

PROGRAMME D'ANIMATIONS COMING UP



Du 17 au 23 juillet 2021
From 17th to 23rd July 2021

Jeu concours – Répondez à notre enquête et gagnez un séjour pour 4 personnes pour la saison prochaine ! Scannez le Flashcode
Prize draw – Answer our survey and win a stay for 4 people for next season! Scan the QR code



18 JUILLET

ENTRÉE LIBRE

Le Salon
Nature et
Plantes

En collaboration avec



10H - 18H PLACE DE L'OFFICE DE TOURISME

MARCHÉ D'ARTISANS, ATELIERS NATURELS,
BALADES THÉMATIQUES, CONFÉRENCES...

PLUS D'INFOS : MORZINE-AVORIAZ.COM



• 10H - 18H : MARCHÉ AUX PLANTES •

En libre accès - Place de l'Office de Tourisme

- 1 - L'ORIGINEL - PLANTES SAUVAGES : Cueillette sauvage et transformation plantes, macérats huileux, gemmothérapie
- 2 - LE BOIS DES ENCENS : Encens naturels
- 3 - LA DISTILLERIE DES FLEURS DE LUNE : Huiles essentielles et eau florale
- 4 - MAISON BRANDINI : Alcools aux plantes
- 5 - SANTISSA : Librairie
- 6 - ELIXALP : Élixirs spagyriques aux plantes
- 7 - SALY SAVONS : Savons et shampoing solide
- 8 - FRASLINS GILLES : Crêpes et galettes bio
- 9 - LA GOUTTE D'OR DU PLATEAU : Huile biologique artisanale
- 10 - LABO DEVA : Elixirs floraux, composés floraux, cosmétiques, fleurs de Bach
- 11 - "MADAME SIMPLETTE" : Tisanes bio fabriquées à partir de "Simples"
- 12 - SPIRUL'IN ALPES : Producteur de spiruline artisanale
- 13 - LES RUCHERS DU HAUT CHABLAIS : Miel, savon, cosmétiques cire d'abeilles, sucettes, bougies / Pédagogie : explication du monde des abeilles et son rôle dans la biodiversité
- 14 - NATURE EN CONSCIENCE : Cuisine sauvage et végétale
- 15 - LA MARCHANDE DE CAILLOUX : Pierres et minéraux des alpes

• CONFÉRENCES •

*Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme - Places limitées
Salle des Airelles - Accessible par la route de la Taille de mas du Pléney
(à côté de l'agence White property)*

10h – 11h : Toni CERON des Labos ELIXALP «Les Elixirs de plantes selon les Anciens alchimistes»

11h30 – 12h30 : Dominique GARONNE « Comment se soigner naturellement avec les plantes »

13h30 – 14h30 : Germaine COUSIN « Les remèdes de nos grands-mères ne se perdront pas »

15h – 16h : Patricia SOLNON des laboratoires DEVA «Accompagner nos émotions avec les fleurs de Bach et les synergies olfactives»

16h30 – 17h30 : Gilles HIOBERGARY « Connaissance et utilisation des plantes sauvages de montagne »





ATELIERS ET SORTIES

Inscriptions à l'Office de Tourisme à partir du jeudi 15 juillet
5€/personne pour tous les ateliers sauf "de l'alpage à l'assiette" : 20€/personne

9h30 - 12h : Balade « A la découverte des fleurs sauvages de nos montagnes »

Au cours d'une balade ludique, et à travers des jeux éducatifs, les enfants vont découvrir la richesse des fleurs de montagne et leurs anecdotes - RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine

10h - 12h : Sylvothérapie

Quoi de mieux que la nature pour libérer ses tensions, ses émotions ... Outre ses pouvoirs régénérants, la forêt en possède bien d'autres - RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine

10h - 12h : Balade à la découverte des plantes sauvages

Identification, cueillette et retour pour un atelier de préparation d'amuses-bouches avec les plantes cueillies - RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine

10h - 12h : Balade botanique

Descriptions des plantes sauvages locales et médicinales, cueillette et création d'un remède naturel (en fonction des plantes, soit une huile solarisée, soit un onguent cicatrisant aux plantes médicinales montagnardes) - RDV à l'entrée des Dérêches côté ascenseur

10h30 - 12h / 14h - 15h30 / 16h - 17h30 : Découverte de l'arbre par la grimpe : L'arbre des pieds à la tête (à partir de 8 ans)

Les participants sont plongés dans un univers sensoriel, ludique et sensible pour commencer à comprendre l'Arbre - Equipement et démonstration de la grimpe au nœud de Prussik - RDV aux Dérêches côté piscine

14h - 16h : Balade à la découverte des plantes sauvages

Identification, cueillette et retour pour un atelier de préparation d'amuses-bouches avec les plantes cueillies - RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine

14h - 16h : Balade botanique

Descriptions des plantes sauvages locales et médicinales, cueillette et création d'un remède naturel (en fonction des plantes, soit une huile solarisée, soit un onguent cicatrisant aux plantes médicinales montagnardes) - RDV à l'entrée des Dérêches côté ascenseur

Ateliers créatifs – Pour les enfants de 6 à 12 ans

14h - 15h30 : Le cercle des fées : Décoration d'un cercle en saule en tissant des éléments naturels

16h - 17h30 : Impression de fleurs sur tissu dans un cadre en bambou

RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine

17h : De l'alpage à l'assiette - Prévoir un véhicule – 20 €/ personne

Un rdv en fin de journée pour une petite balade à l'alpage, rencontre avec l'alpagiste et son troupeau au moment de la traite, comprendre mieux ce que nous offre la nature pour se nourrir...

