

esf

LA FOUX D'ALLOS



À CHACUN
SA
victoire

À CHACUN
SES
*grands
espaces*

À CHACUN
SA
liberté

À CHACUN
SON
objectif

À CHACUN
SON
kif

À CHACUN
SES
découvertes

À CHACUN
SON
rêve

À CHACUN
SON
expérience



*Infos & tarifs
2023/24
Flashez-moi*



E.S.F. de la Foux d'Allos
Maison de la Foux - 04260 LA FOUX D'ALLOS

tél.: 04 92 83 81 64 - info@esf-valdalloslafoux.com

www.esf-valdalloslafoux.com



SKISET  **LANTELME SPORTS**

4 MAGASINS À VOTRE SERVICE

2 centre station + 1 quartier des Etoiles + 1 quartier de l'Aiguille

SKIS - SNOWBOARDS - LOCATION - VENTE - ENTRETIEN
VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES DE MARQUE



• tél.: 04 92 83 80.09 /80 76
• lantelme-sport04@orange.fr

réservez en ligne : lantelme-sports.com

BAR - RESTAURANT

le106

SPÉCIALITÉS MONTAGNARDES

La Foux d'Allos : 04 92 83 67 62

Séjour de charme au cœur du Val d'Allos
Restaurant • Cuisine traditionnelle
• Organisation de séminaires

Espace Bien-Être : Jacuzzi, Hammam, Sauna




Hotel du Hameau

Visites et réservations
www.hotel-du-hameau.com
e-mail: info@hotel-du-hameau.fr

Michel Lantelme
04260 La Foux d'Allos
Tél.: +33(0)4 92 83 82 26

SKIMIUM.com

LOCATION - VENTE

BOUTIQUE **ENTRETIEN**
TEXTILE **RÉPARATIONS**
ACCESSOIRES **AFFUTAGE**

Tél: 04 92 83 85 62
Lou Récatadou • Val d'allos 1800

SELF SERVICE
GRILLADES
PIZZAS AU FEU DE BOIS
PATISSERIES
SALON DE THÉ
BAR

CHALET RESTAURANT D'ALTITUDE

LE PARAPENTE

PISTE DE L'AIGUILLE
LA FOUX D'ALLOS

 **RESTO LE PARAPENTE**
Afternoon party with live DJ (see dates).



SANS RÉSERVATION - OUVERT 7J/7J - TERRASSE SUD, CHAISES LONGUES

L' **esf** de la Foux d'Allos vous souhaite la bienvenue !

Du Club Piou Piou aux Classes Experts, du Ski au Snowboard, du Télémark au Freeride, du Freestyle, du Ski de Randonnée, des Raquettes, du Hors-piste, de la Compétition...
Retrouvez toutes nos offres...

Toute l'équipe de l' **esf** vous souhaite un agréable séjour.

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



BANQUE POPULAIRE 



Profitez à 100% de vos vacances.



Plaisir des enfants... Liberté des parents.

Dans le quartier des Chauvets, jouxtant le Club Piou-Piou, notre nouveau bâtiment dédié à l'enfant (réfectoire, espace jeux, garde de matériel) permettra de vous proposer une prise en charge complète des enfants de 4 à 12 ans.

LE VILLAGE DES ENFANTS AVEC FORMULE « REPAS GARDÉ »

Toute la saison, un service de restauration du midi fourni par nos soins avec animations jusqu'en début d'après-midi.
* en fonction de la période

LE VILLAGE DES ENFANTS AVEC FORMULE « MULTI-ACTIVITÉS »

Cours de ski le matin (groupes de niveau), suivi du repas gardé et multi-activités: luge, chasse au trésor, construction de bonhomme de neige et igloo, batailles de boules de neige, tir à la carabine laser, activités manuelles.

