

PACK WEEK-END
1 cours le samedi
+ 1 cours le dimanche
HORS VACANCES
66,00 €



De 3 à 6 ans,

le Club Piou-Piou, pour découvrir le ski par petits groupes en s'amusant. Les enfants sont accueillis et pris en charge au Club Piou-Piou, par nos moniteurs E.S.F. formés pour les accompagner dans la découverte du ski. Ils vont découvrir la glisse, leurs premières prises de vitesse, leurs premiers virages et leurs premières petites chutes. Rassurez-vous, le Club Piou-Piou est un jardin d'enfant sécurisé dans un cadre ludique qui ne fait qu'encourager le jeu et les expériences des tout-petits.



TARIFS		
Cours de 2h30	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours* + médaille	174.00 €	165.00 €
1 cours	38.00 €	36.00 €

HORAIRES	
Week-ends et Mercredis	De 11h à 13h30 et de 13h30 à 16h
Vacances de Noël du 19/12/22 au 30/12/22	De 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h
Vacances Scolaires Février Zone B du 13/02/23 au 24/02/23	De 10h à 12h30 et de 13h à 15h30
Vacances scolaires zone A du 06/02/23 au 10/02/23 zone C du 27/02/23 au 03/03/23	De 11h à 13h30 et de 13h30 à 16h



SNOWBOARD

Cours Collectifs tous niveaux

Découvrir une nouvelle pratique de glisse ? De la feuille morte, aux slides contrôlés sur la piste, faire face à la piste et ne pas hésiter à se lancer dans un champ de bosses. Nos moniteurs « Surfeurs » vous accompagneront dans votre progression et vous enseigneront les meilleures techniques de Snowboard.

TARIFS		
Cours de 2h30	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours* + médaille	175.00 €	165.00 €

HORAIRES	
Vacances de Noël du 19/12/22 au 30/12/22	de 10h à 12h30
Vacances Scolaires Février Zone B du 13/02/23 au 24/02/23	de 10h à 12h30 et de 13h à 15h30
Vacances scolaires zone A du 06/02/23 au 10/02/23 zone C du 27/02/23 au 03/03/23	de 11h à 13h30



FREESTYLE

Découvrir et pratiquer le ski sans limites

Votre enfant ne sait pas rester sur les pistes ? Il cherche plus les bosses et le hors-piste que le reste ? Nos moniteurs comprennent ce besoin et proposent de lui apprendre à maîtriser les bosses, à travailler son équilibre sur les rails et à apprendre les meilleures techniques de Freestyle. Avec l'encadrement des moniteurs de la Colmiane, votre enfant s'éclatera en toute sécurité.

TARIFS		
Cours de 2h30	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours*	175.00 €	165.00 €
1 cours	38.00 €	36.00 €

HORAIRES	
Vacances de Noël du 19/12/22 au 30/12/22	de 10h à 12h30
Vacances Scolaires Février Zone B du 13/02/23 au 24/02/23	de 10h à 12h30 et de 13h à 15h30
Vacances scolaires zone A du 06/02/23 au 10/02/23 zone C du 27/02/23 au 03/03/23	de 11h à 13h30

PACK WEEK-END
1 cours le samedi
+ 1 cours le dimanche
HORS VACANCES
66,00 €

COURS COLLECTIF ENFANTS

De l'OURSIN à la COMPÉTITION

Avec les copains,
l'apprentissage du ski en toute convivialité

Votre enfant veut apprendre à skier, ou approfondir la pratique du ski ? Il veut améliorer ses sauts sur les bosses ou son temps en slalom ? De l'Ourson à la Compétition, nos moniteurs sont là pour accompagner votre enfant dans sa progression, tout en pensant à lui apprendre les bases du respect d'autrui.

Dans une ambiance détendue et amicale, il pourra se mesurer aux autres et apprendre à mieux contrôler ses skis.

TARIFS		
Cours de 2h30	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours* + médaille	174.00 €	164.00 €
1 cours	38.00 €	36.00 €

HORAIRES	
Vacances de Noël du 19/12/22 au 30/12/22	De 10h à 12h30
Vacances Scolaires Février Zone B du 13/02/23 au 24/02/23	De 10h à 12h30 et de 13h à 15h30
Vacances scolaires zone A du 06/02/23 au 10/02/23 zone C du 27/02/23 au 03/03/23	De 11h à 13h30



* du lundi au vendredi

À lire ...