Après ce moment paisible, il sera temps de satisfaire notre appétit et nos papilles dans notre chalet d'alpage ou un repas traditionnel maison préparé sur la cuisinière à bois - RDV à l'Office de Tourisme



PROGRAM

10am – 6pm : Plant market - Free access in the Tourist Office Square

- 1 - L'Original naturel: Pick and transform plants, macerated oils, gemmotherapy
- 2 - Incense sticks: natural incense
- 3 - Peace Lily distillery: Essential oils and floral water
- 4 - Maison Brandini : Alcohol made from plants
- 5 - Santissa : Publisher
- 6 - Elixalp : Spagyric elixirs using plants
- 7 - Saly savons : Solid soaps and shampoos
- 8 - Fraslins Gilles : Organic pancakes
- 9 - The golden drop of the plateau: Organic vegetable oils
- 10 - DEVA Laboratory : Floral elixirs, floral blends and cosmetics
- 11 - "Madame Simplette " : Organic herbal teas made from "Simple"
- 12 - Spiruline Alp : Producer of artisanal spirulina
- 13 - Les ruchers du Haut Chablais : Honey, soap, beeswax cosmetics, lollipops, candles / pedagogy: explanation of the world of bees and its role in biodiversity
- 14 - Nature en conscience : wild and vegetable food
- 15 - La marchande cailloux : alpine stones and minerals

Conferences - Airelles' room - Accessible by the route de la Taille de mas du Pléney (next to the White property agency) - Free registration at the Tourism Office

- 10 - 11am : Toni Ceron from the ELIXALP laboratories
- 11.30 - 12.30am : Dominique Garonne
- 1.30 - 2.30 pm : Germaine Cousin
- 3 - 4pm : Patricia SOLNON from DEVA laboratories
- 4.30 - 5.30 pm : Gilles HIOBERGARY

WORKSHOPS AND WALK - Registration at the Tourisme Office from Thursday July 15 - 5€/ person

9.30am - 12 noon : Family walk « Discover the wild flowers of our mountains»

Children will discover rich mountain flowers and their anecdotes through educational games and a nature walk - RDV at the Déreches, near the swimming pool

10am - 12noon: Sylvotherapy (RDV at the Déreches, near the swimming pool)

What could be better than nature to free your tensions and your emotions..... Apart from their regenerative properties, the forest offers many other powers. The elements will be your companion, the trees your confidants, enjoy the present moment and the beauty of nature using your 5 senses.

10am - 12noon: Discovery walk (RDV at the Déreches, near the swimming pool)

Wild plants; identify and pick wild plants and upon your return you will learn to use them in a workshop to create 'amuse-bouches'

10am - 12noon: Botanic walk

Description of local and medicinal wild plants, you will pick them and use them to make a natural remedy (depending on the plants, either a sun oil or a lotion to promote healing made from mountain medicinal plants)

10.30am - 12noon / 2pm - 3.30pm / 4pm - 5.30pm: Discovery of a tree by climbing

Learn about trees from the ground to the top (from 8 years old)

Participants will be plunged into a fun sensory universe to start to understand the tree.

Equipment and demonstration of the Prussik knot. (RDV at the Déreches, near the swimming pool)

2 - 4pm : Discovery walk (RDV at the Déreches, near the swimming pool)

Wild plants, identify and pick wild plants and upon your return you will learn to use them in a workshop to create 'amuse-bouches'

2 - 4pm : Botanic walk

Description of local and medicinal wild plants, you will pick them and use them to make a natural remedy (depending on the plants, either a sun oil or an ointment to promote healing made from mountain medicinal plants)

2 - 5.30pm : Creative Workshop-6 to 12 years (RDV at the Déreches, near the swimming pool)

2-3.30pm: The Circle of Fairies: Decorate a circle in willow by weaving natural materials

4-5.30pm: Flower pressing on fabric in a bamboo frame

5pm: From the mountains to your plate - Provide a car- 20€/ person - RDV Tourism Office
Would you like to return to the origins of your meal?

Head off with Véronique to discover what nature offers to satisfy our taste buds!!

Meet at the end of the afternoon for a little walk up to a mountain farm, meet the farmer and his herd of cows at milking time, understand more about what nature provides for us to eat....

After this peaceful moment, it will be time to awaken your tastebuds in the mountain chalet where a traditional homecooked meal is prepared on a wood stove.

Enjoy a convivial moment in the warm setting of a chalet, a traditional ambiance full of surprises.

MORZINE AVORIAZ.

Portes du *Soleil*

**DU 19 AU 23
JUILLET 2021**

**YOGA, PILATE, RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE,
BAIN DE FORÊT, FABRICATION DE COSMÉTIQUES,
ATELIERS DÉTOX, SORTIES BIEN ÊTRE...**

YOGA, PILATE, FOOT REFLEX, HOLDRY, STYLOTHERAPY, WELLNESS OUTING,
MAKING COSMETICS BIO, DETOX, WELLNESS WORKSHOP...