Les repas gardés et la prestation multi-activités peuvent être achetés à l'unité et à la carte

Multi-activités - Repas Gardés

Cours de ski le matin + Repas gardé

Cours de ski le matin + Repas gardé + Multi-activités

Repas gardé + Cours de ski l'après-midi

Cours de ski le matin + Repas gardé + Cours de ski l'après-midi

Les repas gardés et la prestation multi-activités peuvent être achetés à l'unité et à la carte pour toutes les formules

Tous nos tarifs sont disponibles au bureau ESF ou sur esf-valdalloslafoux.com

Le village des enfants n'est pas une garderie, nous acceptons uniquement les enfants ne faisant plus la sieste.



OPTION «EASY BABY» NOUS CONSERVONS LE MATÉRIEL DE VOTRE ENFANT

Casier individuel pour le casque, les gants, sèche-chaussures et râtelier à skis.





Stages au club Piou Piou

Des premières traces sur la neige au test Ourson

DÉCOUVERTE DU SKI SOUS FORME LUDIQUE, JEUX, PAUSE GOÛTER.
Initiation au ski dans un stade de neige privé spécialement aménagé,
équipé de 2 tapis roulants et d'un chalet d'accueil.

La séance est ponctuée d'une pause goûter et de jeux afin que le ski soit ressenti
comme un plaisir et un jeu.

Enfants débutants de 3 à 12 ans : prise en charge de 2h45,
Pour une durée de ski allant de 1 h 30 pour les + petits à 2 heures pour les + grands.

TARIFS cours de 2h45

1 cours = 40 €

6 cours avec insigne inclus = 206 €
du dimanche au vendredi

5 cours avec insigne inclus = 196 €
du lundi au vendredi

LE WEEK-END TOUTE LA SAISON

Samedi matin = 40 €

Samedi après-midi = 40 €

Dimanche matin = 40 €



Boule de Neige

Initiation au ski • multi-activités (luge, découverte de la neige, jeux)

DÉCOUVERTE :
patinettes fournies

COURS ÉVOLUTIF :
en fonction de l'évolution de l'enfant.
le matériel sera à la charge des parents

TARIFS

cours de 2h45 le matin

6 cours avec insigne inclus = 226 €
du dimanche au vendredi

5 cours avec insigne inclus = 216 €
du lundi au vendredi

1 cours le samedi = 44 €



Déterminez le niveau de votre enfant (3 à 12 ans)

J'ai entre 3
ans et 5 ans
et je ne sais
pas skier

ÉTAPES DANS LE



Avec Piou Piou,



je découvre la neige.

Avec Blanchot,



je fais mes premières
glissades.

Avec Sifflole,



je glisse et je contrôle
ma vitesse.

Pour éviter
Garolou,



je sais changer de
direction.

J'ai entre 6 et 12 ans, j'ai déjà fait du ski dans le
Club Piou Piou, ou n'ai jamais skié.



Préparation Ourson





Stages Étoiles enfants

Cours collectifs du flocon à l'Étoile d'or

TARIFS cours de 2h45

1 cours = 37 €

6 cours avec insigne inclus = 186 €
du dimanche au vendredi

5 cours avec insigne inclus = 176 €
du lundi au vendredi

LE WEEK-END

Samedi* matin (du Flocon à la 2*) = 37 €

Samedi après-midi* (du Flocon à la 3*) = 37 €

Dimanche matin (tous niveaux) = 37 €

* Hors Vacances

SPÉCIAL
FÉVRIER
VACANCES
PACA

Stages Étoiles enfants Prestige

du Flocon à la 3^{ème} Étoile
12:00/14:00

1 cours = 40 €

6 cours avec insigne inclus = 206 €

du Flocon à l'Étoile d'Or
14:45/17:00

1 cours = 40 €

6 cours avec insigne inclus = 206 €



Déterminez le niveau de votre enfant

Préparation Ourson : J'ai entre 5 et 7 ans, j'ai déjà fait du ski dans le Club Piou Piou, j'ai entre 8 et 12 ans et je ne sais pas skier.



Préparation Flocon : Je tourne en chasse neige, je commence à prendre le téléski, j'ai le niveau Ourson.



Préparation 1^{ère} Étoile : Je termine mes virages par un petit dérapage, j'ai le niveau du Flocon.



