

PACK WEEK-END  
1 cours le samedi  
+ 1 cours le dimanche  
Hors Vacances  
68 €



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 2 heures	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours + médaille	176 €	165 €
1 cours	39 €	37 €
pack WEEK-END 1 cours le samedi 1 le dimanche	74 €	68 €

#### HORAIRES

Week-ends	De 11h à 13h et de 13h30 à 15h30
Vacances de Noël	De 10h à 12h et de 13h30 à 15h30
Vacances Scolaires Zone B	De 9h à 11h, de 11h à 13h et de 13h30 à 15h30
Vacances scolaires zone A et zone C	De 11h à 13h00



Réservez  
Ligne

## COURS PRIVILÈGE

DU PIOU-PIOU  
À LA COMPÉTITION  
3 à 6 ÉLÈVES MAX.

Tous les bénéfices 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 du lundi au vendredi	245 €	217 €
1 cours	53 €	49 €
pack WEEK-END 1 cours le samedi 1 le dimanche	100 €	94 €

#### HORAIRES

Week-ends	De 11h à 13h et de 13h30 à 15h30
Vacances Scolaires Zone B uniquement	De 10h à 12h, de 12h30 à 14h30 et de 14h30 à 16h30



## COURS COLLECTIF ENFANTS

De  
l'OURSON  
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 2 heures	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours + médaille du lundi au vendredi	176 €	165 €
1 cours	39 €	37 €

#### HORAIRES

Vacances de Noël	De 10h à 12h00
Vacances Scolaires Zone B	De 9h à 11h, de 11h à 13h et de 13h30 à 15h30
Vacances scolaires zone A et zone C	De 11h à 13h00

## 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 2 heures	Vacances Scolaires	Hors Vacances Scolaires
5 cours + médaille du lundi au vendredi	176 €	165 €
1 cours	39 €	37 €

#### HORAIRES

Vacances de Noël	De 10h à 12h00
Vacances Scolaires Zone B	De 9h à 11h, de 11h à 13h et de 13h30 à 15h30
Vacances scolaires zone A et zone C	De 11h à 13h00



De tout dans une ambiance conviviale et détendue !

• Sensibilisation au milieu montagnard

• Découverte de la compétition avec mini-pièges

• L'esprit abordé pendant les cours :

30h de cours de janvier à mars : 390 € au rachat offert

Les samedis de 9h à 12h

**COMPÉTITION**  
**esf**  
**club**

**esf**  
**LA COLMIANE** ▶ TARIFS  
▶ PLAN DES PISTES  
▶ 2025/2026

CLUB  
**esf**

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

L'ESF propose à vos enfants un stage pour tous les niveaux de Ski. Piou Piou, Ourson, Flocon, 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup> étoile, Team étoiles (bronze, argent, or)

20 heures de cours : 249 € (Médaille et blouson inclus)

• les samedis : de 11h à 13h • Les dimanches : de 10h à 12h



## RANDONNÉES À SKIS\*

Découvrez notre exceptionnel domaine du Mercantour

### TÉLEMARK\*

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 ?

### RAQUETTES À NEIGE\*

### 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)

\* TARIFS ET HORAIRES : SE RENSEIGNER AUPRÈS DE L'ESF

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

#### Attention ...

- Tous les élèves doivent être munis du forfait remonté mécanique sauf pour les débutants et le Club Piou Piou
- Votre ticket de cours est disponible sur l'application « MY ESF »
- Les élèves sont priés d'être présents aux rassemblements aux heures exactes prévues dans le programme.
- L'ESF se réserve la possibilité d'annuler ou d'interrompre les cours en cas de force majeure
- 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 ni le matériel de ski, ni le forfait remontées mécaniques, ni l'assurance annulation ou carrière neige.
- Les parents doivent être présents à la fin des cours pour récupérer leurs enfants.
- L'ESF décline toute responsabilité pour les accidents corporels ou matériels qui pourraient survenir aux élèves.
- Aucune réservation ne pourra se faire sans règlement.
- Les tests et passage d'étoile correspondent à des niveaux techniques et non à des récompenses
- Toute annulation dans les 48h ne sera ni reportée ni remboursée

Conditions générales de vente à consulter sur le site internet  
[www.esf-la-colmiane.com](http://www.esf-la-colmiane.com) ou à l'accueil de l'ESF.

