

ESF

PRAZ-DE-LYS



→ ÉCOLE DU SKI FRANÇAIS
Centre Commercial
74440 Praz-de-Lys - Taninges
Directeur: Pierre-André COMTAT
• Tél : 04 50 34 33 68

→ CONTACTS
• e-mail: contact@esf-prazdelys.fr
• site : www.esf-prazdelys.fr
• site : ski-school-prazdelys.co.uk
• Office du Tourisme : Tél : 04 50 34 25 05

ESF
RÉSERVEZ
EN LIGNE

ouvert 7/7 jours ÉTÉ/HIVER TOUSSAINT

Supermarché
Utile

VOTRE MAGASIN VOUS PROPOSE

- COMMANDES EN LIGNE - LIVRAISONS à DOMICILE
- PARAPHARMACIE
- Produits RÉGIONAUX sans gluten BIO
- PRÊT d'appareils à raclette, fondue, pierrade, crêpière
- FROMAGE à la coupe de nos fruitières
- PRÊT de pelles à neige
- VENTE de chaînes à neige et de chaussettes
- LOCATION booster de démarrage
- Laverie automatique 7J/7 TOUTE L'ANNÉE
- PAIN GAZ
- Tirage de PHOTOS immédiat
- Vente de timbres et enveloppes pré-timbrees

Supermarché du Praz de Lys
Centre commercial Chalune
74440 Praz de Lys
utileprazdelys@gmail.com
Tél. 04 50 34 27 43

• COURS COLLECTIFS • GROUP LESSONS

• ALPIN & FOND
• ALPINE AND NORDIC SKIING

Sauf Compétition & Étoile d'Or	Adultes/adults		Enfants/children	
	B.S	H.S*	B.S	H.S*
6 jours consécutifs 2h.	120 €	128 €	126 €**	134 €**
1 ticket de 2 heures	27 €	28 €	27 €	28 €

• COMPÉTITION & ÉTOILE D'OR
• COMPETITION TRAINING

1 ticket de 3 heures.	35 €
6 jours consécutifs de 3 heures.	163 €

• SNOWBOARD

1 ticket de 2 heures	28 €
6 jours consécutifs 2 heures	128 €

• MINI COLLECTIFS ENFANTS
• MINI GROUP LESSONS FOR CHILDREN

limité à 8 élèves / limited to 8 children

1 ticket de 2 heures	37€
6 jours consécutifs 2 heures	172 €**

EN JANVIER & EN MARS
• DIMANCHES NEIGE
5 DIMANCHES CONSÉCUTIFS

LES 02/01 - 09/01 - 16/01 - 23/01 - 30/01
ET EN MARS 06/03 - 13/03 - 20/03 - 27/03 - 03/04

COURS COLLECTIFS DE 3 HEURES : 13:30/16:30

COURS OUVERTS À PARTIR DE 6 ÉLÈVES. ÂGE MAXIMUM : 14 ANS

SKI ALPIN Floçon, 1° Étoile, 2° Étoile, 3° Étoile Étoile de Bronze, Étoile d'Or	125 €
SKI ALPIN Ourson (cours de 2 heures)	99 €
SNOWBOARD Débutants - Perfectionnement	120 €



ESF
RÉSERVEZ
EN LIGNE

• HORAIRES • SCHEDULES

	Matin Morning	Après-midi Afternoon
Vac. de Noël Christmas Holidays	10h/12h	14h30/16h30
Vac. de Février February Holidays	9h45/11h45	15h15/17h15
Jardin des Neiges Ski Kindergarten	9h15/11h45	14h à la fin du téléski
Piou Piou Piou Piou	9h15/11h45	14h ou 14h30 à la fin du téléski

• STAGE TEAM RIDER

Entre hors-piste et snowpark, viens rejoindre notre équipe et tester différentes disciplines avec les riders de ton âge. Viens découvrir les différentes facettes du Freestyle et du Freeride dans une ambiance festive. Technique, Freestyle en park, Boardercross et hors-pistes (Freeride/Backcountry) au programme. *Ambiance garantie!* Nos cours sont organisés sur 6 jours (du dimanche au vendredi).

Uniquement vacances scolaires :

Noël de 12h30 à 14h30 • Février de 13h15 à 15h15

1 ticket de 2 heures	28 €
6 jours consécutifs 2 heures	128 €

Réservation uniquement pour les cartes 6 jours consécutifs. Réservation possible par téléphone à partir du mardi 02/11/21.