Préparation 2^{ème} Étoile : Je tourne presque parallèle, j'ai le niveau 1^{ère} Étoile.



Préparation 3^{ème} Étoile : Je tourne parallèle sur pente moyenne, j'ai le niveau 2^{ème} Étoile.



Préparation Étoile de Bronze : J'enchaîne rapidement des virages + ou - serrés en changeant de rythme, j'ai le niveau 3^{ème} Étoile.



Préparation Étoile d'Argent : Je perfectionne mes acquis et mon style pour affiner ma pratique de la godille, j'ai le niveau Étoile de Bronze.



Préparation Étoile d'Or : Je perfectionne virages et godilles sur terrains variés, j'ai le niveau Étoile d'Argent.



8
ÉLÈVES
+ OU - 1



Cours Team Rider

— by —
FREESTYLE MOTION

*Le ski ne se limite pas qu'à la compétition.
Nous vous proposons une alternative afin de
continuer à progresser tout en s'amusant.
Pas de limite, juste du plaisir
et des sensations.*

A partir de l'Étoile d'Or
Vous toucherez à tous types de ski :
- Découverte du hors-piste
- Utilisation du Snow Park
- Quelques passages dans les piquets
- Ski en forêt ...

TARIFS cours de 2h45

1 cours = 37 €
6 cours = 190 €

TEST DE PERFORMANCE FLÈCHE ET CHAMOIS

en candidats libres les mercredis et jeudis
(pendant les vacances scolaires)
Tests offerts aux inscrits cours Team Rider
Inscription au bureau E.S.F.
la veille de la compétition

1 test = 8 € 2 tests = 15 €



CLUB

ESF

Votre enfant a le niveau 2^{ème} Étoile et vous venez régulièrement à la station

INSCRIVEZ-LE
AU CLUB E.S.F. ou Pré-Club E.S.F.

Compétition et Ski Loisirs
Cours Freeride / Freestyle
Formation au Monitorat de ski

ORGANISATION ET TARIFS
sur notre site
ou nous consulter



Tarifs des remontées mécaniques

en vente aux guichets des remontées mécaniques

ESPACE LUMIÈRE - LA FOUX LA FOUX + PRALOUPE + LE SEIGNUS	Adulte 24-64 Ans inclus	Jeune 5-17 ans inclus	Etudiant 18-25 Sénior 65-74 inclus
Après-midi à partir de 12H	40,40 €	35,00 €	38,50 €
1 Jour	45,00 €	38,00 €	41,50 €
2 Jours	86,00 €	73,00 €	80,00 €
3 Jours	125,70 €	107,00 €	116,00 €
4 Jours	161,40 €	137,00 €	149,00 €
5 Jours	197,10 €	167,00 €	182,00 €
6 Jours	227,00 €	192,00 €	209,00 €
7 Jours	256,00 €	216,00 €	236,00 €
Journée Supplémentaire	32,00 €	27,00 €	29,00 €
5 Jours Non Consécutifs	203,90 €	172,80 €	188,35 €
Espace Débutant	Journée		27,40 €
Téléski des Plateaux, télésiège Aiguille- Tapis des Chauvets 1 et 2	Matin (Avant 13h)+ Caution		23,30 €
	Après Midi (après 12h)		23,30 €
Tapis Chauvets 1 et 2	Journée		10,40 €
	1 Montée		1,00 €
Extension depuis forfaits Seignus	Journée		16,60 €
Support mains libres obligatoires pour tout forfait même gratuit			3 €

Tarif réduit et Gratuit - 5 ans et + 75 ans sur présentation d'un justificatif

PACK FAMILLE*	Tout le monde au prix du jeune	
	Prix/personne	prix pour 4
1 Jour	38,00 €	152,00 €
2 Jours	73,00 €	292,00 €
3 Jours	107,00 €	428,00 €
4 Jours	137,00 €	548,00 €
5 Jours	167,00 €	668,00 €
6 Jours	192,00 €	768,00 €
7 Jours	216,00 €	864,00 €

