

CHARTREUSE

JUILLET - AOÛT

LE GUIDE DES

SORTIES

NATURE  
Coeur de Chartreuse





Crédit photo : Isère Attractivité - Alexandre Gelin

# Vos offices de tourisme

Coeur de Chartreuse

Besoin d'un renseignement, d'un conseil personnalisé ? Poussez la porte des Offices de Tourisme Coeur de Chartreuse. Vous y trouverez un accueil chaleureux, de la documentation, des idées et des bons plans

## Nos services

- Vente de cartes de pêche
- Billetterie
- Agence Transisère (St Laurent du pont)
- Relais Transisère (St Pierre de Chartreuse et Les Echelles)
- Wifi Chartreuse Gratuit
- Inscriptions aux activités

## Nous contacter

✉ [info@coeurchartreuse-tourisme.com](mailto:info@coeurchartreuse-tourisme.com)

☎ 04 76 88 62 08

🌐 [www.chartreuse-tourisme.com](http://www.chartreuse-tourisme.com)

📌 @coeurchartreuse-tourisme

## Nos horaires à partir du 6 juillet



### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

**Du lundi au samedi :**

De 9h à 12h et de 14h à 18h

**Dimanche :** De 9h à 12h30



### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

**Du lundi au samedi :**

De 9h à 12h30 et de 14h30 à 18h30

**Dimanche :** 9h à 12h30



### SAINT LAURENT DU PONT

**Du mardi au vendredi et les samedis 25 juillet, 1, 22 et 29 août :**

De 9h à 12h30



### LES ECHELLES

**Du lundi au dimanche :**

9h30 à 13h et de 14h à 18h

# MARCHEZ



Credit photo : Pierre Javet - Isere attractivité

## Rando "observation de la faune de montagne"

### ENTREMONT LE VIEUX

Au petit matin ou en soirée, nous partons discrètement nous poster en montagne, pour aller observer la faune, reprenant possession des lieux quand les randonneurs sont partis. Bouquetins, chamois, marmottes, rapaces seront au rendez-vous. À vos jumelles !

- 🕒 À 5h **En juillet** : tous les lundis et jeudis  
À 17h30 **En juillet** : tous les mardis et vendredis
- € Adulte 27€ - Enfant 22€
- 📞 Sur inscription : 06 95 87 87 57 (Bodhgaya)

## Rando "Les apprentis montagnards"

### ENTREMONT LE VIEUX

Une demi-journée où les enfants découvrent plein d'astuces pour s'amuser dans la nature, sous l'œil bienveillant des parents qui repartent avec de nouvelles idées pour agrémenter les futures balades avec les enfants.

- 🕒 De 9h30 à 12h  
**En juillet** : les mardis 7, 14, 21, 28  
**En août** : les mardis 4, 11, 18, 25
- € Enfant 15€ (gratuit pour les parents)
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Journée Randonnée en Montagne

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Partez à la découverte des plus beaux sites de Chartreuse par les itinéraires préférés des accompagnateurs en Montagne de Cartusiana.

- 🕒 De 9h à 16h30 **Tout l'été** : tous les mardis, mercredis, jeudis, vendredis et samedis
- € 35€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## Marche consciente en Chartreuse©

### ENTREMONT LE VIEUX

Vivez l'expérience de la méditation marchée en pleine nature spirituelle et sauvage de Chartreuse. Marche lente, sans difficulté, ponctuée de pratiques de sophrologie, de yoga et de méditation.

- 🕒 De 15h à 17h  
**En juillet** : les mardis 7, 28  
**En août** : les mardis 4, 11, 18
- € Adulte 59€ - Enfant (-12 ans) 49€
- 📞 Sur inscription : 09 67 12 90 57 (Florence Ratat)

## Marche du silence autour du monastère - 1/2J

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marcher à petits pas, silencieux et disponible, curieux et sensible. Entrer au Désert de Chartreuse à l'image de Bruno et de ses compagnons en 1084. Au gré des haltes, François vous propose de découvrir l'histoire de ce lieu et de ses habitants.

- 🕒 De 9h à 12h (Départ garanti)  
**En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29  
**En août** : les mercredis 5, 12, 19, 26
- € Adulte 30€ (couple 50€, famille 60€ (3 personnes) et 25€ par personne supplémentaire).
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Apéro Rando

### ST PIERRE DE CHARTREUSE / ST PIERRE D'ENTREMONT

Le plaisir d'une balade dégustative, découvrez les bons produits locaux dans une ambiance conviviale.

