

Au soleil et sous la pluie pour toute la famille

Toutes les activités listées ci-après sont proposées tous les jours:



Pumptrack
Centre sportif alpin de Mürren



Terrain de football
Centre sportif alpin de Mürren



Baby Foot
Centre sportif alpin de Mürren



Fléchettes
Centre sportif alpin de Mürren



Tennis
Sportchalet, dès CHF 20/place



Tennis de table
Centre sportif alpin de Mürren



Piscine
Centre sportif alpin de Mürren
Entrée libre avec la Carte Or (Gold Card)



Salle de sport
Centre sportif alpin de Mürren
Réservations possibles auprès de
Mürren Tourismus, dès CHF 40/heure



Slackline
Centre sportif alpin de Mürren



Parcours d'alpinisme guidé
Réservations possibles auprès de
Mürren Tourismus, CHF 135/personne.



Parapente en tandem
Réservations possibles auprès de
Mürren Tourismus, dès CHF 180/personne.



Mini-musée (musée vitrine)
minimuseummuerren.ch



Échecs en plein air
Haus Birg/Café Liv



Salle de jeux pour enfants
Centre sportif alpin de Mürren



NUMÉRIQUE

Smarttrail (seulement allemand)
Sentier parsemé d'énigmes à Mürren
jungfrauregion.swiss/smartrails

**Enquête criminelle dans la région
de la Jungfrau (seulement allemand)**
Aventure interactive en plein air
jungfrauregion.swiss/krimisspass

Sentier des détectives
Chasse au trésor de la Grütschalp à Mürren
muerren.swiss/detectivetrail/fr

Pour les activités ayant lieu au centre sportif, les horaires d'ouverture sont ceux du Centre sportif alpin de Mürren.

LÉGENDE

 Gratuit

 Inscription requise

PROGRAMME DE LOISIRS

Été / Automne 2021

Activités pour les enfants, les adultes et toute la famille



Jungfrau Region 

MÜRREN 
SCHILTHORN

Programme pour les enfants



Pendant les vacances d'été
Du 5 juillet au 14 août 2021



Rendez-vous au bureau Mürren Tourismus
(Centre sportif alpin de Mürren)



de 5 à 16 ans



Toutes les activités du programme pour enfants sont gratuites pour les enfants qui séjournent et qui habitent à Mürren et à Gimmelwald.



Inscription requise la veille avant
17.00h 00

LUNDI

Jouer et s'amuser | 9h 30 à 11h 30

Nous serions ravis de te faire découvrir différents sports. S'il fait beau, nous resterons dehors, et s'il pleut, la salle de sport sera à notre disposition. Il s'agit surtout de jouer et de s'amuser.

MARDI

Petite randonnée avec halte sur une aire de jeux de 9h 30 à 11h 30

Pars à la découverte des environs de Mürren au cours d'une randonnée dans la nature avec d'autres enfants. L'aire de jeux au-dessus du village offre encore plus de possibilités de se défouler.

MERCREDI

Travaux manuels | 9h 30 à 11h 30

Peindre, coller, découper et créer de nouvelles choses? Nous nous réjouissons d'ores et déjà de faire tout ça avec les enfants. Et ce ne sont pas les idées qui manquent!

JEUDI

Chasse au trésor | 9h 30 à 11h 30

Une chasse au trésor pleine d'aventures en pleine nature. Avec d'autres enfants, tu pars à la découverte de Mürren et ses environs. Bien entendu, une petite surprise vous attend à la fin de la chasse.

VENDREDI

Pumptrack

On monte, on descend, et on recommence! Le vendredi matin, la Pumptrack du centre sportif alpin n'a pas un instant de répit. Nous aidons les participants à tirer le meilleur des virages de la piste.

De 9h 30 à 10h 30 (enfants de 5 à 8 ans)

De 10h 45 à 11h 45 (enfants/ados de 9 à 16 ans)

SAMEDI

Jeu de croquet | 9h 30 à 11h 30

Le croquet consiste à pousser des boules multicolores sur le gazon selon un trajet précis. Un classique pour toute la famille.

DIMANCHE

Course d'orientation | 9h 30 à 11h 30 | dès 8 ans

Tu parcours Mürren et ses environs de long en large et collectes des balises au passage. Prêt à te dépenser et à t'amuser dans la nature?

Sur réservation préalable, le Paradis des enfants est encadré par Lotti du 19 juillet au 14 août 2021, tous les jours (sauf le jeudi) de 14h 00 à 17h 00.



