

# NORDIQUE

## VACANCES

### → COURS COLLECTIFS

cours du dimanche ou lundi jusqu'au vendredi

162 €  
5/6  
cours



#### SKI NORDIQUE

Dès 4 ans

Ski de fond ou skating  
de 10h00-12h00

Attention, cours enfants dispensés  
en ski Nordique  
en CLASSIQUE jusqu'à la 3<sup>ème</sup> étoile;  
en SKATING, pour Étoile de bronze, Étoile d'or  
et Cours Compétition

à partir  
de  
187 €



#### STAGES BIATHLON

Dès 8 ans

Carabines laser  
Plombs / 22LGR

# ALPIN

## VACANCES

### → COURS COLLECTIFS

cours du dimanche ou lundi jusqu'au vendredi

142 €  
5/6  
cours

#### MINICLUB

Entre 3 et 4 ans

Noël :  
- 11h15-12h45  
- 14h45-16h15

Février :  
- 9h15-10h45  
- 11h15-12h45  
- 15h45-17h15

#### ENFANTS

De 4 à 12 ans

Noël :  
- 11h15-13h00  
- 14h30-16h30

Février :  
- 9h00-11h00  
- 11h15-13h00  
- 13h30-15h30

#### ADOS

De 13 à 17 ans

Noël :  
- 11h15-13h00

Février :  
- 11h15-13h00  
- 13h30-15h30

#### ADULTES

Dès 13 ans

Noël :  
- 11h15-13h00

Février :  
- 9h00-11h00  
- 11h15-13h00

162 € 5/6 jours

### NOUVEAU

#### Team Étoiles



Inclus : Étoile de BRONZE, Étoile d'ARGENT,  
Étoile d'OR & Compétition

197 €  
5/6  
cours

#### COURS PRESTIGES

cours du dimanche ou lundi  
jusqu'au vendredi

Noël : 13h00-14h30  
Février : 15h30-17h00

6  
élèves  
max

Dès  
4 ans

# AUTRES ACTIVITÉS

## VACANCES

### → COURS COLLECTIFS

cours du dimanche ou lundi jusqu'au vendredi

172 €  
5/6  
cours



#### SNOWBOARD

Dès 8 ans

Noël : 14h30-16h30  
et Février : 13h30-15h30

28 €

#### SAUT À SKIS

Dès 8 ans

Durée 2 heures  
Niveau 3<sup>ème</sup> étoile alpin requis  
Uniquement en Février



à partir  
de 11 €

#### ÉPREUVES

Flèche et/ou Chamois



04 74 77 30 31  
03 84 42 12 11  
04 74 76 09 42

DES FONDATIONS AUX FINITIONS

# Pagan! GEDIMAT

- Menuiseries
- Carrelage
- Sanitaire
- Cuisine
- Matériaux
- Bricolage



LIeux DE DÉPARTS · HORAIRES DE COURS · NOUVEAUTÉS HIVER sur notre site internet : [www.esf-lesrousses.com](http://www.esf-lesrousses.com)



# NORDIQUE

## HORS VACANCES

### → COURS COLLECTIFS

#### SKI NORDIQUE

162 €  
5/6  
cours

10h00-12h00 ski de fond ou skating  
Minimum 4 personnes  
1<sup>ère</sup> sem. de Février et 2<sup>ème</sup> sem. de mars

