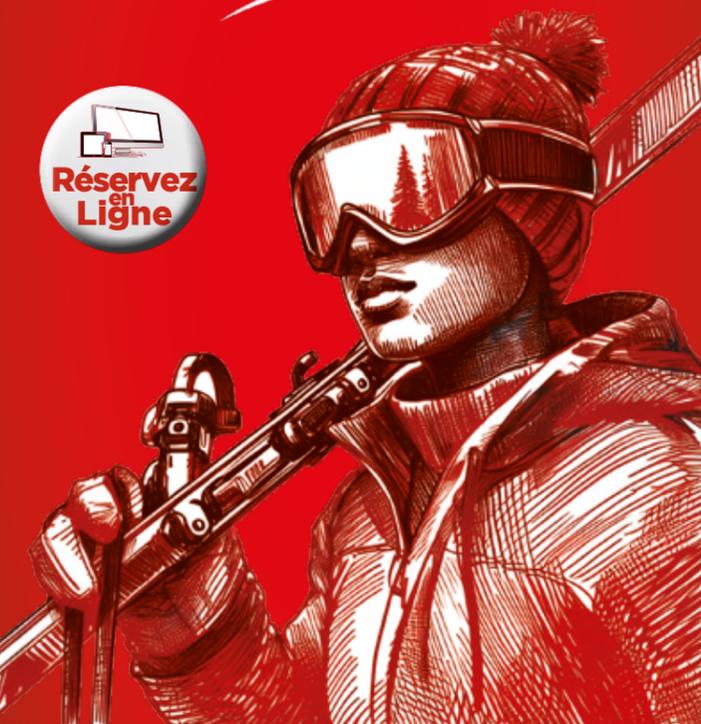


ESF

LE SEIGNUS

Val d'Allos

Réservez en Ligne



Facebook @ESF Le Seignus
Instagram @esf.seignus

www.esf-allos.com
contact@esf-allos.com
Tél. 04 92 83 00 65

COURS COLLECTIFS

TARIFS	
Ticket unique	40 €
5 cours + médaille	167 €
6 cours + médaille	175 €
5 cours matin + après-midi + médaille	308 €
6 cours matin + après-midi + médaille	318 €
2 cours week-end	75 €

HORAIRES

VACANCES SCOLAIRES	ENFANTS	ADULTES	SNOWBOARD
22/12 au 28/12	9:30/11:45	l'ESF se réserve le droit d'annuler ou de réduire les cours collectifs en/dessous de 5 élèves	
29/12 au 04/01	9:30/11:45 14:15/16:30		
9/02 au 21/02	9:00/11:00 11:15/13:15 14:45/17:00	9:00/11:00	14:45/17:00
23/02 au 28/02	11:00/13:15		
02/03 au 07/03	12:00/14:15		
HORS VACANCES	SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI AU VENDREDI
Piou-Piou à l'Ourson	14:15/16:30	12:15/14:30	11:30/13:30
Flocon à Étoile d'Or	14:15/16:30	12:15/14:30	-

*Tu as validé ton Étoile d'Or.
Viens découvrir le cours Perfectionnement Loisirs,
le ski sous toutes ses formes.*

CES TARIFS NE COMPRENNENT PAS
Les remontées mécaniques, le matériel, l'assurance.
Aucun remboursement ne sera effectué sur les cours de ski



www.club-pioupou.com

Les enfants doivent se présenter aux cours équipés de skis et chaussures et une tenue adaptée en fonction des conditions climatiques.

Le port du casque est vivement conseillé.
Un goûter dans la poche



RELAIS SKI-GARDERIE

Facilitez-vous les vacances,
l'ESF et le centre de loisirs
vous proposent une formule ski + garderie
Centre de loisirs 04 92 83 96 05



COURS PRIVÉS

TARIFS		
1 heure	50 €	+10 €/pers sup.
1 heure 30	75 €	+ 15 €/pers sup.
2 heures	100 €	+ 20 €/pers sup.
6 heures consécutives	275 €	+ 60 €/pers sup.

Handiski

Pour les personnes à mobilité réduite
45 €/ heure



Vous venez régulièrement dans notre station et votre enfant est passionné de ski. Rejoignez le CLUB ESF Entraînements tous les week-ends, vacances de fin d'année et d'hiver.



Tests Compétition

FLÈCHE OU CHAMOIS : 10 €
Renseignez-vous pour les possibilités d'entraînement



Hors-pistes

Découvrez la montagne dans ce qu'elle a de plus vrai en cours privés ou en groupe !

POUR LE BON DÉROULEMENT DES COURS

- Être muni de sa carte de cours
- Se présenter à l'heure au lieu de rassemblement
- L'ESF décline toute responsabilité pour les accidents corporels ou matériels qui pourraient survenir aux élèves.
- Les pannes de remontées mécaniques, les conditions météorologiques ou autres incidents ne peuvent être imputés aux moniteurs.
- En cas de mauvais temps, les cours qui sont assurés ne sont ni remboursés, ni reportés.
- Aucune réservation ne pourra se faire sans règlement.
- Les horaires peuvent être modifiés selon les impératifs de l'ESF.
- L'ESF se réserve le droit d'annuler ou de réduire les cours collectifs au-dessous de 5 élèves.
- Les tests, étoiles, etc... correspondent à des niveaux techniques et non à des récompenses.

Ski de Rando

Initiation ou balade
Découvrez le plaisir de la montagne autrement !



Rando Raquettes

Venez profiter d'un moment privilégié au cœur de la nature !