MORZINE Prend soin de vous



www.morzine-avoriaz.com



PROGRAMME

Lundi 19

- 9h45 - 10h30 : **Cours de fitness** (place de l'Office de Tourisme) Gratuit - En accès libre
 10h30 - 12h : **Pilate** (salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 14h - 16h : **Manucure brésilienne et soin des mains** (Palais des sports)
 17h - 19h30 : **Balade douce au coucher du soleil** (RDV Office de Tourisme)

Mardi 20

- 9h45 -10h30 : **Zumba** (place de l'Office de Tourisme) Gratuit - En accès libre
 10h - 12h : **Découverte des vertus des Fleurs de Bach et création d'un flacon** (Palais des sports)
 10h - 12h : **Hypno relaxation** (salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 14h - 16h : **Découverte de la naturopathie** (Palais des sports)
 16h30 - 18h30 : **Fabrication d'un shampoing solide** (Palais des sports)

Mercredi 21

- 10h - 12h : **Hatha Yoga** (salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 9h - 12h : **Balade à la découverte des plantes sauvages**, cueillette et atelier de préparation d'amuses-bouches avec les plantes cueillies (RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine)
 14h - 16h : **Accords toltèques** (Palais des sports, salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 16h30 - 18h30 : **Atelier culinaire** : confection de boules et barres énergétiques saines (Palais des sports)

Jeudi 22

- 9h30 - 12h : **Marche nordique** (RDV Office de Tourisme)
 9h45 -10h30 : **Zumba** (place de l'Office de Tourisme) Gratuit - En accès libre
 10h - 12h : **Sophrologie** (salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 14h - 16h : **Bol tibétain et sonothérapie** (Palais des sports, salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 16h30 - 18h30 : **Fabrication d'un "Vick's artisanal" et d'un baume montagnard du randonneur et d'un onguent cicatrisant au plantain** (Palais des sports)

Vendredi 23

- 9h45 - 10h30 : **Cours de fitness** (place de l'Office de Tourisme) Gratuit - En accès libre
 9h30 - 12h : **Bain de forêt (sylvothérapie)** (RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine) (annulé en cas de pluie)
 10h - 12h : **Réflexologie palmaire** (salle de danse, entrée B, Palais des sports)
 14h - 16h : **Rencontre avec les plantes médicinales**, découverte de la pharmacie naturelle, fabrication d'un remède alpin à l'arnica (RDV à l'entrée des Dérêches côté piscine)
 16h30 - 18h30 : **Fabrication de cosmétiques avec la précieuse l'hélichryse** (Palais des sports)

Infos pratiques

LES ENFANTS DOIVENT AVOIR +10 ANS POUR TOUTES LES ACTIVITES

Tarifs des sorties et des ateliers (tarifs dégressifs)

1 atelier : 10€ 2 ateliers : 15€
 3 ateliers : 20€ 4 ateliers : 25€

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE POUR LES ATELIERS EN SALLE

Pour tous les ateliers "de relaxation" en salle, merci de vous munir d'une serviette de toilette

Prévoir une bouteille d'eau

Inscriptions obligatoires à l'Office de Tourisme de Morzine



Descriptifs des ateliers

Pilates : Gym douce : Équilibre et maintient sont les maîtres mots de ce sport qui repose beaucoup sur la respiration et les bonnes postures du corps.

Manucure brésilienne et pose de vernis : Soins des mains et des ongles complets. Contrairement à une manucure classique, la manucure brésilienne met l'accent sur l'hydratation profonde grâce à un gant spécial imprégné de crème émolliente.

Balade douce au coucher du soleil : Quelques moments de tranquillité en fin d'après-midi au soleil couchant... après le brouhaha des activités de la journée... A écouter enfin pousser les fleurs au milieu des algues de Zore et de Serrausaix. Juste au-dessus de Morzine...au milieu de nul part.

Hypno relaxation : A travers différentes techniques d'autohypnose, vous rentrerez dans un état modifié de conscience et saurez comment en tirer les plus grands bénéfices (gestion du stress, des émotions, atteindre un objectif...). L'atelier se clôturera par une relaxation.

Fleurs de Bach : Les Fleurs de Bach sont de précieux élixirs naturels mis au point par le Dr Edouard Bach afin d'accompagner avec succès une autre façon de prendre soin de ses émotions, de façon plus profonde et efficace. Elles permettent une reconnexion avec son Moi profond, un élargissement de la conscience et ouvrent la voie de la libération. Chaque participant repartira avec son flacon personnalisé pour un suivi d'un mois.

Naturopathie : La naturopathie est une pratique à visée thérapeutique qui prétend équilibrer le fonctionnement de l'organisme par des moyens dits « naturels ». Sont pris en compte, l'alimentation, le sommeil, la respiration, l'activité physique, la sphère émotionnelle, l'épanouissement social, le contact avec la nature.

Fabrication de shampoing solide : Fabrication d'un shampoing solide naturel et 100% biodégradable aux huiles précieuses (karité, jojoba, ricin...) avec la méthode ancestrale de saponification à froid.

Yoga : Initiation douce aux postures de base, respiration et méditation

Balade découverte des plantes sauvages : Confection d'amuse-bouche sains et gourmands. Partie théorique sur l'explication de différents aliments bons pour notre santé au cours d'une balade et cueillette. Ensuite, place à la pratique, préparation de différents amuse-bouche (tartinade végétale, makis veggie...), avec des techniques de préparation et de cuisson différentes de la cuisine traditionnelle, basées sur la préservation du goût et surtout la qualité des aliments pour la santé.