## TOUTE LA SAISON

32 €



#### INITIATION BIATHLON

Dès 8 ans

Carabine laser à 10m,  
durée 1 heure 45

à partir  
de  
20 €



#### WINTERGAMES

Dès 6 ans

Course d'orientation  
+ carabine laser 10m,  
durée 2 heures

à partir  
de  
19 €



#### RAQUETTES

Dès 6 ans  
selon le thème du jour

Durée 2 heures à 3 heures  
Randonnée demi-journée,  
semi-nocturne ou nocturne

# ALPIN

## HORS VACANCES

### → MINI COURS COLLECTIFS

177 €  
5 cours

8  
élèves  
max

Dès  
3 ans

#### SEMAINE

Cours  
du lundi au vendredi  
10h00-11h30

#### WEEK-ENDS

Cours samedi  
10h-11h30 et/ou 13h30-15h00  
et dimanche  
10h-11h30

\*6<sup>ème</sup>  
cours  
offert

34 €  
/ cours \*



177 €  
5 cours

8  
élèves  
max

#### COURS SAISON

ENFANTS DE LA STATION ET DES ENVIRONS

- 5 mercredis consécutifs • 14h00-16h00
- 5 dimanches consécutifs • 13h00-15h00

# COURS PRIVÉS

## TOUTE LA SAISON

### SKI ALPIN / SKI NORDIQUE SNOWBOARD / TÉLÉMARK / FREESTYLE/ SKI DE RANDONNÉE

Hors vacances scolaires			*médaille incluse	Vacances scolaires		
1 pers.	2 pers.	3 pers.		1 pers.	2 pers.	3 pers.
50 €	70 €	90 €	1 heure	60 €	80 €	100 €
257 €	364 €	471 €	pack 5/6 heures*	307 €	414 €	521 €

+10 €/heure par personne supplémentaire

**ATTENTION**, les personnes inscrites dans le même cours  
doivent impérativement avoir le même niveau

BIATHLON	1 pers.	2 pers.	3 pers.
Carabines laser ou à plombs 1 heure 30	105 €	120 €	165 €
Carabines 22 LGR 50m 2 heures	150 €	180 €	210 €

HANDISKI ALPIN	1 heure	pack 5/6 h
Hors vacances scolaires	60 €	300 €
Vacances scolaires	70 €	350 €

#### À URE

Conditions générales de vente  
à consulter sur notre site internet :  
[www.esf-lesrousses.com](http://www.esf-lesrousses.com)

- Ne sont pas compris dans nos tarifs : le forfait des remontées mécaniques, les badges de ski de fond, la location du matériel ainsi que l'assurance.
- Nous vous conseillons de souscrire une assurance via notre site internet.
- L'ESF décline toute responsabilité pour les accidents corporels ou matériels qui pourraient survenir aux élèves.

TARIFS - PLAN DES PISTES · 2023/2024

# esf

LES ROUSSES



ÉCOLE DU SKI FRANÇAIS LES ROUSSES  
Maison du Tourisme - B.P.22  
39220 LES ROUSSES

+33 (0)3 84 60 01 61  
contact via notre site internet

[www.esf-lesrousses.com](http://www.esf-lesrousses.com)



Réservation  
par  
vente en ligne

Au pied des pistes  
**SKISET**  
 LOCATION • VENTE  
 SKIS • SNOWBOARDS  
 ENTRETIEN MATÉRIEL • VENTE ACCESSOIRES



03 84 60 76 50 • 06 32 08 71 59  
 198, chemin de la Halle Les Jouvencelles - 39220 PREMANON

DEJÀ DORMI LA TÊTE DANS UN PAYS  
 ET LES PIEDS DANS UN AUTRE ?



**HOTEL BRASSERIE  
 L'ARBEZIE**  
 arbezienne.com

France  
 +33 3 84 60 02 20  
 Suisse  
 +41 22 360 13 96

À 1500m d'altitude,  
 Au sommet  
 du Massif des Tuffes  
**RESTAURANT  
 Le Poyet**

Le Poyet  
**PRÉMANON**  
 Tél. 06 84 59 52 34

**INTERSPORT**  
 Réservation de skis en ligne [www.intersport-lesrousses.com](http://www.intersport-lesrousses.com)

3 MAGASINS À VOTRE SERVICE

LES ROUSSES  
 Magasin d'articles de sport 03 84 60 00 27  
 Location et vente de skis 03 84 42 19 90