Par COURRIER, veuillez indiquer:

- le nom, le prénom, l'âge pour les enfants,
- la discipline (alpin, fond, snowboard, skating, freestyle),
- le cours correspondant à votre niveau,
- la date de votre premier cours,
- l'horaire désiré.

N'envoyez pas d'arrhes, vous régulariserez dès votre arrivée au bureau de l'E.S.F.

NOUS N'ACCUSONS PAS RÉCEPTION
DES RÉSERVATIONS.

• JARDIN DES NEIGES de 3 ans à 4 ans
• SKI KINDERGARTEN from 3 to 4 years old

Club PiouPiou

	Basse Saison	Haute Saison
demi-journée matin ou après midi	30 €	31 €
6 demi-journées consécutives	136 €**	146 €**

• LES PIOUS PIOUS de 4 ans à 5 ans
• PIOUS PIOUS from 4 to 5 years old

*TARIFS HAUTE SAISON
*HIGH SEASON RATES

de/from 26/12/21 à/to 01/01/22
et/and de/from 06/02/22 à/to 05/03/22

POUR
LES ENFANTS
MÉDAILLE
INCLUSE

**La médaille est incluse dans le prix du cours chez les enfants, les Piou et le Jardin des neiges. The medals are included in the price for children, Piou and Ski Kindergarten



• SKI DE RANDONNÉE • NORDIC SKIING

Le ski de Rando... Comment cela se passe ?
Ma première sortie !
Les bases cela s'apprend, après ça va mieux...
Venez avec votre matériel ou louez le dans un magasin, on s'occupe du reste !
Vous savez skier et cette activité vous tente... nous vous proposons une initiation sur un itinéraire facile, alors venez avec vos amis d'aventure ou votre famille...

• SORTIE DE NUIT •
NIGHT OUT

Sortie de nuit avec FONDUE dans un chalet d'alpage.
tarif : se renseigner auprès de l'ESF

Mon séjour
en Montagne
Faites confiance à ceux qui l'aiment

Réservez vos cours en 1 clic facilement et sans majoration

Cours de ski Forfait de ski Location de Matériel Hébergement



• COURS PARTICULIERS • PRIVATE LESSONS

1 heure	Basse Saison	Haute Saison*
1 personne	38 €	46 €
2 à 4 personnes	45 €	52 €
5 à 6 personnes	55 €	62 €

avec correction vidéo 2 heures minimum

1 personne	92 €
2 à 4 personnes	104 €

• ENGAGEMENT • PRIVATE TUITION

demi-journée de 3h1/2 matin ou après-midi	160 €
Journée	300 €

Réservations possibles par TÉLÉPHONE à partir du mardi 02/11/21

Par COURRIER, veuillez indiquer:

- le nom, le prénom
- la discipline (alpin, fond, snowboard, skating, freestyle)
- le nombre de personnes en cours

• HORAIRES • SCHEDULES

Vacances de Noël Christmas Holidays	9h/10h • 12h/13h 13h30/14h30
Vacances de Février February Holidays	8h45/9h45 • 11h45/12h45 13h15/14h15 • 14h15/15h15

FORFAIT PÉDAGOGIQUE SPÉCIAL PROGRESSION -10%

10% DE REMISE SUR L'ACHAT DE 6 LEÇONS PARTICULIÈRES CONSÉCUTIVES. Uniquement basse saison.

les dates
les horaires et le nombre de leçons
le nom des moniteurs
si vous connaissez la station
Joindre un chèque de la valeur de 2 cours.

NOUS N'ACCUSONS PAS RÉCEPTION
DES RÉSERVATIONS.



• SPEED TEST

Venez évaluer votre vitesse chronométrée
la séance : 2 €

• INSCRIPTION AUX TESTS • PERFORMANCE TEST

Flèches / Chamois - Saut 8 €

• TANDEM SKI

séance de 2 heures minimum
1 personne 85 €

• SNOWSCOOT

se renseigner auprès de l'ESF

• BIATHLON

1 personne séance de 1 heure 50	79 €
2 à 4 personnes séance de 1 heure 50	93 €

• SORTIES RAQUETTES • SNOWSHOEING COURSES

Ticket de 2 heures	15 €
Ticket de 3 heures	20 €
Sortie de nuit	18 €

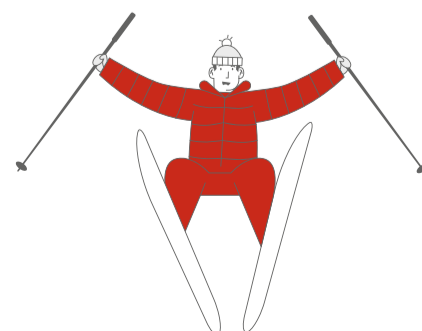
L'après-midi uniquement - matériel non fourni