Atelier culinaire : Confection de boules et barres énergétiques saines. L'atelier intégrera une partie théorique sur l'explication des aliments qui nous font du bien, adaptés à la pratique sportive en montagne. Ensuite, place à la pratique, préparation de boules et barres énergétiques, sans cuisson, que chaque participant amènera avec lui.

Accords toltèques : « Après une présentation des 5 Accords Toltèques, la deuxième partie de l'atelier se vivra autour du jeu. Le jeu des AT vise à travailler en développement personnel une relation difficile avec le groupe. Les Accords seront utilisés en support afin de résoudre la problématique. Cet atelier vous permettra de comprendre les bases d'une meilleure relation avec vous-même et avec les autres. Ces 5 accords proposent un code de conduite capable de transformer rapidement notre vie en une expérience de liberté, de vrai bonheur et de partage »

Marche nordique : Quelque soit votre niveau, la marche nordique est faite pour vous. Soulagement des articulations, redressement naturel du dos, utilisation de 90 % des muscles du corps et brûle graisse naturel, sont autant de bénéfices que vous apportera la pratique du nordic walking

Sophrologie : Techniques orientales de méditation, de yoga et de relaxation occidentale. Elle permet d'affiner l'état de conscience, de vaincre la peur et d'optimiser ses possibilités.

Fabrication d'un "Vick's artisanal" : Atelier de création d'un baume respiratoire façon Vick's aux huiles essentielles et d'un onguent spécial montagne.

Bol tibétain et sonothérapie : Les bols Tibétains apportent un bénéfice réel au niveau santé et bien-être, c'est une méthode ancestrale étudiée de nos jours par les scientifiques pour son action énergétique et ré-équilibrante au niveau corporel et mental, selon la technique utilisée et le choix des bols et/ou des cymbales. L'action combinée de la sophrologie et du massage sonore est un véritable « voyage » au cœur du bien.

Bain de forêt (sylvothérapie) : Quoi de mieux que la nature pour libérer ses tensions, ses émotions... Outre ses pouvoirs régénérants, la forêt en possède bien d'autres. Les éléments seront vos compagnons, les arbres seront vos confidents, juste pour profiter de l'instant présent, de vos 5 sens, de la beauté de la nature.

Réflexologie palmaire : La réflexologie est une technique de pression sur les pieds et les mains. Issue de la médecine traditionnelle chinoise elle stimule les capacités d'auto-régulation du corps. C'est un merveilleux instrument d'entretien et de prévention, en accompagnement d'appoint à d'autres traitements médicaux. Elle est reconnue pour son efficacité sur la gestion du stress. Naturelle et rapide elle apporte bien-être et détente. A l'issue de l'atelier, chaque participant sera capable d'effectuer les gestes de base sur lui ou son entourage.

Rencontre avec les plantes médicinales, découverte de la pharmacie alpine naturelle et fabrication d'un remède alpin

Balade/découverte des plantes médicinales des Alpes, cueillette et création d'un remède d'antan alpin (édelweiss, arnica, gentiane...)

Médecine et cosmétique autour de l'Hélichryse : Utilisation de l'hélichryse, cette plante précieuse, pour élaborer différentes préparations, cosmétiques et médicinales. Vous repartirez avec vos créations (crème anti rides, roll-on de montagne, baume spécial bosses et coups...)



PROGRAM IN ENGLISH

Monday 19th

- 9.45 - 10.30am : **Fitness session** (Tourist Office square) FREE. No registration needed
- 10.30 - 12pm : **Pilate** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 2 - 4 pm : **Brazilian manicure and hand care** (Palais des sports)
- 5 - 7.30pm : **Gentle stroll at sunset** (RDV Tourist Office)

Tuesday 20th

- 9.45 - 10.30am : **Zumba** (Tourist Office square) FREE. No registration needed
- 10am - 12pm : **Hypno relaxation** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 10am - 12pm : **Bach Flower's advantages and take your own flask home** (Palais des sports)
- 2 - 4 pm : **Naturopathy** (Palais des sports)
- 4.30 - 6.30pm : **Solid shampoo workshop** (Palais des sports)

Wednesday 21st

- 10am - 12pm : **Yoga** : Tips and postures that relieve (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 9am - 12pm : **Walk to discover wild plants**, picking and workshop to prepare appetizers with picked plants (Palais des sports)
- 2 - 4 pm : **Toltec agreements** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 4.30 - 6.30 pm : **Cooking workshop** : making energy balls and bars (Palais des sports)

Thursday 22nd

- 9.30 - 12pm : **Nordic walk** (RDV Tourist Office)
- 9.45 - 10.30am : **Zumba** (Tourist Office square) FREE. No registration needed
- 10am - 12pm : **Sophrology session** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 2 - 4 pm : **Tibetan Bowl and Sound Therapy** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 4.30 - 6.30 pm : **Making an "artisanal Vick's" and a mountain balm for hikers** (Palais des sports)