LES JOUVENCELLES  
 Location de skis  
 pieds des pistes  
 03 84 60 75 96



**Optique  
 des  
 4 Villages**

**Anne BAILLY BASIN**  
 optique4villages@wanadoo.fr

LES GENTIANES, Place Centrale  
 39220 LES ROUSSES  
 tél. : 03 84 60 33 25



**Audition  
 GRENIER**  
 Laboratoire de correction de la surdité  
 www.auditiongrenier.com

www.optiquedes4villages-lesrousses.monopticien.com

**Noirmont  
 SPORTS**  
 SPÉCIALISTE DEPUIS 1968

**SKIMIUM**  
 SKI ALPIN  
 de FOND MONTAGNE  
 TRAIL  
 RUNNING RANDONNÉE

LES ROUSSES  
 Tél. 03 84 60 00 04

Menuiseries  
 Carrelage  
 Sanitaire  
 Cuisine  
 Matériaux  
 Bricolage



**Gedimat  
 Pagani**

DES FONDATIONS AUX FINITIONS

OYONNAX SAINT-LUPICIN PORT-LA-CLUSE  
 04 74 77 30 31 03 84 42 12 11 04 74 76 09 42

🚚 Poste de secours	🗑️ Télésiège débrayable
🧰 Caisse des remontées mécaniques	🛏️ Télésiège
📄 Salle hors sac	🗑️ Télésiège
📍 Location de matériels	⚠️ Télésiège difficile
🍽️ Restaurant	🛖 Espace Juva
🚻 Toilettes	🎓 Ecole de ski
👁️ Point de vue	👶 Espace débutants
🛵 Navette skibus	🎮 Espace ludique
🅐 Parking	⛄ Enneigeurs
🅐 Parking camping car	🏂 Ski nordique
🚉 Gare	🧊 Balades en raquettes-piétons
— Frontière	

**AMBULANCES ET TAXIS DES 4 VILLAGES**  
 03 84 60 02 01



**TAXI**  
 Les Rousses et Bois d'Amont  
 Urgences 7 jours/7

France & Etranger - Toutes distances  
[amb4villag@gmail.com](mailto:amb4villag@gmail.com)  
 209 route Blanche - 39220 Les Rousses

**SKIMIUM** **ARBEZ SPORTS**

03 84 60 52 77  
 LOCATION DE SKIS - TÉLÉMARK

Le Balancier - 39220 les Rousses

**TELEMARK'AFÉ**  
 BAR - BRASSERIE  
 uniquement le midi  
 06 40 10 57 67

GARAGE DU MASSIF AVIA PEUGEOT

STATION  
 1405 route blanche • LES ROUSSES  
 TÉL. 03.84.60.01.00

GARAGE DE LA BIENNE  
 15 Rue de l'Europe • MORBIER  
 TÉL. 03.84.33.03.55

NOUVELLE ADRESSE

**BAR - SNACK  
 RESTAURANT  
 L'ELDORADO**

662, ROUTE DE JOUVENCELLES  
 39220 PRÉMANON

**LOCATION VENTE  
 DE MATÉRIEL**

SPORTS & MODE

- VÊTEMENTS
- CHAUSSURES
- ACCESSOIRES

SPORT 2000

berthet.sport2000@orange.fr  
 Tél: +33 (0)3 84 60 00 68

BERTHET Sports  
 384, rue Pasteur  
 39220 les Rousses

**JURA SUR LÉMAN**  
 Prenez de la hauteur




Un domaine commun de  
 JURA SUR LÉMAN

www.jurasurlemand.com

www.parcpolaire.com

**PARC  
 POLAIRE**  
 SAFARI PÉDESTRE



25240 CHAUX-NEUVE  
 Tél. 03 81 69 20 20 - [contact@parcpolaire.com](mailto:contact@parcpolaire.com)

Activités NORDIQUES

STATION DES ROUSSES  
 lesrousses.com

**Intermarché  
 SUPER**  
 TOUS UNIS CONTRE LA VIE CHÈRE

GRAND CHOIX DE  
 produits  
 régionaux

**leDRIVE**  
 www.drive.intermarche.com  
 Gagnez du temps...  
 pour plus de ski !

Route du Génie - LES ROUSSES  
 03 84 60 01 62