- Tous les élèves doivent obligatoirement être munis de leur carte de cours (aucun duplicata ne sera délivré) et forfait remontées mécaniques (sauf Club Piou-Piou pas de forfait)
- Les élèves sont priés d'être présents aux rassemblements aux heures exactes prévues dans le programme.
- L'E.S.F. se réserve la possibilité d'annuler ou d'interrompre les cours notamment en cas de force majeure ou de conditions météorologiques défavorables à l'enseignement.
- Les conditions atmosphériques et les pannes des remontées mécaniques ne peuvent être imputables aux moniteurs.
- En cas de mauvais temps les cours qui sont assurés ne seront ni reportés ni remboursés.
- Tous les cours collectifs sont assurés à partir de 4 inscriptions minimum.
- Les prix indiqués ne comprennent pas le matériel, les forfaits de ski et l'assurance carré neige.
- Les parents doivent être présents à la fin des cours pour récupérer leurs enfants.
- L'E.S.F. décline toute responsabilité pour les accidents corporels ou matériels qui pourraient survenir aux élèves.
- Aucune réservation ne pourra se faire sans règlement.
- Les tests, étoiles ... correspondent à des niveaux techniques et non à des récompenses.
- Conditions générales de vente à consulter sur le site internet www.esf-la-colmiane.com ou à l'accueil de l'E.S.F.

DATES DES TESTS ESF

FLÈCHE : en Février les 16/17 et 23/24
CHAMOIS : en Février les 18 et 25

COURS PRIVÉS

Un Moniteur spécialement pour vous et votre famille.

Le cours Privé est la solution. Les moniteurs et monitrices de l'E.S.F. de La Colmiane sont à l'écoute, en conseillers privilégiés. Pour une meilleure organisation et performance de nos cours privés, il est préférable que les personnes participant à ce cours soient d'un niveau équivalent.

Tous les jours, horaires à confirmer selon planning

TARIFS	1 personne	2 personnes	3 personnes	4 personnes
Cours d'1 heure	Vacances Scolaires* 46.00 €	56.00 €	62.00 €	70.00 €
	Hors Vacances Scolaires 43.00 €	52.00 €	58.00 €	64.00 €
Cours d'1 h. 30	Vacances Scolaires* 69.00 €	84.00 €	93.00 €	105.00 €
	Hors Vacances Scolaires 64.50 €	78.00 €	87.00 €	96.00 €
Cours de 2 heures	Vacances Scolaires* 92.00 €	112.00 €	124.00 €	140.00 €
	Hors Vacances Scolaires 86.00 €	104.00 €	116.00 €	128.00 €

* Toutes zones à savoir du 17/12/22 au 02/01/23 et du 04/02/23 au 05/03/23



L'ESF de la Colmiane vous propose
LA TEAM ESF
qui est la continuité du CLUB ESF
après l'étoile d'or

- Il sera abordé pendant les cours:
- Découverte de la compétition avec mini-piquets
- Initiation Snowboard et Freestyle
- Sensibilisation au milieu montagnard

Le tout dans une ambiance conviviale et détendue !

20 heures de cours : 249.00 €

PACK WEEK-END
1 cours le samedi
+ 1 cours le dimanche
HORS VACANCES
80,00 €

COURS PRIVILÈGE

3 à 6 ÉLÈVES MAX.

DU PLOU-PIOU À LA COMPÉTITION pendant les vacances et les week-ends

Tous les bénéficiaires d'un petit groupe !
Votre enfant a besoin d'un peu plus d'attention ? Il a besoin de confiance et de temps ?

Le cours privilège est un enseignement en petit groupe qui favorise une progression rapide et personnalisée. Nos moniteurs sont spécialement formés pour s'occuper de votre enfant, selon son niveau et son envie, que ce soit en ski ou en snowboard.

TARIFS		
Cours de 2 heures	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours* + médaille	235.00 €	199.00 €
1 cours	49.00 €	43.00 €

HORAIRES	
Week-ends	De 11h à 13h et de 14h à 16h
Vacances Scolaires Février Zone B du 13/02/23 au 24/02/23	De 9h à 11h et de 11h à 13h De 13h30 à 15h30



www.esf-la-colmiane.com

Réservez en Ligne

SKI NORDIQUE*

Découvrir une discipline, un coin de paysage, partir en excursion loin des chemins battus, ça vous a toujours fait rêver ? C'est le talon libre, que vous pourrez découvrir les nombreuses possibilités du ski de fond : Alternatif, Skating, Ski-Orientation, Biathlon, Rando Nordique et Télémark.