*Minimum: 1 adulte et/ou sénior
+ 3 à 7 jeunes et/ou étudiants
Maximum : 2 adultes et/ou sénior
+ 2 à 7 jeunes et/ou étudiants

Val d'Allos
l'Espace Lumière
DOMAINES SKIABLES
CRÉATEUR DE SOUVENIRS
#valdalloski



Stage Snowboard

Cours collectifs

Pendant les vacances Noël/Jour de l'an et Février PACA

GROUPE LIMITE
8
ÉLÈVES



TARIFS
1 cours = 37 €
6 cours = 190 €

Déterminez votre niveau

Adultes

Enfants
à partir de 8
ans

Je n'ai jamais essayé le snowboard.		Snow Accueil	Goomie Rookie Izzy
Je tourne des deux côtés.		Snow 1	
Initiation au freestyle.		Snow 2	
Perfectionnement des virages et du freestyle.		Snow 3	

Découvrez les cours privés de Snowboard toute la saison page 15.

esfbusiness
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

Comités d'entreprises – Groupes – Clubs incentives – Séminaires – Team Building
Devis sur demande selon vos envies.

Sortie trappeur – randonnée raquettes
Soirée trappeur – randonnée raquettes nocturne
Animation nocturne / aventure
Challenge Slalom Chronométré

Contactez-nous à l'E.S.F. :
04 92 83 81 64 ou info@esf-valdalloslafoux.com

Nos animations



Parade des enfants et des moniteurs
Descente aux flambeaux des moniteurs
Course HARIBO
Descente aux lampions des enfants



Programme détaillé consultable au bureau.



Stage adultes Ski alpin

Cours collectifs tous niveaux



Cours Privés

**SKI ALPIN • SNOWBOARD • FREESTYLE • TÉLÉMARK • HANDISKI
TOUS NIVEAUX ET TOUS ÂGES**

TARIFS cours de 2h45

1 cours = 37 €

5 matins = 160 €

Les débutants doivent absolument commencer le lundi.



UN ACCOMPAGNEMENT PRIVILÉGIÉ À L'HEURE

Seul, en famille ou entre amis, quelle que soit l'activité que vous recherchez : ski alpin, snowboard, freestyle, freeride, télémark,... réservez un moniteur pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé.

Quel que soit votre niveau, pour vous initier, travailler un point technique, développer votre style ou simplement découvrir le domaine de la station, votre moniteur saura vous mettre à l'aise et vous donner les conseils nécessaires pour prendre un maximum de plaisir !

*À partir de 50€ de l'heure
N'hésitez pas à nous consulter !*

ENGAGEMENTS 1/2 JOURNÉE OU JOURNÉE

Ski hors pistes, balades, randonnées à ski :
nous consulter
Horaires selon disponibilités



Déterminez votre niveau

Je ne sais pas skier

Débutant



Descente en virage élémentaire sur pente faible à moyenne. Trace directe élémentaire ...

Classe 1



Descente en virage parallèle de base sur pente moyenne et variée. Trace directe...

Classe 2



Descente en virages perfectionnés sur tous types de piste. Trace directe perfectionnée ...

