



Du 13/06/26 au 19/06/26

> A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...

... 26/08/26

Les Sept Laux

> La tournée du Sentier des bergers - GR738

Cet été, la réalisatrice Camille Walter parcourt les vingt étapes du GR738 — d'Aiguebelle à Vizille — pour projeter le film chaque soir dans les refuges du Sentier des bergers, au cœur même des paysages qui ont inspiré le tournage.

☎ 04 76 13 57 78

<https://unejourneeunberger.com/gr738/>

... 4/10/26

Le Haut-Bréda

> "Belledonne, une histoire de Ski"

🕒 Mer. Jeu. Ven. Sam. Dim. 9h-12h30 / 14h-16h30 📍 Musée Forges et Moulins de Pinsot - Pinsot

€ Entrée libre. Seule la visite guidée de la forge et des moulins donne droit à un tarif d'entrée.

Au travers de cette exposition, découvrez l'épopée du ski dans le massif de Belledonne.

Visite libre aux horaires d'ouverture du Musée

Sans réservation

☎ 04 76 13 53 59

<https://musees.le-gresivaudan.fr/forges-et-moulins-de-pinsot-2/>

PRAPOUTEL

Les 7 Laux

LES ACTIVITÉS

TAUPI CAMP

Un village de jeux de parcours et de manipulation, labyrinthe en bois, tyrolienne, etc... De 4 à 12 ans. En accès libre

TÉLÉSIÈGE DES BOUQUETINS & TÉLÉSIÈGE DES CHAMOIS

Point de vue à 1550m à 1950m. 9€ la montée.

ESPACE NORDIQUE DE BELDINA

Véritable trésor nordique avec 5 pistes de ski de fond et 4 sentiers raquettes balisés et sécurisés. Chalet d'accueil avec location de matériel et restauration. Infos au 04 76 08 71 75.

DANS LES AIRS

PREVOL

Envolez-vous pour une expérience unique en parapente et admirez des paysages à couper le souffle. Sur réservation au 04 76 08 38 71.

ENVIE D'AILES

Prenez le départ pour un vol inoubliable à bord de l'ULM de votre choix.

Sur réservation au 07 82 86 14 40.

BIEN-ÊTRE

BÉDINA SPA

Offrez-vous une parenthèse de plénitude au Bédina Spa, dans un espace de détente : hammam, sauna, jacuzzi, bassin à jets, massages et soins esthétiques sont à votre disposition.

Sur réservation au 04 76 40 41 42.

MASSAGES EN BELLEDONNE

Massages bien-être et sportifs, adaptés à vos besoins et sans contrainte de déplacement.

Sur réservation au 07 67 13 23 80.

RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES

ALP'IN

Pascal vous fait découvrir la montagne en journée et en nocturne. Sur réservation au 06 76 12 80 48.

ENJAMBÉE SAUVAGE

En raquettes ou à pied, Sarah vous propose des randonnées au départ de Prapoutel, Pipay ou d'ailleurs. Sur réservation au 06 52 48 23 28.

THOMAS SÉRAMOUR

Accompagnateur en montagne, Thomas vous emmène découvrir la montagne autrement. Sur réservation au 07 61 07 35 33.

COURS/STAGES & ATELIERS

ESF - ECOLE DU SKI FRANCAIS

Cours collectifs et particuliers, ski alpin, snowboard, ski de randonnée, ski de fond, télémark, « All mountain », descente aux flambeaux.

ESI - ECOLE DE SKI INTERNATIONALE

Cours collectifs et particuliers, ski alpin, nordique, snowboard, hors-piste, ski de randonnée, raquettes, guide de haute montagne, Blue Night Family, yoga raquettes

EASY RIDERS - ÉCOLE DE SNOWBOARD

Cours collectifs et particuliers, freeride, sécurité avalanche, Riglet Burton Park

SLASH - ÉCOLE DE SNOWBOARD

Cours collectifs et particuliers, coaching freeride & freestyle, randonnées, split board, formation sécurité.

Bureau d'Information Touristique PRAPOUTEL

OUVERT TOUS LES JOURS

Période vacances scolaires et week-ends :

9H-17H30

Période hors vacances scolaires :

9H-12H30 et 13H30-17H30

Tél : 04 76 08 17 86

Mail : office.les7laux@les7laux.info

40 allée des terrasses

38190 PRAPOUTEL / Les 7 Laux

LES 7 LAUX

www.les7laux.com



Les7Laux



@les7laux