Friday 23rd

- 9.45- 10.30am : **Fitness session** (Tourist Office square) FREE. No registration needed
- 10am - 12pm : **Palmar reflexology** (Dance Hal, B entry, Palais des sports)
- 9.30am - 12pm : **Sylvothérapie** (RDV at the Dereches park, next to the swimming pool) (canceled in case of bad weather)
- 2 - 4 pm : **Meeting with medicinal plants, discovering natural pharmacy, making an alpin remedy** (RDV at the Dereches park, next to the swimming pool)
- 4.30 - 6.30pm : **Workshop of cosmetics with helichrysum** (Palais des sports)

THE CHILDREN HAVE TO BE 10 YEARS OLD FOR ALL THE ACTIVITIES

Practical
informations

Prices for activities and workshops (sliding scale pricing)

1 workshop : €10 2 workshops: €15

3 workshops : €20 4 workshops : €25

WEARING A MASK FOR ALL INDOOR WORKSHOP

For all indoor "relaxation" workshops, please bring a towel

Please register at Morzine Tourist Office

SAMEDI 17 JUILLET

ANIMATION MUSICALE AVEC GIN FIZZ 
🕒 20h 📍 Place de l'Office de Tourisme 🆓 En accès libre

TOURNOI DE TENNIS ENFANTS ET ADOS 
🕒 14h - 16h 📍 Tennis club 👤 Pour les 6 - 18 ans 💰 8 € / joueur – Inscription au club house

LUNDI 19 JUILLET

« LES SECRETS DU DRUIDE » 
🕒 9h30 - 12h 📍 RDV à l'entrée du Parc des Dérêches côté piscine 👤 Famille 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

Le druide a perdu la mémoire, les enfants doivent l'aider à retrouver les ingrédients de la recette magique au travers d'un jeu de piste élaboré par les lutins de la forêt autour de la Nature qui nous entoure.

COURS DE FITNESS EN PLEIN AIR avec un professeur diplômé
🕒 9h45 - 10h30 📍 Place de l'Office de Tourisme 🆓 Accès libre

CRAZY PONG : tables de pingpong originales et ludiques 
🕒 14h - 18h 📍 Place de l'Office de Tourisme 🆓 Accès libre

POT D'ACCEUIL « Chartreuse Mule » et barbe à papa ET ANIMATION MUSICALE AVEC TOF
🕒 16h30 - 18h30 📍 Place de l'Office de Tourisme 🆓 Accès libre

MARDI 20 JUILLET

COURS DE ZUMBA EN PLEIN AIR avec un professeur diplômé
🕒 9h45 - 10h30 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Dès 12 ans 🆓 Accès libre

JEU DE PISTE DANS LE VILLAGE (durée du jeu environ 2h) 
🕒 10h - 17h30 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme – Remise des prix 17h30

DERECHES SPORT : jeux d'extérieur 
🕒 14h - 16h 📍 RDV à l'entrée du parc des Dérêches coté piscine 👤 6 - 12 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme avant midi - goûter offert

CONCERT "POLYPHONIES TRADITIONNELLES ET RELIGIEUSES CORSES "
🕒 20h30 📍 Eglise Ste Marie Madeleine 🆓 Gratuit pour les moins de 12 ans - 20€ / adulte- Billets en vente à l'Office de Tourisme ou sur place le soir même
Le Choeur de Sartène exprime un art humble et beau, soucieux de perfection avec Jean-Paul Poletti

MERCREDI 21 JUILLET

A LA RECHERCHE DU TRESOR DES KORRIGANS 
🕒 9h30 - 12h 📍 RDV à l'entrée du Parc des Dérêches côté piscine 👤 Dès 6 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

A travers une balade ludique, les enfants découvrent le monde fabuleux des petits esprits des sources et des rivières

HATHA YOGA : harmonisez votre esprit et votre corps et lâchez prise
🕒 9h30 - 10h30 / 11h - 12h 📍 RDV à l'entrée du parc des Dérêches coté ascenseur ou au Palais des sports en cas de mauvais temps 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme / Tapis fourni / serviette obligatoire

ATELIER MENUISERIE ENFANT 
🕒 15h - 18h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Dès 5 ans 🆓 Accès libre

Pierre invite les enfants dans son atelier de menuiserie. Après avoir réalisé un petit entrainement, les enfants vont apprendre à découper, graver et ponçer une figurine qu'ils auront eux-mêmes choisit et repartiront avec.

ANIMATION POOL PARTY : Musique et jeux autour et dans les bassins aquatiques 
🕒 17h - 18h30 📍 Centre aquatique 🆓 Accès libre avec le droit d'entrée piscine

SPECTACLE "OUPS ENCORE UN COUP DE NINON" 
🕒 18h15 - 19h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Dès 4 ans 🆓 Accès libre

Venez découvrir ce spectacle alliant contes en morceaux, chansons pour rire et bêtises des sommets !

RENCONTRE AMICALES DE BRIDGE organisées par l'Association des Résidents

🕒 20h30 - 23h 📍 Bibliothèque – salle du 1^{er} étage 🆓 Accès libre- Inscription et renseignements : 06 83 11 09 21 ou bridge-scrabble@arm74.fr

JEUDI 22 JUILLET

LES PETITS AVENTURIERS DES DERECHES

🕒 9h - 12h / Durée d'une session 1h 📍 RDV 2^{ème} pont du Parc des Dérêches (après le centre équestre) 👤 Pour les 8-11 ans 🆓 8 € – Inscription à l'Office de Tourisme

Parcours d'obstacles agrémenté de tirs à la carabine laser. Les enfants vont courir, ramper et peut être même traverser une rivière. Ils pourront s'initier aux tirs de carabine laser sur des cibles de « biathlon » pendant le parcours.