- 🕒 À 18h  
**En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29  
**En août** : les mercredis 5, 12, 19, 26
- € Adulte 35€ - Enfant 20€
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## Balade Visite-Découverte des Entremonts !

### ENTREMONT LE VIEUX

Cette promenade à Entremont le Vieux, d'Epernay aux Bessons, vous permettra de découvrir quelques éléments caractéristiques des Entremonts en Chartreuse.

- 🕒 De 14h à 16h  
**En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29
- € 7€ par personne
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90 (L'Atelier Les Pages Libres)

## Le merveilleux & la légende des Entremonts

### ENTREMONT LE VIEUX

Partez à la découverte des légendes locales au cours d'une balade contée familiale dans les gorges du Cozon. 1h30 de balade environ, pour tout public à partir de 5 ans.

- 🕒 De 10h à 12h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20
- € 5€ par personne
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90

## Nature et silence

### ENTREMONT LE VIEUX

Vivre une expérience du silence entre parents et enfants. Un moment où la marche et la nature nous enseignent le silence.

- 🕒 De 9h à 11h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € Adulte 8€ - Enfant 5€ - Famille (maximum 4 pers.) 20€
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Marche du Silence

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marche du silence : Bien-être et remise en forme

- 🕒 De 10h à 12h  
**En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29  
**En août** : les mercredis 5, 12, 19
- € Adulte 30€ - Enfant (dès 10 ans) 25€
- 📞 Sur inscription : 06 95 69 50 08 (École de porte)

## Rando découverte de Miribel les Echelles

### MIRIBEL LES ECHELLES

Découverte nocturne d'un village de Chartreuse : Miribel les Echelles. Prévoir une lampe de poche.

- 🕒 De 20h30 à 22h15  
**En juillet** : les jeudis 2, 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € Gratuit
- 📞 Sur inscription : 07 85 71 47 65

## Balade écriture

### ENTREMONT LE VIEUX

Venez découvrir la Chartreuse par les œuvres littéraires et vous essayer à l'écriture lors d'une randonnée facile entrecoupée de pauses d'écriture guidées.

- 🕒 De 14h à 17h
- € **En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
15€ par personne
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90

## Rando insolite, découverte des cascades

### CIRQUE DE ST MÊME - SAINT PIERRE D'ENTREMONT

Partez à la découverte des cascades du Cirque de St Même avec un accompagnateur en montagne. En 1/2 journée, offrez-vous une sortie que vous ne feriez pas seul ! Petit passage sous terre, montée à résurgence par les pas escarpés sur un sentier ludique.

- 🕒 De 9h à 12h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30
- € 22€ par personne - Famille 15€ par enfant (13-18 ans) si accompagné des parents.
- 📞 Sur inscription 06 07 62 35 17 (Patrice Pauly)

## Marche du silence autour du monastère - journée

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Marcher à petits pas, silencieux et disponible, curieux et sensible. Entrer au Désert de Chartreuse à l'image de Bruno et de ses compagnons en 1084. Au gré des haltes, je vous propose de découvrir l'histoire de ce lieu et de ses habitants.

- 🕒 À 9h  
**En juillet** : les vendredis 10, 17, 24, 31  
**En août** : les vendredis 7, 14, 21, 28
- € Adulte 40€ (couple 70€, famille 80€ 3 personnes)
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Soirée fondue dans un habert

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Imaginez une expérience unique au cœur de la Chartreuse. Après une courte randonnée, vous rejoindrez une ancienne et mystérieuse demeure.

- 🕒 De 18h à 22h  
**En juillet** : les vendredis 10, 17, 24, 31  
**En août** : les vendredis 7, 14, 21, 28
- € 55€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

## Bivouac en pleine nature

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

En groupe ou en famille, venez-vous immerger en pleine nature dans le massif de la Chartreuse. Découvrez l'écosystème qui vous entoure, partagez un moment convivial autour d'un feu et passez la nuit sous un tepee ou à la belle étoile.

- 🕒 **En août** : le samedi 1er
- € 140€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 40 64 50 65 (L'Appel de la Nature)

## L'Eau, source de Vie

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Une balade vivifiante au fil de l'Eau dans les magnifiques gorges du Guiers mort où Dame Nature nous surprend par sa beauté, tantôt apaisante, tantôt puissante, voire mystérieuse...