INSCRIPTION À TOUTES LES ACTIVITÉS

muerren.swiss/freizeitprogramm-muerren-fr



Plus d'informations:
Mürren Tourismus
Tél. +41 33 856 86 86
info@muerren.swiss

Programme pour les adultes et les familles



Veuillez tenir compte des indications spécifiques à l'activité



Gratuit

LUNDI



Eisstock

Du 14.6.2021 au 11.10.2021 | 13h 00 à 17h 00

Chez nous, il est également possible de s'adonner à l'Eisstock en été et en automne. Qui d'entre vous parviendra à placer son disque au plus près du palet et à dégommer le disque de l'équipe adverse?



Visite du village à pied

Du 05.07.2021 au 11.10.2021 | 17h 00 à 18h 00

Nous sommes toujours heureux de présenter notre village absolument unique à nos hôtes, d'où qu'ils viennent. Venez faire une balade à Mürren et découvrez son histoire passionnante.

MARDI



Randonnée jusqu'à la cascade « Sprutz »

Du 15.6.2021 au 12.10.2021 | 14h 30 à 17h 00

Plongez dans un univers naturel intense et faites le plein d'énergie. Partez pour une randonnée d'environ 2,5 heures à travers les prairies et les forêts alpines jusqu'à la cascade «Sprutz» et faites l'expérience de la nature à l'état brut.

Zumba | dès 1.6.2021 | 19h 45 à 20h 45 |

CHF 15/personne

La Zumba est un programme de fitness en chorégraphie originaire d'Amérique latine. L'instructrice de Zumba se tient devant les participants et montre les pas de danse tandis que son public les reproduit directement au son de la musique. Inscriptions directement auprès de Dana von Almen au +41 79 475 66 04

MERCREDI

Visite d'une fromagerie d'alpage avec petit déjeuner

De 7h 45 à 12h 00 du 14.7.2021 au début du mois de septembre | CHF 15/personne

Après une randonnée d'une heure menant à la Schiltalp, plus en altitude, vous découvrirez quelques secrets de la fabrication traditionnelle du fromage au feu de bois. Ensuite, un petit déjeuner alpin copieux vous revigorera. De nombreuses randonnées partent de la Schiltalp.



Visite du village à pied

Du 16.6.2021 au 30.06.2021 | 17h 00 à 18h 00

Nous sommes toujours heureux de présenter notre village absolument unique à nos hôtes, d'où qu'ils viennent. Venez faire une balade à Mürren et découvrez son histoire passionnante.



Inscription requise la veille avant
17h 00

Randonnée cycliste guidée dans la région de la Jungfrau | De mai à octobre | l'après-midi | CHF 50/personne | vélo non incl.

Partez à la découverte des parcours aux alentours de Mürren de Lauterbrunnen. La randonnée a lieu à partir de quatre participants.

Yoga | de 18h 00 à 19h 00 | CHF 15/personne

Le hatha yoga vise l'équilibre entre le corps et l'esprit par des exercices physiques et respiratoires et la méditation. Inscriptions directement auprès de Denise Fussel au +41 78 642 34 85.

JEUDI

Aquagym | de 10.6.2021 | de 10h 00 à 11h 00 | CHF 20/personne

Les exercices effectués dans l'eau améliorent l'endurance, la force et la coordination. Inscriptions directement auprès d'Elisabeth Mettler au +41 79 247 39 07.



Randonnée en groupe

Du 8.7.2021 au 12.8.2021 | 17h 00 à 18h 00

Rejoins d'autres passionnés de montagne et découvre notre magnifique région avec eux. Peu importe ton niveau de forme : différents groupes sont constitués.

VENDREDI



Eisstock

Du 18.6.2021 au 15.10.2021 | 13h 00 à 17h 00

Chez nous, il est également possible de s'adonner à l'Eisstock en été et en automne. Qui d'entre vous parviendra à placer son disque au plus près du palet et à dégommer le disque de l'équipe adverse ?

SAMEDI



Jeu de croquet

Du 10.7.2021 au 14.8.2021 | 9h 30 à 11h 30

Le croquet consiste à pousser des boules multicolores sur le gazon selon un trajet précis. Un classique estival pour toute la famille.

DIMANCHE

Qi-Gong | de 9h 15 à 10h 45 | CHF 20/personne

Satpremo enseigne les exercices de cet art chinois ancestral par des mouvements simples, harmonieux et en cadence avec la respiration. Inscription directement auprès de Satpremo au +41 76 409 13 10