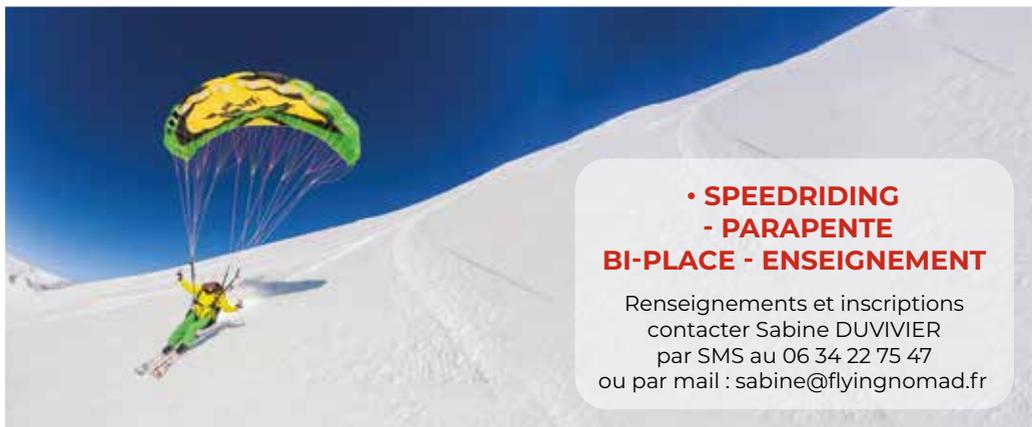
Classe 3



LIEU DE RENDEZ-VOUS

Front de Neige de l'Aiguille.
devant la ferme :
Local des moniteurs

L'E.S.F. de la Foux d'Allos vous propose de découvrir et partager la richesse des paysages du Val d'Allos en toute sérénité et convivialité, encadré par nos guides et moniteurs diplômés.



• SPEEDRIDING
- PARAPENTE
BI-PLACE - ENSEIGNEMENT

Renseignements et inscriptions
contacter Sabine DUVIVIER
par SMS au 06 34 22 75 47
ou par mail : sabine@flyingnomad.fr



• TÉLÉMARK



• RANDONNÉES
RAQUETTES

Vivez
l'**ESF**
autrement



Val d'Allos Parapente
Vols biplace à ski

Antoine Gérin-Jean
0695825123



• SORTIES
FREERIDE



• RANDONNÉES EN
PEAUX DE PHOQUES

Plan de Rassemblement

esf

BUREAU
Renseignements
Inscriptions aux cours

**LE VILLAGE
DES ENFANTS**
Repas Gardés
Multi-activités



Cours Privés
Cours Adultes
Snow board
Étoiles de Bronze, d'Argent et d'Or
Team Rider

Flocon
1^{ère} Étoile
2^{ème} Étoile
3^{ème} Étoile



mon super marché
sherpa

Produits régionaux
Regional products

Pain et viennoiseries
Bread and pastries

Prêt d'appareils à raclette et à fondue
Loan of raclette and fondue appliances

SHERPA
LA FOUX D'ALLOS
Immeuble Le Centre
04 92 83 51 80

www.sherpa.net
sherpa.supermarche
sherpa_supermarche

Pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour | www.navigerbouger.fr

le toukal
brasserie
salle de billard

L'igloo
Restaurant
Cuisine maison raffinée
Salle avec cheminée
Ambiance chaleureuse

L'igloo
Bar et raclette
Restauration rapide sur place ou à emporter
Fromages et charcuteries
Vins et spiritueux

Centre station, La Foux d'Allos
Informations et réservations au 04.92.89.02.73

L'Artiste Coiffure

Grand Rue, Allos
04 92 83 06 68

www.intersport-lafouxdallos.com

INTERSPORT
www.intersport.fr

2 MAGASINS À VOTRE SERVICE

**LOCATION VENTE
SKIS - SNOWBOARDS
ATELIER REPARATION**

GRAND ESPACE VÊTEMENTS
PICTURE, VUARNET, LUTHA
POC, WATTS, BURTON, ROSSIGNOL

CENTRE STATION
tél : 04 92 83 83 04
contact@intersport-lafouxdallos.com
Pont du Verdon - le Val Benoît - La Foux d'Allos



LE DAHUT BRASSERIE **RESTAURANT LE VERDON**

RESTAURATION RAPIDE PIZZAS AU FEU DE BOIS

LOTO

T. 04 92 83 60 18 T. 04 92 83 83 77

Centre Station - 04260 la Foux d'Allos www.restaurant-leverdon.com

Netski. **RÉSERVEZ EN LIGNE**
www.snowshop1850.com

SNOWSHOP 1850
LES ÉTOILES

LOCATION DE SKIS
BOUTIQUE
SNOWSCOOT CENTER

tél: 04 92 83 81 39
contact@snowshop1850.com

↓ à 150 m des pistes, à 2 pas des résidences suivantes ↓

Résidences les Étoiles ■ les Cimes du Val d'Allos ■ les Balcons du Soleil ■ la Petite Ourse