Nordique Biathlon

Classique, Skating, Biathlon



Neiges & Montagne

- Pack Sécurité
- Pack Ride
- Pack Trace

Permettre de pratiquer sereinement, sur tous types de neige, sur tous terrains, le hors-piste, la rando, la raquette. Sensibiliser tous les publics, skieurs ou non, aux gestes de sécurité car la montagne, ça s'apprend.

Mon séjour en Montagne

Faites confiance à ceux qui l'aiment

Réservation en ligne dès le mois de septembre

La Côte Allos Bar Restaurant Snack

La Résidence - Les Prés 04260 Allos
Tél : 04 92 89 22 93

Venez vous délasser dans notre salon, devant le feu de cheminée et déguster nos spécialités; ou profiter de notre terrasse ensoleillée. Chaque jour nous vous proposons une nouvelle suggestion.

Été - Hiver de 9H à 23H
Week-end Intersaison

Facebook

COMITÉS D'ENTREPRISE FAMILLES & AMIS

Chalet La Superba

Sport - Bien-être

Karine et Christophe DESVIGNES
06 20 95 74 88
www.la-superba-allos.com

Hôtel *** Restaurant

Plein Soleil

06 98 76 84 13

www.hotelpleinsoleil.com

reservation@hotelpleinsoleil.com

Route du Brec - 04260 Allos

Au petit Allossard **SPORT 2000**

LOCATION MATÉRIEL DE MONTAGNE
SKI ALPIN, RANDONNÉE VÊTEMENTS / ACCESSOIRES
RAQUETTES, TÉLÉMARK DE MARQUE



réserve en ligne : www.aupetitallossard.sport2000.fr
VAL D'ALLOS le village • Tél.: 04 92 83 14 62 • sibertsport@orange.fr

L'Artiste Coiffure
propose



Coupez énergétiques Soins énergétiques par le cheveux

Grand Rue, Allos 04 92 83 06 68

Hôtel Restaurant Bar
Les Genticanes



Grand Rue Allos • 04 92 83 03 50 ou 06 80 06 91 51

SEIGNUS GLISS
LOCATION : SKIS, SNOWBOARDS, SNOWSCOOT
ENTRETIEN RÉPARATION
BOUTIQUE • PARKING



seignusgliss.com
06 66 16 00 16



Map showing ski trails and elevations: L'AU TAPIE 2426, LE GROS TAPY 2374, VALCIBIÈRE 2378, 2041 m, LE SEIGNUS 1500, ALLOS 1400, LE VERDON.

Trails: Cassiopea (red), Pégase (green), Étoile du Berger (blue), Voie lactée (yellow).

HORS PISTES SPORTS

SKIS ▲ SNOWS ▲ BIKES
SKI RANDO ▲ SNOOC
SNOWSCOOT CENTER

Réserve en ligne : www.hors-pistes.net





HÔTEL ✪ BAR ✪ RESTAURANT ✪
ÉTÉ - HIVER

Chez FRANZ
SUR LES PISTES

SPÉCIALITÉS DE FONDUES
RACLETTES - PIERRADES

Accueil de classes de neige et de groupes

Le SEIGNUS
04260 VAL D'ALLOS
Tél. 04 92 83 01 06 ou 06 85 31 38 98

www.hotel-franz.com
e.mail: francoise.hotel-franz@wanadoo.fr

L'Alpage
Charcuterie - Fromages
Plateaux - Raclette
Dégustation sur place ou à emporter

06 76 91 80 43
le Village - Allos



du lundi au samedi : 08h30 - 19h30
le dimanche : 09h00 - 13h00



Carrefour contact

résidence Le Vallonet
av. du Verdon • 04260 Allos
Tél. : 04 92 83 00 40



Boulangerie Pâtisserie
Le Fournil d'Allos



Grande rue - Allos • Tél: 04 92 83 04 79

Nous remercions nos annonceurs
qui ont permis la réalisation de ce
dépliant, vous pouvez consulter leurs
offres sur notre site...

MASSAGES
SAUNA
BAIN NORDIQUE
HAMMAM

Sur rendez-vous
06 75 37 61 75



www.allos-forme-detente.com



Déterminez votre niveau

ENFANTS (3 À 13 ANS)

CLUB PIU-PIU
Je n'ai jamais chaussé les skis, je glisse en chasse-neige et m'arrête sur les pistes faciles.

PRÉPARATION FLOCON
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
Je tourne parallèle sur pente plus forte, j'ai le niveau 3^{ème} Étoile.

PRÉPARATION ÉTOILE D'ARGENT
Je perfectionne mes grands virages et je commence le slalom chronométré. J'ai le niveau Étoile de Bronze.

PRÉPARATION ÉTOILE D'OR.
Je tourne parallèle sur toutes les pentes, j'ai des notions de slalom, j'ai le niveau Étoile d'Argent.

COMPÉTITION
Je tourne parallèle sur toutes neiges, tous terrains, j'ai déjà fait des parcours chronométrés, j'ai le niveau Étoile d'Or.

ADULTES (À PARTIR DE 13 ANS)

Je n'ai jamais chaussé les skis. Débutant

Je prends le téléski, tourne en chasse-neige, et m'arrête sur pistes vertes. Classe 1

Je dérape et débute en virages skis parallèles traces larges sur pistes bleues. Classe 2

Je skie en toutes neiges, skis parallèles sur les pistes rouges ou noires. Classe 3

Je skie en poudreuse, j'aime la vitesse, le slalom, les sauts, les pistes noires. Compétition

BANQUE POPULAIRE
AUVERGNE RHÔNE ALPES



neigebleue@wanadoo.fr - Photos Agence ZOOM - Document non-contractuel - Ne pas jeter sur la voie publique - MERCI