COURS DE ZUMBA EN PLEIN AIR avec un professeur diplômé

🕒 9h45 - 10h30 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Dès 12 ans 🆓 Accès libre

ATELIER FUNNY GRAPH : Street art – graffiti sur tee shirt

🕒 16h30 - 18h15 / durée d'un atelier : 45min 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Dès 7 ans 🆓 5 € : inscriptions à l'Office de Tourisme avant 15h

CREATION D'UNE CABANE A OISEAUX EN BOIS

🕒 14h- 18h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Pour les 6-12 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

DEMONSTRATION DE SCULPTURE SUR BOIS

🕒 18h30 - 19h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Pour les 6-12 ans 🆓 Accès libre

Show unique réalisé par un sculpteur professionnel qui fera de chaque morceau de bois une vraie œuvre d'art.

CONCERT HARMONIE MUNICIPALE

🕒 21h 📍 Place de l'Eglise 🆓 Accès libre

VENDREDI 23 JUILLET

COURS DE FITNESS EN PLEIN AIR avec un professeur diplômé

🕒 9h45 - 10h30 📍 Place de l'Office de Tourisme 🆓 Accès libre

LA MONTAGNE SE DECOUVRE EN PARTENARIAT AVEC LE GEOPARC

🕒 13h30 - 17h 📍 Sur les pistes du Pléney – RDV à l'ESF 👤 Dès 6 ans 🆓 20€ / famille – Inscription à l'Office de Tourisme

« Vous sillonnerez les sentiers des hauteurs de Morzine, à la recherche de balises et vous découvrirez des anecdotes sur l'histoire de la station, de ses paysages, de la faune, la flore et ses traditions. Un atelier-quizz du Géoparc mondial UNESCO du Chablais agitera votre curiosité... Et nous vous retrouverons autour d'une dégustation de produits du terroir.

BIJOU TRIBAL : création d'un collier en tissu wax

🕒 14h30 - 16h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Pour les 6-12 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

ATELIER CREATIF : LA BOITE A SECRETS en feutrine, perles et strass

🕒 16h30 - 18h 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 Pour les 6-12 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

BIATHLON LASER

🕒 16h30 - 18h30 / durée d'un atelier : 30min 📍 Place de l'Office de Tourisme 👤 + 7 ans 🆓 Inscriptions gratuites à l'Office de Tourisme

RECORD DE VITESSE DU TOBOGGAN (sauf en cas de mauvais temps)

🕒 16h - 17h 📍 Centre aquatique 🆓 Accès libre avec le droit d'entrée piscine

TOURNOI DE TENNIS ADULTE ET ADO

🕒 18h - 20h 📍 Tennis club 🆓 6 € / joueur (+ BBQ) – Inscription au club house

Tournoi organisé en double : Tournois des champions (Adultes) et Tournois des familles (Ados, enfants, parents).

DOMAINE DE LOISIRS DE LA POINTE DE NYON

« LE MATIN DU BERGER »

 Tous les lundis et jeudis  Domaine de loisirs de la pointe de Nyon  40€ et 20€ pour les 6-12ans / Inscriptions à l'Office de Tourisme

8h30 : accueil, rencontre avec les chiens du berger, réveil du troupeau, présentation des brebis et des chèvres, les pratiques de base du berger, promenade dans les alpages (environ 40 minutes) à la découverte du troupeau de vaches ; histoire et pratique de la transhumance

Petit déjeuner au retour (boisson chaude, jus de fruit, viennoiserie)

Présentation des rapaces présents sur le site

(Les participants peuvent assister ensuite à 11h à la présentation du travail des chiens de troupeau)

ANIMATIONS GRATUITES PROPOSEES PAR LA BIBLIOTHEQUE

 Du 13 juillet au 20 août  Bibliothèque  Accès libre- inscriptions à la bibliothèque ou au 04.50.75.93.58

Mardi : 10h30 : Les bébés lecteurs : lecture pour les enfants de 0 à 3 ans

14h : Escape game : jeu le plateau « Unclock » pour tous

Mercredi : 10h30 : Heure du conte/Kamishibai pour les enfants de 3 à 6 ans

14h : Atelier « pop up » fabrication d'une carte fleur en 3D

Vendredi : 14h : Atelier le dessin de manga pour tous

VISITES

MARCHE  Mercredi à partir de 8h  Place de la Poste  Accès libre

VISITE DE LA FRUITIERE  Mercredi et jeudi à 9h  La Fruitière l'Alpage  Entrée libre

VISITE DE LA PISCICULTURE  Mardi de 15h à 16h  567 A route des Ardoisières  2€/15ans ; gratuit /- 15 ans / Inscriptions au 06.32.56.40.40 avant le mardi soir 18h –groupes sur RDV

VISITE DU PATRIMOINE  Jeudi à 10h  rdv place de l'Eglise  3€

VISITE DES ARDOISIÈRES  Mardi à 17h et vendredi à 10h30  Ardoisières des 7 pieds  3€/enfant et 5€/adulte

VISITE DE LA BATTANTE  Tous les jours  Site de reconstruction historique situé aux Dérêches  En libre accès

