CULTUREL

DE 16H30 À 17H30 ESPACE CULTUREL - GRATUIT

A partir de 8 ans. Sur réservation auprès de l'Espace Culturel.



## BAMBIN'O SHOW : LES ILLUSIONS D'ANTO

A PARTIR DE 18H

ESPACE « LA REINE DES ALPES » - ACCÈS LIBRE

Au programme : Magie et jonglerie ! A partir de 3 ans. Durée 1h. Programme du Bambin'Ô Show disponible à l'Office de Tourisme.

Jeudi 21 février

## VINYASA YOGA AVEC JULIA BARNES

DE 9H À 10H30

RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 15€

INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME

Un yoga dynamique et ludique qui relie le mouvement et le souffle.



## BIB'Ô JEUX

DE 9H30 À 11H30 ESPACE CULTUREL - GRATUIT

Jeux en démo et à dispo à la bib ! On vous explique et vous jouez !

## LES RENDEZ-VOUS DU GYPÂÊTE BARBU

DE 10H À 11H30 PARKING DU NANT-SEC - GRATUIT

Un animateur du Conservatoire d'Espaces Naturels de Haute-Savoie équipé de matériel d'observation vous propose de faire connaissance avec cet oiseau.

## INITIATION AYURVÉDIQUE YOGA MASSAGE

AVEC NICOLAS MATHOUT

DE 13H30 À 15H30

RDV MAISON DE LA MONTAGNE - TARIF : 30€

INSCRIPTION OFFICE DE TOURISME

Cet atelier découverte est organisé afin de se familiariser avec cette méthode de massage.



## BIATHLON AVEC L'ESF DE SIXT-FER-À-CHEVAL

DE 14H À 16H

RDV PARKING DU MOLLIER OU JOUX PLANE SUIVANT

L'ENNEIGEMENT - TARIF : 32€

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 04 50 34 47 78

A partir de 12 ans, carabines à air comprimé fournies. Prévoir forfait de ski de fond et location matériel skating ou classique pour la sortie. Minimum de 6 inscrits.

## VISITE À LA FERME : LA BERGERIE DU LOCHET

A 15H30 BERGERIE DU LOCHET - ACCÈS LIBRE

Découverte d'une exploitation agricole en milieu montagnard avec Karine et ses brebis de race Thones et Marthod.

## UN SKI, POURQUOI ÇA GLISSE?

DÈS 16H

MAGASIN LIONEL SPORT - ACCÈS LIBRE

Steven vous expliquera tout sur la préparation du matériel de glisse : le fartage, l'affûtage...

## DESCENTE AUX FLAMBEAUX

DÈS 17H30

DOMAINE SKIABLE DE SALVAGNY - ACCÈS LIBRE

VENTRE DE FLAMBEAUX SUR PLACE : 5€

Traditionnelle descente aux flambeaux sur la piste des Fontaines pour les enfants. Vin chaud et chocolat chaud offerts par l'Office de Tourisme.

Vendredi 22 février

## SHOOT DANS LA CIBLE !

À PARTIR DE 14H

DOMAINE SKIABLE DE SALVAGNY - GRATUIT

Sois précis avec tes mains tout en skiant sur les pistes de Zinzho. L'animation est réservée aux skieurs.

## PIANO - JAZZ AU RESTAURANT BAR LE TORTILLARD

À PARTIR DE 19H LE TORTILLARD - ACCÈS LIBRE

Digby vous propose un boeuf musical et invite ceux qui le souhaitent à venir chanter sur scène !

>> EXPO SUR LES SUPER-HÉROS À L'ESPACE CULTUREL DU 22 FÉVRIER AU 12 MARS

>> SNOWTUBBING LE LUNDI MARDI ET MERCREDI A SAVAGNY DE 9H À 12H ET DE 15H À 17H.