LOCATION Scooters des Neiges La Foux d'Allos

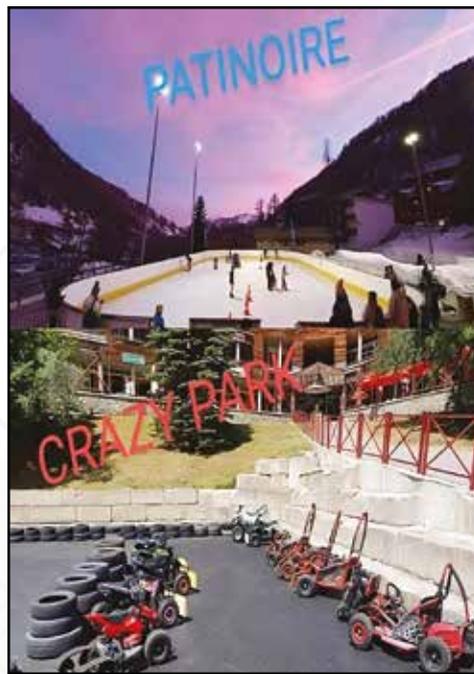


photos prises sur terrain autorisé

RANDONNÉES GUIDÉES

25 à 30 min environ - 75€
45 à 50 min environ - 125€

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATIONS
sur le front de neige de l'Aiguille
ou par téléphone : 06 16 95 50 52



Infos utiles

et conditions générales (extraits*)

LE MATÉRIEL, LE FORFAIT REMONTÉES MÉCANIQUES ET L'ASSURANCE NE SONT PAS COMPRIS DANS LE PRIX DES COURS.

- Les inscriptions à nos cours s'effectuent au bureau E.S.F. Centre Station (au-dessus de l'Office du Tourisme).
- Il est recommandé de bien lire les consignes générales inscrites au dos de vos tickets de cours.
- Les cours collectifs, ski alpin, snowboard et Club des Piou-Piou sont assurés à partir d'un minimum de 5 personnes toute la saison.
- Les cours collectifs ont lieu du dimanche au vendredi (cours adultes du lundi au vendredi)
- La prestation «cours enfants» comprend un moment d'échange entre parents et moniteurs
- La durée du cours peut être modifiée en fonction du nombre d'élèves.
- Le port du casque est vivement conseillé pour les enfants.
- Pour le surf, protections poignets recommandées.
- Seuls les cours, stages, leçons ou sorties payés sont considérés comme retenus.
- Nos cours ne peuvent être ni déplacés, ni remboursés, même en cas d'accident ou de maladie. (voir nos CGV)
- L'insigne (médaille) n'est pas inclus dans le tarif des cours sauf mention spéciale «insigne inclus».
- Tarif médailles :
Piou à étoile d'Or = 8 € Adultes, Snowboard, Flèche, Chamois = 10 €
- L' E.S.F. se réserve le droit de modifier ou de supprimer certaines prestations.
- **En cas de mauvais temps, tous nos cours sont assurés.**

LES TARIFS, HORAIRES ET INFORMATIONS SONT PUBLIÉS À TITRE INDICATIF ET SOUS RÉSERVE.

Moyens de paiement acceptés : ESPÈCES, CARTES BANCAIRES, CHÈQUES VACANCES ET
COUPONS SPORT.



L'après-ski à la Foux d'Allos

UNE DESCENTE DE PLUS DE 3KM EN LUGE !

Pour un moment sensationnel de plaisir,
en famille ou entre amis.
Pour une durée d'environ 45 min.



En
PISTE
Pour l'aventure !

Informations & réservations

◊ Brasserie le Dahut
La Foux d'Allos
☎ 04 92 83 60 18

LE VILLAGE DES ENFANTS

by **ESF**

Multi-activités
Repas gardés
avec animations

(repas fournis par nos soins)



Plaisir des enfants...
Liberté des parents.
Profitez à 100%
de vos vacances