- 🕒 De 9h30 à 16h  
**En juillet** : le samedi 25 et le vendredi 31  
**En août** : le vendredi 21
- € 50€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 42 18 24 38 (Magali Natur'harmonie)

## Rando initiation plantes comestibles

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La nature nous révèle bien des surprises, et il suffit parfois simplement de s'y pencher pour y trouver une richesse trop souvent oubliée ! Initiez-vous aux plantes sauvages comestibles en compagnie d'un chef cuisinier et d'un accompagnateur en montagne.

- 🕒 De 9h à 16h30  
**En juillet** : les dimanches 5, 19, 26
- € Adulte 55€ - Enfant 44€
- 📞 Sur inscription : 06 95 87 87 57 (Bodhgaya)

## Rando pleine lune autour du Monastère

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

François vous propose de découvrir l'environnement du Monastère différemment, lors d'une randonnée nocturne pleine lune pour un moment unique et magique. Balade entre 4h et 5h dont 3h de marche effective.

- 🕒 De 19h à 23h (Départ garanti)  
**En juillet** : le dimanche 5  
**En août** : le samedi 1er
- € Petit parcours : Adulte 30€, couple 50€, famille (3 personnes min) 20€ par personne.  
Grand parcours : Adulte 40€, couple 70€, famille (3 personnes mini) 25€ par personne.
- 📞 Sur inscription : 06 76 91 98 45 (François Ruby)

## Balade en famille pour préparer son séjour

### ENTREMONT LE VIEUX

Les enfants à l'aide d'une carte et boussole mènent le groupe sur l'itinéraire pendant que les parents interpellent François Ruby, accompagnateur en montagne, pour affiner leur séjour en Chartreuse. Nous terminons la balade avec petit encas tiré des sacs.

- 🕒 De 19h à 21h  
**En juillet** : les dimanches 12, 19, 26  
**En août** : les dimanches 2, 9, 16, 23, 30
- € Adulte 8€ - Enfant 5€ - Famille (maximum 5 pers.) 20€
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 79 65 81 90

## La tourbière de l'Herretang se dévoile !

### TOURBIERE DE L'HERRETANG - ST LAURENT DU PONT

Découvrez ses plantes carnivores, ses oiseaux, ses libellules mais aussi son histoire et son ancienne Tuilerie.

- 🕒 De 10h à 16h  
**En juillet** : le dimanche 19  
**En août** : les dimanches 16, 30
- € Gratuit
- 📞 Sur inscription à l'Office de Tourisme 04 76 06 22 55

## Marche nordique et/ou pilates

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Remise en forme globale dans un environnement propice au bien-être. Séance de marche nordique alliant travail cardio-vasculaire, technique et convivialité...Séance Pilates pour prendre conscience de son corps au présent et ressentir le centre du corps (centrage abdominal)

- 🕒 Marche nordique De 9h30 à 11h De 14h à 16h  
**En juillet** : 2, 10, 17, 19, 31 **En juillet** : 11
- Pilates De 11h à 12h  
**En juillet** : 2, 10, 17, 19, 31
- € Marche nordique 14€ (1h30) - 16€ (2h)  
Pilates 14€ - Marche nordique + pilates 26 €
- 📞 Sur inscription : 06 30 30 50 75 (Peggy Coach Form)

## Insolite : brèche de l'inscription Romaine

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La plus belle rando des Entremonts, celle que l'on n'ose pas faire seul... La boucle du Cirque de St Même par la cheminée de Fontanieu, la Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse et le Pas de la Mort !

- 🕒 À 8h  
**En juillet** : les dimanches 5, 12, 19, 26  
**En août** : les dimanches 2, 9, 16, 23, 30
- € 40€ par personne
- 📞 Sur inscription : 06 07 62 35 17 (Patrice Pauly)

## Alpages à partager

### ALPAGES COL DU COQ - CHAMECHAUDE

Randonnée commentée au cœur des alpages de Chartreuse à la rencontre du berger. Randonnée adaptée au bon marcheur. Pique-nique tiré du sac. Prévoir : chaussures de randonnée, eau, protection solaire. (A partir de 10 ans)

- 🕒 **De 14h à 17h**  
Le 19 Juillet au **Col du Coq**
- € Le 30 Juillet au **Montjallat Chamechaude**  
Gratuit
- 📞 Inscription obligatoire au 04 76 88 75 20 au plus tard une semaine avant la sortie.