BIATHLON LASER*

RANDONNÉES À SKIS*

Pack équipement compris (avec notre partenaire Sport Addict)
Skis, chaussures, peau, sac à dos, pelle, sonde, ARVA...



TÉLÉMARK*

Plus que du Ski, le télémark revient...

La pratique du télémark ressemble au ski alpin, mais les talons «libres», et donc avec une technique particulière... Vous êtes attirés par l'esthétique et la gestuelle du télémark, ou simplement curieux de tester ce sport ? Vous pratiquez déjà et vous cherchez à améliorer votre technique ? Vous voulez tester le «lever du talon» dans la poudreuse ou en slalom ?

*Tarifs et Horaires : se renseigner auprès de l'E.S.F.

RAQUETTES À NEIGE

COURS COLLECTIFS	LEÇONS PARTICULIÈRES : 2 heures	
Hors Vacances	Hors Vacances	Vacances scolaires
à partir de 4 pers. 2 h - 2600 €	1 ou 2 pers. 87.00 €	1 ou 2 pers. 93.00 €
à partir de 4 pers. 3 h - 38.00 €	3 ou 4 pers. 116.00 €	3 ou 4 pers. 124.00 €

HANDISKI* Le ski pour tous avec l'ESF

Des moniteurs spécialisés encadrent ces cours avec du matériel adapté pour chacun. Accessible à toutes les personnes curieuses de découvrir le bonheur de la glisse (adultes et enfants)



CLUB

ESF

UN CLUB,
UNE PASSION POUR LA MONTAGNE,
UNE FAMILLE.

L'E.S.F. propose à vos enfants un stage pour tous les niveaux de Ski. Jardin d'enfants, débutants, flocon, 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème} étoile, étoile de bronze, étoile d'or et compétition.

20 heures de cours : 249 € (Étoile comprise)

- les mercredis : de 13h à 15h
- les samedis : de 11h à 13h
- les dimanches : De 10h à 12h



- 1 anorak offert par Sea Cap Immo Cap d'Ail et Colmiane Sports
 - Une descente au flambeau offerte
 - Soit le vendredi 10/02/23 soit le vendredi 03/03/23
 - 2 heures de cours supplémentaires offertes
 - Remise officielle des étoiles suivie d'une Garden party



TARIFS
PLAN DES PISTES
2022/2023

ESF

LA COLMIANE



La Colmiane
pure montagne
CÔTE D'AZUR

Immeuble Azur Mercantour
La Colmiane - 06420 VALDEBLORE

- Tél : 04.93.02.83.57
- contact@esf-la-colmiane.com

Ouvert tous les jours pendant la saison de 8h30 à 18h00

www.esf-la-colmiane.com

L'Oula
RESTAURANT - BAR

Plat du jour
Cuisine traditionnelle

Cheminée et terrasse
vue sur les pistes

09 83 75 45 06
La Colmiane 06420

Chez Frankie
Since 1984

• SOIRÉES •
Musique Live!

PIZZERIA - PUB - CAFE À BIÈRES
RESTAURANT
SPÉCIALITÉS DE MONTAGNE

04 93 02 85 81 • 06.58.11.90.09

Agence du Mercantour
l'Immobilier de la Vésubie & du Valdeblorre

Achat - Vente - Location - Gestion
Vous accompagner dans vos projets :

- ♦ Acheter ou Vendre une maison, un chalet, un appartement, une grange ou un terrain
- ♦ Rechercher une location
- ♦ Louer votre bien immobilier

04 93 03 29 26
www.mercantour-vesubie.com

Brasserie Restaurant **La SÉRÉNA**

Une cuisine traditionnelle MAISON dans une ambiance chaleureuse

Des repas de groupes... WiFi ZONE

tél : 04.93.02.89.81 - 06.76.49.22.47

OUVERT de 9h à 17h du vendredi au mardi

LA COLMIANE 7J/7 PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

LA BAROQUETTE
CUISINE RAPIDE & GOURMANDE SUR PLACE OU À EMPORTER

04.93.02.17.93

COLMIANE sports www.colmianesports.fr

Tout pour le sport d'hiver
VENTE & LOCATION

SKIS - SNOWBOARDS - MINISKIS - RAQUETTES - LUGES - ...