STAND GEOPARC MONDIAL UNESCO DU CHABLAIS  Vendredi  Sommet du Pléney  Accès libre

EGLISE SAINTE MARIE MADELEINE

MESSE : Dimanche à 11h  Eglise Ste Marie Madeleine  Accès libre

CINEMA LE REX 04.50.79.03.05

Réservez vos places sur allociné

Programme et horaires également disponibles à l'Office de Tourisme

SATURDAY 17 JULY

GIN FIZZ IN CONCERT

🕒 8 Pm 📍 Tourist Office Place 🆓 Free access

CHILD / TEEN TENNIS TOURNAMENT

🕒 2pm - 4 Pm 🧑 From 6 years old 📍 Tennis club 💰 8€ / children – Registration at the tennis club

MONDAY 19 JULY

FITNESS SESSION proposed by a certified teacher

🕒 9.45 Am - 10.30 Am 📍 Tourist Office Place 🆓 Free access

"THE SECRETS OF THE DRUIDE"

🕒 9.30 Am - 12 Pm 📍 RDV parc des Dereches near the swimming pool 🧑 Family 🆓 Free registration at the Tourist Office

The druid has lost his memory, the children must help him find the ingredients of the magic recipe through a treasure hunt created by the elves of the forest, mixing playful puzzles around the nature that surrounds us. Once they have found the famous ingredients, they will brew the famous potion that they will take with them.

CRAZY PONG: activity for all generations

🕒 2 Pm-6 Pm 📍 Tourist Office Place 🆓 Free

"CHARTREUSE MULE" WELCOME DRINKS, CANDY COTTON AND TOF IN CONCERT

🕒 4.30 Pm - 6.30 Pm 📍 Tourist Office Place 🆓 Free access

TUESDAY 20 JULY

ZUMBA proposed by a certified teacher

🕒 9.45 Am - 10.30 Am 📍 Tourist Office Place 🧑 From 12 years old 🆓 Free access

EXPLORER GAME TOUR

🕒 10am - 5.30 Pm 📍 Tourist Office Place 🆓 Free registration at the Tourist Office – Prize giving at 5.30pm
Explore Morzine village on this fun mystery tour. Start whenever you want (duration of the game = 2 hours)

DÉRÊCHES SPORT : fun team challenges

🕒 2 Pm - 4 Pm 📍 RDV parc des Dereches near the swimming pool 🧑 From 6 - 12 years old 🆓 Free registrations at the Tourist Office before 12pm / Free snack

CONCERT POLYPHONIES TRADITIONNELLES ET RELIGIEUSES CORSES "

🕒 8.30 Pm 🆓 Free for children < 12 years - 20€ / adult

With Jean-Paul Poletti and the Choir of Sartène

WEDNESDAY 21 JULY

IN SEARCH OF THE TREASURE OF THE KORRIGANS

🕒 9.30 Am - 12 Pm 📍 RDV parc des Dereches near the swimming pool 🧑 From 6 years old 🆓 Free registration at the Tourist Office

Through a playful stroll, children discover the fabulous world of the little spirits of springs and rivers, the Korrigans

HATHA YOGA

🕒 9.30 Am - 10.30 Am / 11 Am - 12 pm 📍 RDV parc des Dereches elevator side 🆓 Free registration at the Tourist Office

CARPENTRY WORKSHOP

🕒 3 Pm - 6 Pm 📍 Tourist Office Place 🧑 From 5 years old 🆓 Free

Pierre invites children into his carpentry workshop. After a quick time in training, children learn to cut, engrave and sand a figure that they have chosen and can take home with them

POOL PARTY

🕒 5pm - 6.30 Pm 📍 Aquatic center 🆓 Free with the pool entry

SHOW "OUPS ENCORE UN COUP DE NINON"

🕒 6.15 Pm - 7 Pm 📍 Tourist Office Place 🧑 From 4 years old 🆓 Free

Come and discover this show that combines storytelling, songs for laughter and summit nonsense!

BRIDGE FRIENDLY MEETINGS organized by the Residents Association

🕒 8.30 - 11 Pm 📍 Library 🆓 Free access – Registration 0683110921

THURSDAY 22 JULY

THE LITTLE ADVENTURERS OF LES DÉRÊCHES

🕒 9 Am - 12 Pm / 1h per session 📍 RDV 2nd bridge of the parc des Dereches (after the equestrian center) 📈 From 8 - 11 years old 🏷️ 8€/pers : registration at the Tourist Office

Come and take an obstacle course with laser rifle shots.

Children will run, crawl, jump and maybe even cross a river. They will be able to learn how to fire a laser rifle at "biathlon" targets during the course.

ZUMBA proposed by a certified teacher

🕒 9.45 Am - 10.30 Am 📍 Tourist Office Place 📈 From 12 years old 🆓 Free access

CREATION OF A WOODEN CABIN

🕒 2 Pm-6 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 6 years old 🆓 Free. Registration at the tourist office

Children can create their wooden hut for birds and decorate it with natural elements

FUNNY GRAPH

🕒 4.30 Pm - 6.15 Pm (45min / workshop) 📍 Tourist Office Place 📈 From 7 years old 🏷️ 5€/pers : registration at the Tourist Office before 3pm

WOOD CARVING DEMONSTRATION

🕒 6.30 Pm-7 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 6 years old 🆓 Free

Wood sculpture demonstration made by a professional sculptor. Sebastien Cohendet is a fabulous sculptor.