## Alpages à partager - Journée

### ALPAGES COL DU COQ

Randonnée commentée au cœur des alpages de Chartreuse à la rencontre du berger. Randonnée adaptée au bon marcheur. Prévoir : chaussures de randonnée, eau, protection solaire. (A partir de 10 ans)

- Balade chantée avec la Cie les Entêtés
- Temps du déjeuner : Pique-nique tiré du sac, échange avec l'éleveur, dégustation de l'agneau d'alpage et autres produit locaux.
- Dialogue avec le troupeau.
- 🕒 **Le dimanche 16 août** de 10h à 17h
- € Gratuit
- 📞 Inscription obligatoire au 04 76 88 75 20 au plus tard 1 semaine avant la sortie.

## PLONGEZ



Credit photo : Canva

## Canyoning dans les gorges de Chailles

### SAINT FRANC

Les gorges de Chailles présentent un très bel encaissement, insoupçonné depuis la route qui passe au-dessus, reliant Chambéry à Lyon par la voie nationale. Découvrez-les avec un moniteur passionné !

- 🕒 À 9h
- € **En juillet** : les vendredis 10, 17, 23, 31  
**En août** : les vendredis 7, 14, 21, 28
- 📞 89€ par personne  
Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)

## Aquagym

### PISCINE MUNICIPALE - ST PIERRE DE CHARTREUSE

Aquagym, cardio et renforcement musculaire en musique, pour garder la forme, même en vacances !

- 🕒 De 19h à 19h45 **Tout l'été** : Les mardis et vendredis  
De 9h45 à 10h30 **Tout l'été** : Les samedis
- € 7€ la séance
- 📞 Inscription sur place 06 28 06 13 32

# ROULEZ



Crédit photo : Canva

## Soirée VTT au coucher du soleil

### SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Ascension facile d'un sommet proche du village pour profiter des derniers rayons du soleil. Quel que soit votre niveau, une belle descente nous attend.

- 🕒 À 19h30  
**En juillet** : les mardis 7, 14, 21, 28  
**En août** : les mardis 4, 11, 18, 25
- € 60€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie enduro VTTAE à la journée

### ST PIERRE DE CHARTREUSE - ST PIERRE D'ENTREMONT

Découvrez ou perfectionnez votre pilotage sur les singles secrets de nos moniteurs MCF.

- 🕒 À 9h  
**En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29  
**En août** : les mercredis 5, 12, 19, 26
- € 100€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie en vélo électrique tous chemins

### ST PIERRE DE CHARTREUSE - ST PIERRE D'ENTREMONT

Venez parcourir nos plus jolis parcours en vélo électrique à la découverte des hameaux de Chartreuse. Une sortie accessible à tous les niveaux à partir de 10 ans.

- 🕒 À 14h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € 60€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana et VTT MCF)

## Sortie découverte en VTT électrique

### RDV À BRUN SPORT À SAINT PIERRE DE CHARTREUSE

Balade découverte en VTT électrique.

- 🕒 De 10h à 12h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € 25€ (hors location de VTT)
- 📞 Sur inscription : 06 95 69 50 08 (École de porte)

## Les jeudis Trott'e (Trottinettes électriques)

### RDV OFFICE DE TOURISME À ST PIERRE D'ENTREMONT

Parcourez les chemins des Entremonts en Chartreuse, entre paysages et histoires, en trottinette électrique tout terrain lors d'une balade encadrée par un guide diplômé. Sur le chemin, échangez avec un tourneur sur bois passionné et découvrez son univers.

- 🕒 De 10h à 12h : Balade découverte  
De 14h à 15h ou de 15h30 à 16h30 : Balade initiation  
**En juillet** : les jeudis 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13
- € 45€ (la balade découverte) - 30€ (la balade initiation)
- 📞 Sur inscription à l'Office de tourisme avant le mercredi 12h 04 79 65 81 90 (Trott'e-Xperience)

# SURVIVEZ



Crédit photo : Canva

## Stage de survie / Bushcraft

### LIEU À LA DEMANDE

Cet atelier de bushcraft en demi-journée, véritable immersion dans la nature, permet d'apprendre à cuisiner les plantes comestibles, à filtrer l'eau et à se repérer.

- 🕒 À 14h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € Adulte 45€ - Enfant 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Nakanai)

## Soirée sauvage - Survie / Bushcraft

### LIEU À LA DEMANDE

Cette soirée sauvage vous plongera en immersion dans la nature, et vous permettra d'apprendre à cuisiner les plantes comestibles sauvages, à filtrer l'eau et à vous repérer.

