



ACTIVITÉS SPORTIVES

avec les Amis Montagnards
printemps-été 2024

“

Explorer
Partager
S'émerveiller !

...

”





Le club propose des activités d'escalade et d'alpinisme pour les enfants et les jeunes qui souhaitent s'initier, se perfectionner et progresser dans le respect des règles de sécurité.

Nous portons une attention particulière à assurer un encadrement compétent, dans un esprit de convivialité et de partage.

Que ce soit des sorties parents-enfants, des activités pour les jeunes ou des cours, il y a du choix pour tous les niveaux, toutes les envies et toutes les catégories d'âge.

Rejoignez-nous pour vivre des moments inoubliables, explorer ensemble les merveilles de la montagne et atteindre vos objectifs.



au programme...

- ▲ cours d'escalade pour enfants de 6 à 13 ans
- ▲ cours d'escalade pour adolescents de 14 à 17 ans
- ▲ « Les 16-25 ans en montagne » : comprend 8 sorties encadrées par les guides d'Helyum

Bienvenue au club des Amis Montagnards !

Nous offrons aux amoureux de la nature et de l'aventure, de tout âge, membres du club ou non, une gamme diversifiée d'activités incarnant magnifiquement notre passion pour la montagne.

Découvrez notre programme estival sur amis.ch/programme.



Flèches de granit majestueuses, parois verticales, courses glaciaires ; un programme pour les adeptes de défis sportifs et sensibles à la beauté des sommets.



En salle ou en extérieur ; blocs ou falaises ; moulinettes ou longues voies ; pour s'initier ou se perfectionner, notre offre allie technique, agilité, diversité et découverte.



De bonnes chaussures, des bâtons, un sac à dos et c'est parti ! Venez découvrir des paysages à couper le souffle dans une ambiance amicale et décontractée.



Parcours variés en VTT ou e-Bike sur des sentiers rocaillieux, pistes aménagées ou pâturages d'altitude ; irrésistibles pour les amateurs de deux-roues.



La gym des Amis c'est... bouger pour le plaisir, pour le bien-être du corps et de l'esprit !



Films de montagne, conférences, tournois de jass, ainsi que tout événement selon l'envie du moment.



Réservez notre chalet de Pierre-Plate, situé au Bettex, au-dessus de St-Gervais, France.

Il est idéal pour les familles et les groupes.



+125

activités proposées pour
la période d'avril à octobre
2024



Découvrez également nos partenaires de confiance !



**SKI-MONTAGNE
COQUOZ SPORTS**

*Ski, alpinisme, surf,
trekking, spéléo, grimpe*

*Vente-location
A votre service depuis 1947*

*10, rue de Villereuse - 1207 Genève
Tél. 022 735 23 21 - www.coquoz-sports.ch*

Parking Villereuse à 50m



Lunetterie  des Rois

Paul Trunz St-Georges 75 022 329 75 95 lunetteriedesrois.ch

HAPTER



le ski c'est

**UNIVERS
SPORTS**

Le choix • Le conseil • Le service

 **P** 52, rue de la Servette
CH - 1202 Genève
Tél.: 022 733 33 58
univers-sports@bluewin.ch
www.univers-sports.ch

IMPRIMERIE DES BERGUES SA

OFFSET, TYPO, THERMOGRAVURE
IMPRESSION DIGITALE



**18, RUE SAINT-JOSEPH - 1227 CAROUGE
TÉL. 022 343 17 76 - WWW.BERGUES.CH**



POUR DU MATÉRIEL DE MONTAGNE COMME ON L'AIME

CACTUS SPORTS

6 rue du Pont-Neuf à Carouge, du lundi au vendredi 9-19h, samedi 10-17h
022.300.3001. rayon camping et atelier de réparation au 022.301.74.33



Rejoignez-nous à notre stamm hebdomadaire le mardi soir à la Maison des Amis Montagnards (MAM), une ancienne église, située 54a, av. du Petit-Lancy, 1213 Petit-Lancy.

Rencontrez les membres, obtenez des informations et inscrivez-vous aux activités lors de ces rencontres. Les inscriptions ont lieu de 19h00 à 20h30 le mardi avant chaque activité. Consultez le programme et les pages des commissions pour plus de détails.



amis.ch/programme



amis.ch