Rejoignez-nous ! facebook

LORS DE VOTRE ARRIVÉE, NOUS POUVONS VOUS ÉVITER L'ATTENTE AU BUREAU DE L'E.S.F. POUR CELA, TÉLÉPHONEZ-NOUS AU 04 50 34 33 68 À PARTIR DU MARDI 02/11/21

CONDITIONS GÉNÉRALES

- Le début des cours collectifs a lieu : Vacances scolaires: le dimanche et le lundi.- Hors vacances scolaires: le lundi.
- Le matériel et le forfait remontées mécaniques ne sont pas compris dans le prix des cours. Nous invitons les élèves titulaires d'une carte de cours à s'équiper d'un forfait hebdomadaire remontées mécaniques, sauf pour les élèves du jardin des neiges, du Piou Piou.
- Toute annulation ou report de cours particulier doit se faire avec le moniteur concerné.
- Hors périodes de vacances scolaires, les cours collectifs ont lieu uniquement le matin.
- Assurances: les élèves ne sont pas assurés par l'E.S.F pendant les cours.
- Pour éviter les risques d'ennuis financiers lors d'un accident, nous vous conseillons de prendre la CARTE-NEIGE. Assurance responsabilité civile ski, la Carte-Neige prend en charge: les frais de secours sur piste et hors piste, le transport à l'hôpital, le rapatriement. Elle vous rembourse votre forfait de remontées mécaniques et vos cours de ski. La carte-Neige est en vente au bureau de l'E.S.F.



GENERAL INFORMATION

- The beginning group classes are held : School holidays: on Sundays and Mondays - Out of school holidays : on Mondays.
- Equipment and ski pass are not included in the ski course price. We invite ski courses cardholders to buy a weekly ski pass, except for children from kindergarten, Piou Piou.
- Any cancellation or postponement of private lessons must be dealt with the instructor concerned.
- Outside school holidays, group classes are held only in the mornings.
- Insurance: students are not insured by the ESF during the course.
- To avoid financial trouble in an accident, we advise you to take the CARTE-NEIGE. Being a ski liability insurance, the card covers rescue costs on and off piste, transportation to the hospital, repatriation. It will reimburse your lift pass and ski lessons. CARTE-NEIGE is on sale at the ESF office.



SPORT 2000

SKI · SNOWBOARD · TEXTILES

LE SPOT DU PRAZ
lespotdupraz.fr

04 50 34 38 61 - lespotdupraz@gmail.com

www.justi-sports.com

JUSKI SPORTS
LOCATION - VENTE
ENTRETIEN - RÉPARATION

Praz-de-Lys Tél. 04 50 34 31 17

PRODUITS RÉGIONAUX

La Ferme des Sauveteurs

Le Chalune - Praz-de-Lys
Tél. 04 50 78 03 38
Port. 06 50 75 25 99

Depuis 2007

5

BAR · RESTAURANT D'ALTITUDE

LE YAM

CHALET DE VÉRAN

LE RESTAURANT D'ALTITUDE DU PRAZ DE LYS

Pour un très bon souvenir au Praz De Lys, Valérie, Lionel et leur équipe vous accueillent chaleureusement dans leur restaurant d'altitude situé seul en haut des pistes. Terrasse plein soleil avec vue sur le Mont-Blanc. Ouvert tous les jours de 9H00 à 16H30 sans Exception. Accès par le téléskiège de Véran. Accessible aussi à pied par le col de la Ramaz

4

PAINS PATISSERIES

1

LE PIAU - BIS - PISTES

04 50 34 26 39

4

La Bulle
Le Praz de Lys - 74

APRÈS SKI,
BIÈRES ARTISANALES BIO
AMBIANCE MUSICALE

la bulle praz de lys

Mugnier

Assurances
Immobilier

www.hautesavoie-immobilier.com

LE GRIZZLY

Centre du Praz de Lys (74440)
facebook : LeGrizzly PrazdeLys

4

04 50 78 49 24

Crêperie - Bar à vins
Spécialités Savoyardes

Restaurant-Brasserie
Pizzeria
Vente à emporter

Le Sarto

TERRASSE
AU PIED DES PISTES

Imm. Chalune - 74440 Le Praz de Lys
Tél. 04 50 34 38 63 - lefarto@orange.fr

7

LE TACONET 04 50 34 22 01

Bar - Restaurant

Au pied du téléski du Brézy
Terrasse ensoleillée
Vue magnifique sur la chaîne du Mont-Blanc