- 🕒 À 19h  
**En juillet** : les jeudis 9, 16, 23, 30  
**En août** : les jeudis 6, 13, 20, 27
- € Adulte 45€ - Enfant 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Nakanai)

# GRIMPEZ



## Découverte de la grimpe d'arbre

### LES ESSARTS À ST PIERRE DE CHARTREUSE

Cet été initiez-vous à la grimpe d'arbre au cœur du Parc naturel régional de Chartreuse. Pendant 1h30, venez vous frotter à l'écorce de ces géants et tentez d'en atteindre la cime.

- 🕒 **En juillet** : le mardi 7 et le mercredi 8
- 💶 10€ par personne (matériel fourni)
- 📞 Sur inscription : 06 82 15 72 26

## Grimpe d'arbre

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

Pour vos loisirs, privilégiez une approche ludique et sensorielle en grim pant au sommet des arbres les plus hauts ! Activité nomade, sans câble, ni aménagement fixe... À la manière des grimpeurs élagueurs !

- 🕒 À 14h
- 📅 **En juillet** : les mardis 7, 14, 21, 28
- 💶 29€ par personne (matériel fourni)
- 📞 Sur inscription : 06 07 62 35 17 (Patrice Pauly)

## Demi-journée initiation escalade en falaise

### ENTREMONT LE VIEUX

Juste débutants ou déjà initiés, venez profiter d'une demi-journée sur de belles falaises d'escalade, des voies de tous les niveaux au cœur du massif de la Chartreuse. Activité encadrée par un moniteur diplômé.

- 🕒 De 13h30 à 17h30
- 📅 **En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29 et les jeudis 9, 16, 23, 30
- 💶 Adulte 40€ - Enfant 35€
- 📞 Sur inscription : 06 95 87 87 57 (Bodhgaya)

## Journée initiation escalade en falaise

### ENTREMONT LE VIEUX

Juste débutants ou déjà initiés, venez profiter d'une demi-journée sur de belles falaises d'escalade, des voies de tous les niveaux au cœur du massif de la Chartreuse. Activité encadrée par un moniteur diplômé.

- 🕒 De 8h30 à 16h30
- 📅 **En juillet** : les vendredis 10, 17, 24, 31
- 💶 Adulte 55€ - Enfant 50€
- 📞 Sur inscription : 06 95 87 87 57 (Bodhgaya)

## Encadrement Via Ferrata

### LA ROCHE VEYRAND ST PIERRE D'ENTREMONT

Nos moniteurs proposent de vous faire découvrir la via ferrata de Roche Veyrand en toute sécurité. Toute la famille pourra parcourir les passerelles, ponts de singe et parois rocheuses... Sensations fortes dans un cadre spectaculaire !

- 🕒 **En juillet et août** : Tous les vendredis
- 💶 45€ par personne (demi-journée)
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)

## Encadrement Via Ferrata (dès 9ans)

### LA ROCHE VEYRAND ST PIERRE D'ENTREMONT

Le plaisir de grimper et lézarder sur les belles falaises de Chartreuse, c'est ce que nous proposons de vous faire découvrir.

- 🕒 **En juillet et août** : Sur rendez-vous
- 💶 55 € pour la 1ère partie, 65 € pour la via intégrale
- 📞 06 87 48 41 68 (La maison de la montagne)

# CHEVAUCHEZ



## Randonnée anière

### ST PIERRE D'ENTREMONT - ST PIERRE DE CHARTREUSE

Randonnée avec des ânes sur les sentiers de Chartreuse. Initiez-vous aux soins des ânes, apprenez à bâter et à mener cet affectueux compagnon aux longues oreilles ...

- 🕒 À 9h
- 📅 **En juillet** : les mardis 7, 14, 21, 28
- 📅 **En août** : les mardis 4, 11, 18, 25
- 💶 49€ par personne
- 📞 Sur inscription : 04 38 86 91 31 (Cartusiana)

# EXPLOREZ



## Spéléologie Grotte du Curé

### SAINT PIERRE D'ENTREMONT

La grotte du Curé se situe dans les gorges du Guiers Vif, en amont du Pas du Frou. C'est une cavité idéale pour l'initiation, permettant de découvrir la spéléologie de manière assez complète avec des moniteurs passionnés.

- 🕒 À 9h
- 📅 **En juillet** : les mercredis 8, 15, 22, 29
- 📅 **En août** : les mercredis 5, 12, 19, 26
- 💶 Adulte 45€ - Enfant -12 ans 39€
- 📞 Sur inscription : 06 11 60 80 20 (Kahotep)