ÉQUIPEMENT textile, tout accessoire ADULTE ET ENFANT

2 magasins : accès direct sur les pistes
04 93 02 87 00 - 06 82 32 69 59

radioxygène Mercantour

Tête de Siroul 2053 m
Caire Gros 2087 m
Col de la Madeleine 1736 m
Pic de La Colmiane 1800 m
Col de Colmiane 1641 m
Le Conquet 1776 m

La Colmiane pure montagne CÔTE D'AZUR

Retour station 1408 m
Jardin d'enfants
ESF 1500 m
Saint-Martin Vésubie
Via Ferrata
Valdeblorre
Site d'escalade

CORTO SHOP
LOCATION VENTE
SKI SNOWBOARD SNOWSCOOT

T. 04 93 02 86 62 cortoshop@orange.fr

- Office de tourisme
- Poste de secours
- Parking
- ESF École du Ski Français
- Restaurants
- Commerces
- Toilettes
- Caisses
- Hôtels
- Borne de recharge Voiture Electrique
- Téléski
- Télésiège
- Neige de Culture
- Téléski difficile
- Point de vue
- Tyrolienne lignes 1 et 2
- Espace Luge
- Itinéraire Raquettes/ Ski de Rando
- Facile
- Moyen
- Difficile
- Très difficile
- Limites extérieures du domaine skiable
- Routes

SEA CAP
IMMOBILIER

La Colmiane pure montagne CÔTE D'AZUR

SKI & FLY À LA COLMIANE

06 puremontagne.fr 04 93 02 83 54

- | | | | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------|------------------------|-----------------------------------|
| FACILES | MOYENNES | DIFFICILES | TRÈS DIFFICILES | ESPACE LUGES |
| 1 L'Edelweiss | 6 L'Anclion | 12 Les Bosquets | 20 Les Bachas | Accès libre |
| 2 La Banane | 7 La Citron | 13 Les Clarines | 21 La Diable | sous votre entière responsabilité |
| 3 Accès direct Télésiège | 8 La Mandarine | 14 Les Airelles | | |
| 4 Les Dahuts | 9 Les Avocats | 15 La Balma | | |
| 5 La Kiwi | 10 L'Orange | 16 Les Myrtilles | | |
| | 11 Le Suc | 17 Les Câbles | | |
| | | 18 Stade de Slalom | | |
| | | 19 Les Crêtes | | |

Hôtel** Restaurant • 1/2 Pension
HOSTELLERIE de RIMPLAS

www.hostellerie-rimplas.fr

Tél : 04 93 02 01 45
1, chemin des Canebiers - 06420 Rimplas

adréchas
RÉSIDENCE LA COLMIANE

à la nuitée ou à la semaine
www.adrechas.com

à 400m. des pistes

RESTAURANT PIZZERIA ouvert à tous midi et soir avec terrasse panoramique SPA ouvert à tous

Tél. : 04.93.03.10.68 • contact@adrechas.com

PROXI SAINT-DALMAS Rôtisserie

ALIMENTATION • PRESSE PRODUITS LOCAUX
GAZ • PHOTOCOPIES & FAX

OUVERTURE
Du lundi au samedi de 8h à 13h et de 15h30 à 19h30
le dimanche de 8h à 13h
En Juillet / Août = 7J/7 de 8h à 13h et de 15h à 20h

VALDEBLORE • 04 93 02 80 40

AUX HALLES DU MERCANTOUR
BOUCHERIE-CHARCUTERIE
TRAITEUR ÉPICERIE

04 93 03 20 32 - 06 61 30 56 45
contact@hallesdumercantour.fr
77, Rue Cagnoli - St Martin Vésubie

Valérie BACCIALON
Danielle NICOLAO

Agence.baccialonnicolao@axa.fr

AXA

Assurances Banque, Conseils & Placements

2, av. Kellermann - 06450 SAINT-MARTIN VÉSUBIE
Tél. 04.93.03.33.23

14 bis, av. Corniglion Molinier - 06450 ROQUEBILLIÈRE
Tél. 04.93.03.51.55