HARMONIE MUNICIPALE BRASS BAND CONCERT

🕒 9 Pm 📍 Near the Church 🆓 Free

FRIDAY 23 JULY

FITNESS SESSION proposed by a certified teacher

🕒 9.45 Am - 10.30 Am 📍 Tourist Office Place 🆓 Free access

"LA MONTAGNE SE DÉCOUVRE" IN PARTNERSHIP WITH THE GEOPARK

🕒 1.30 Pm - 5 Pm 📍 On the Pleney slopes – Meeting point ESF 📈 From 6 years old 🏷️ 20€/family : registration at the Tourist Office

Your whole tribe will set off on an adventure through an orienteering course "revisited" in the beautiful nature of the Morzine ski area.

CREATIVE WORKSHOP TRIBAL JEWEL : THE ART OF WEAVING

🕒 2.30 Pm - 4 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 6 - 12 years old 🆓 Free registrations at the tourist office

CREATIVE WORKSHOP : THE BOX OF SECRETS

🕒 4.30 Pm - 6 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 6 - 12 years old 🆓 Free. Registrations at the tourist office.

WORKSHOP : MOUNTAIN FLOWERS IN COLORED SAND

🕒 4.30 Pm - 6 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 6 - 12 years old 🆓 Free. Registrations at the tourist office.

BIATHLON LASER

🕒 4.30pm - 6.30 Pm 📍 Tourist Office Place 📈 From 7 years old 🆓 Free registrations at the tourist office

In a group, with family or friends, this activity will make you feel the sensations of shooting, train your concentration and make you have an unforgettable moment.

RECORD TOBOGGAN

🕒 4pm - 5 Pm 📍 Aquatic center 🆓 Free with the pool entry

ADULT AND TEEN TENNIS TOURNAMENT

🕒 6 Pm - 8 Pm 📍 Dereches square 🏷️ 6 €/ adult (+BBQ) / Registration at the tennis club

GRANDES DATES DE L'ÉTÉ A MORZINE

JUILLET

14 : Fête Nationale

18 : Le Salon Nature et Plantes (1ère édition)

Du 19 au 24 : Morzine prend soin de vous

25 : Adopte Un Col

Du 26 au 30 : Morzine Royaume des Marmots

AOUT

1er : Grimpée cycliste

4 et 5 : Morzine Plage

7 : Trail des Hauts-Forts

Du 9 au 13 : Morzine Royaume des Marmots

21 et 22 : Spartan Race - Triecta Weekend

28 : Triathlon Morzine – Montriond

SEPTEMBRE

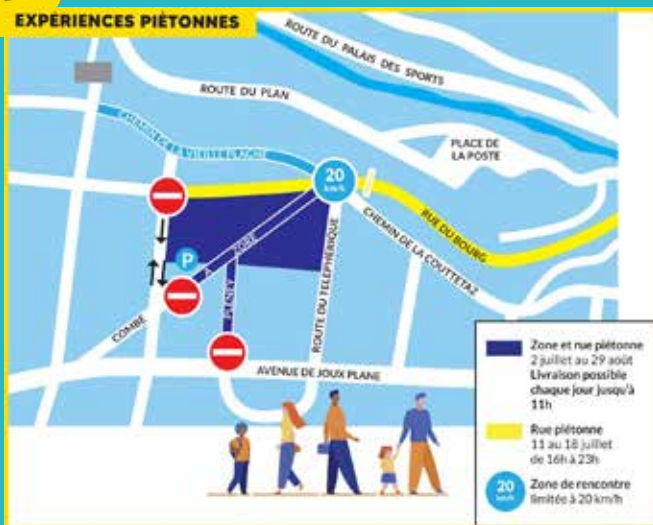
3 et 4 : 73e Rallye Mont Blanc Morzine

11 et 12 : Closing VTT



EXPERIENCES PIÉTONNES

Place aux piétons!



GRANDES DATES DE L'ETE DANS LES PORTES DU SOLEIL

CHATEL

10 et 11 Juillet : Cyclo sportive La Chatel Chablais Lemans Race

31 Juillet au 7 Août : Chatel retourne en enfance

22 Août : La Belle Dimanche

11 et 12 Septembre : La Montee Historique

LES GETS

Du 2 au 4 Juillet : Coupe du Monde Mountainbike

17 et 18 Juillet : Trail des Gets

Du 18 au 23 Juillet : Festival des 4 éléments

Du 4 au 14 Août : Lounge Music festival

REGION DENTS DU MIDI

Du 31 Juillet au 14 août : Rencontres Musicales de Champéry

14 et 15 Août : Swiss International Mountain Marathon

Du 10 au 12 Septembre : Bike & Sound

18 Septembre : Trail des Dents du midi

VALLEE D'AULPS

Du 18 au 20 Juillet : Le festival du Conte (3ème édition)

8 août : La fête du miel et de l'abeille

WWW.MORZINE-ANORAZ.COM

Portes du Soleil

PORTES DU SOLEIL SUMMER

L'APPLICATION QUI FACILITE VOTRE SÉJOUR

- PARCOURS VTT
- PARCOURS TRAIL
- ACTIVITÉS MULTI-PASS
- FÊTE-PORTES DU MOBIL-HiB

Application disponible sur

Google Play App Store