service midi et soir

radio **SENSATION ALPES**

ÉCOUTEZ LA RADIO DE PRAZ-DE-LYS SOMMAND SUR

105.7 FM

téléchargez notre application gratuite pour smartphone sur Google Play et AppStore

www.sensationalpes.fr

LE SALON
- hairdresser -

04 50 91 63 13 • Le Praz-de-Lys

Les Terrasses du Mont Blanc
BAR | RESTAURANT

2

TMB

04 50 90 56 33
74440 PRAZ DE LYS
lesterrassesdumontblanc@gmail.com

3

Hôtel Restaurant Le Chamois

Praz-de-Lys au bord de la piste L'Hôtel

Famille Grange
Restauration traditionnelle et authentique depuis 1860

Ouvert Hiver et Été
tél. 04 50 34 22 72
chamois-grange@wanadoo.fr
www.chamois-leprazdeLys.com

PRAZ de LYS Flo Service

Conciergerie Travaux & Dépannages Électroménager

Prisca 06.38.14.10.24 ou Florent au 06.38.11.43.74

113 rte de la Savolère - Bat. Les Terrasses du Mont-Blanc - 74440 Le Praz de Lys

SKISSET

8

GLISSE
PRAZ-DE-LYS

04 50 34 38 57

Rés. Le Chevaly
Le Praz de Lys

Ouvert toute l'année - Repas sur réservation

Chalet Sous le Jora

Chambres d'hôtes & Tables d'hôtes

74 440 Le Praz de Lys - Taninges
Tél. : 04 50 91 66 85 • 06 75 71 63 22
e-mail : souslejora@gmail.com

www.souslejora.com

MONT BLANC

MARCELLY 2062 m

HAUT FLEURY 1980 m

VERS MIEUSSY

SOMMAND 1413 M

PRAZ DE LYS 1450 M

VERS TANINGES

esf

Club Piau Piou

ef

PROFIL DU SKI FRANÇAIS

DIFFICULTÉ DES PISTES

FACILE MOYENNE DIFFICILE TRÈS DIFFICILE

INFORMATION SUR LE RISQUE D'AVALANCHE EN DEHORS DES PISTES BALISÉES ET OUVERTES SOUVENT OBJECTIF ET DE RECHERCHABLES

5 TRÈS TOST VERY HIGH

4 TOST HIGH

3 MOYENNE MODÉRÉE

2 LIMITE MODÉRÉE

1 FAIBLE LOW

ALAIN ROLLAND

Restaurant **LA TAVERNE**

BAR · NOUVEAU TRAITEUR · DÉPÔT DE PAIN
VENTE À EMPORTER

Cuisine Savoyarde Cuisine Traditionnelle

Ouvert 7j/7 TOUTE L'ANNÉE

lasavoyarde.74440@gmail.com
04 57 19 09 94 - en face de l'ESF
immeuble le Florian · PRAZ-DE-LYS

6

LE DAHU
SNACK BAR

LIEU DIT LE JORA 74440
PRAZ DE LYS

LOCATIONS ET VENTES IMMOBILIÈRES
SYNDIC DE COPROPRIÉTÉ

euovacances
Dynamisme de montagne

www.euovacances.fr

Praz de Lys

Tél 04 50 34 34 11

3 POINTS DE VENTE À VOTRE SERVICE

INTERSPORT
Le sport, la plus belle des rencontres

Magasin principal & annexe
Imm. Grenette

Magasin Neige
Imm. le Chalune dans la galerie
à côté de Utile

Praz-de-Lys • www.intersport.fr
Tél. 04 50 34 25 70 • jpadpraz@hotmail.com

FLASH KDO

VENTE DE CHÂNES POUR VOITURES, CAMPING CARS

SOUVENIRS · CADEAUX · DÉCO
PHOTOS SUR LES PISTES
PHOTOS DE FAMILLE SUR RDV
LOCATION DE CAMERAS
OBJETS PERSONNALISÉS
ACCESSOIRES DE TÉLÉPHONE

Résidence Le Chevaly
Place du marché à côté de SKISSET
T. 06 09 43 37 08 - flashkdo@gmail.com

SOUVENIRS & CADEAUX

AV

www.neigebleue.com - Photos ZOOM - notre imprimeur agit pour l'environnement - Document non contractuel - Reproduction même partielle interdite - Ne pas jeter sur la voie publique - MERCI -