



100/ANS  
1926 ★ 2026 THE RED LEGEND

 [esscrans-montana.ch](https://esscrans-montana.ch)

ESTATE  
2026

**1**

## Ufficio Crans

Route des téléphériques 26  
CH-3963 Crans-Montana



9h00-15h30

**2**

## Ufficio Montana

Route des Arolles 2  
CH-3963 Crans-Montana



9h00-12h00  
14h00-17h00

**3 Zerodix**

+41 (0)27 481 00 90

**4 Merbé**

+41 (0)27 485 89 84

**5 Chetzeron**

+41 (0)27 485 08 00

**6 Cry d'Er**

+41 (0)27 485 89 85

**7 Arnouva**

+41 (0)27 485 89 86

**SOS CMA**

+41 (0)27 485 89 10

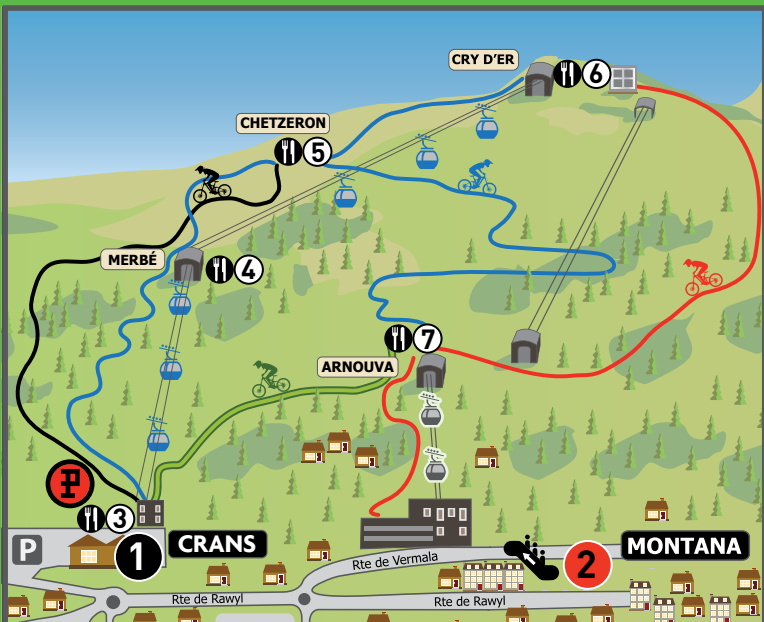
CHABLE  
**CRANS MONTANA**  
*Absolutely*

+41 (0)848 22 10 12

**Cable car timetable**

[www.mycma.ch](http://www.mycma.ch)

**BIKE**  
SCHOOL**KIDS**  
CAMP**GUIDE**  
OFFICE



## Percorsi

- Arnouva - Crans
- Cry d'Er - Crans
- Mont-Lachaux Downhill
- Chetzeron Downhill

Punto di ritrovo  
Ufficio Crans

**1** BIKE 9-10-11

Punto di ritrovo  
Ufficio Montana

**2** KIDS CAMP

Benvenuto nel paradiso dell'alta montagna e dei paesaggi incontaminati. Le nostre guide di alta montagna e gli accompagnatori si tengono a vostra disposizione estate come inverno. **Arrampicata – Alpinismo – Via Ferrata – Canyoning.**



## ATTIVITÀ DI GRUPPO

Min : 

### Escursione sul ghiacciaio Età **+10**

Accompagnati dalle guide di montagna, in cordata e con i cramponi, scoprite il ghiacciaio della Plaine Morte.

Prezzo famiglia a partire da 3 persone : 10%

Giovedì  
Mattina  3 ore



CHF 100.-

Incluso:  
Guida ed  
equipaggia-  
mento di  
sicurezza

Da avere:  
Ski Pass

### Escursione avventura Età **+10**

Percorsi nei canyon e tra le rocce con discesa con l'imbrago, sotto supervisione di una guida, nell'area di Violettes.

Prezzo famiglia a partire da 3 persone : 10%

Giovedì  
Pomeriggio

 3 ore



## ATTIVITÀ INDIVIDUALI



### Guida di alta montagna

|            |     |           |                                   |
|------------|-----|-----------|-----------------------------------|
| 1 Giorno   | Età | CHF 700.- | + CHF 50.-  Persona supplementare |
| ½ Giornata | +6  | CHF 450.- | + CHF 40.-  Persona supplementare |

### Guida di media montagna (Hiking Guide)

|            |     |           |                                   |
|------------|-----|-----------|-----------------------------------|
| 1 Giorno   | Età | CHF 450.- | + CHF 40.-  Persona supplementare |
| ½ Giornata | +6  | CHF 290.- | + CHF 30.-  Persona supplementare |

» Il prezzo può variare in base alla cima scelta



## Attività creative e di scoperta in montagna.

Atelier nella natura (costruzione di capanne, osservazione della fauna e della flora alpina, etc.), passeggiate a tema nella foresta (sulle tracce degli scoiattoli, scoperta degli alegggi e delle mucche...), giochi di gruppo e giochi d'equilibrio.

1 mattina



CHF 50.-

Min



5 mattine



CHF 200.-

**Cosa portare:** Zainetto, scarpe adatte, borraccia d'acqua, vestiti adeguati al meteo.

Età

3-6



9h45-12h45



Lun-Ven

Punto di ritrovo



Ufficio Montana



## Attività ricreative tutto incluso

Parchi d'attrazione, skatepark e trampolino, giornata alla fattoria, piscina, percorso sugli alberi, poney, giochi d'acqua, ghiacciaio, lles a Sion ecc...

**1 mattina**  CHF 150.-

**5 mattine**  CHF 595.-

Min : 

(Pranzo incluso)

**Cosa portare:** vestiti sportivi e scarpe adatte secondo il meteo, zainetto (con costume da bagno e asciugamano secondo l'attività della giornata), borraccia d'acqua.

Età

6-11



10h00-16h15



7/7

Punto di  
ritrovo

**2**

Ufficio  
Montana



# SPORT CAMP



## Attività sportive incentrate sulla mountain bike

Freestyle at Alaïa, wakeboard, giochi intorno al lago della Moubra, percorso sugli alberi...

1 Mattina  CHF 110.-

Min :   

5 Mattine  CHF 445.-

**Prezzo famiglia a partire da 3 persone**  
CHF 395.-

**Cosa portare :** Pic-nic in uno zaino, borraccia, mountain bike ed equipaggiamento adeguato, abbonamento impianti di risalita.

Età

8-12



9h30-16h00



Lun-Ven

Punto di ritrovo



Ufficio Montana



# BIKE CAMP



## Siete degli esperti di VTT e amate le sfide ?

Questo camp è fatto per voi. Farete progressi nei migliori spots di Crans-Montana e i nostri coach vi proporranno diverse prove nelle discipline del VTT (DH, Enduro, Trial...). Delle giornate sportive, tecniche e di divertimento saranno all'ordine del giorno e vi permetteranno di progredire.

**1 Mattine**  CHF 110.- **Min :**   

**5 Mattine**  CHF 445.-

**Prezzo famiglia a partire da 3 persone**  
CHF 395.-

**Cosa portare :** Pic-nic in uno zaino,  
borraccia, mountain bike ed equipaggia-  
mento adeguato, abbonamento  
impianti di risalita.

Età

10-16



9h30-16h00



Lun-Ven

Punto di  
ritrovo

2

Ufficio  
Montana



# E-BIKE



Incluso :



+



+



 1 ora

Età

 CHF 95.-

+ CHF 40.-  Persona supplementare

 1 giorno

+16

 CHF 480.-

+ CHF 105.-  Persona supplementare

Guide only :



CHF 65.- x 1 ora

+ CHF 10.- x  Persona supplementare

CHF 390.- x 1 giorno

+ CHF 40.- x 

Quale che sia la vostra condizione fisica, partite all'avventura in E-bike. Tra il fondo valle e la montagna, venite a scoprire i magnifici paesaggi della nostra regione e le sensazioni uniche della mountain bike elettrica.



# DOWNHILL



Incluso :



+



+



+

protect



1 ora

Età



CHF 95.-

+ CHF 40.-



Persona  
supplementare



1 giorno

+6



CHF 480.-

+ CHF 105.-



Persona  
supplementare

Guide only :



CHF 65.- x 1 ora

+ CHF 10.- x



Persona  
supplementare

CHF 390.- x 1 giorno

+ CHF 40.- x



Persona  
supplementare

Siete alla ricerca di adrenalina? Venite a provare o a perfezionare le vostre conoscenze con il VTT di discesa sulle diverse piste di Crans-Montana.

I nostri maestri vi daranno i migliori consigli per migliorare i vostri "drifts" o fare i primi "whips"



# ENDURO & CROSS COUNTRY

Incluso :



+



+



1 ora

Età



CHF 85.-

+ CHF 30.-



Persona  
supplementare



1 giorno

+6



CHF 450.-

+ CHF 90.-



Persona  
supplementare

**Guide**

**only :**



Guida

CHF 65.- x 1 ore

CHF 390.- x 1 giorno

+ CHF 10.- x

+ CHF 40.- x



Persona  
supplementare

Aproffitate a pieno dei migliori trails della regione del Vallese centrale. Questo terreno di gioco infinito, situato tra 3'000 e 500 metri d'altitudine, offre dei percorsi incredibili da scoprire.





**100/ANS**  
1926 ★ 2026 THE RED LEGEND

**Ci vediamo l'inverno prossimo !**



**SKI** SCHOOL

**BOARD** SCHOOL

**GUIDE** OFFICE

# IL VOSTRO LIVELLO



Andate occasionalmente in bicicletta e volete scoprire la mountain bike.



Andate regolarmente in bicicletta e volete perfezionarvi nella disciplina della mountain bike.



Andate in mountain bike e siete capaci di affrontare dei semplici ostacoli (curve difficili, piccoli salti).



Andate in mountain bike regolarmente e siete a vostro agio su ogni tipo di terreno.



# IL VOSTRO LIVELLO



## Livelli base



**Marmotte**



**Chamois**



**Bouquetin**

## Livelli « pro »



**Bouquetin Pro  
Trail**



**Bouquetin Pro  
Bikepark**



**Bouquetin Pro  
Pumptrack**

## PRINCIPALI SPONSOR

**PORSCHE**

**Centre Porsche Sierre**

**Ω**  
**OMEGA**

**BARNES**

INTERNATIONAL REALTY



**MAMMUT**  
S W I S S 1 8 6 2

**ESS**  
CRANS-MONTANA

Route des Arolles 2  
CH-3963 Crans-Montana  
Tél. +41(0) 27 481 14 80  
[info@esscrans-montana.ch](mailto:info@esscrans-montana.ch)