### DATES DES TESTS **esf**

FLÈCHE et CHAMOIS : nous consulter



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](http://www.esf-la-colmiane.com)





**LE S<sup>T</sup>MART<sup>TM</sup>**

BISTROT GOURMAND & CAVE À VIN

CUISINE MAISON  
TAPAS  
GRILL À VIANDE  
PINAS  
BAR à VINS

SPIRITUOS  
GRANDS VINS  
VINS BIO & NATURE  
CHAMPAGNES  
COFFRETS CADEAUX

04-89-34-35-29  
3 AV KELLERMANN - SAINT MARTIN VÉSUBIE  
[WWW.LESTMART.COM](http://WWW.LESTMART.COM)

**Agence du Mercantour**  
l'Immobilier de la Vésubie & du Valdeblore

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](http://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

**BAR • PUB • RESTAURANT SPÉCIALITÉS DE MONTAGNE**

**Chez Frankie** DEPUIS 1984

Bar Pub Restaurant  
06 58 11 90 09  
[direction@chez-frankie.com](mailto:direction@chez-frankie.com)

**COLMIANE sports**

[www.colmianesports.fr](http://www.colmianesports.fr)  
Tout pour le sport d'hiver  
VENTE & LOCATION  
SKIS - SNOWBOARDS - MINISKIS - RAQUETTES - LUGES - ...

**ÉQUIPEMENT**  
textile, tout accessoire  
ADULTE ET ENFANT

Snowscoots Black Mountain

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

**FERRATA SPORTS** fr

LOCATION SKI & SNOW, VENTE EQUIPEMENT

04 93 02 80 56  
[ferratasports.fr](http://ferratasports.fr)

**CORTO SHOP**  
LOCATION VENTE  
SKI SNOWBOARD SNOWSCOOT

T. 04 93 02 86 62 [cortoshop@orange.fr](mailto:cortoshop@orange.fr)

**PROXI**  
SAINT-DALMAS

Rôtisserie  
Point retrait

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



La Colmiane • Piscine de Valdeblore • Turini Camp d'Argent • Vésubie Mountain Park • Parc Alpha • Centre Nordique du Boréon • Pure Montagne Resort

La montagne toute l'année

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES | 06

[puremontagne.fr](http://puremontagne.fr)

neigeblau@wanadoo.fr • Crédit Photos : Photographie Itté Cyril et Agence Zoom • Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique • MERCI



#### FACILES

- I L'Edelweiss  
2 La Banane  
3 Accès direct Télésiège  
4 Les Dahuts  
5 la Kiwi

#### MOYENNES

- 6 l'Ancolie  
7 La Citron  
8 La Mandarine  
9 Les Avocats  
10 L'Orange  
11 Le Suc

#### DIFFICILES

- 12 Les Bosquets  
13 Les Clarines  
14 Les Airelles  
15 La Balsa  
16 Les Myrtilles  
17 Les Câbles  
18 Stade de Slalom  
19 Les Crêtes

#### TRÈS DIFFICILES

- 20 Les Bachas  
21 La Diable

#### ESPACE LUGES

Accès libre  
sous votre entière  
responsabilité

**HOSTELLERIE de RIMPLAS**  
PIZZERIA le week-end.  
BAR-SNACK-GLACIER en journée (haute saison)

VUE PANORAMIQUE  
[www.hostellerie-rimplas.fr](http://www.hostellerie-rimplas.fr)  
Tél : 04 93 02 01 45  
1, chemin des Canebiers - RIMPLAS

**radio Oxygène**  
Mercantour

**esf**  
LA COLMIANE

**CHEZ YVETTE**  
BOUCHERIE - CHARCUTERIE MAISON - RÔTISSERIE

CHARCUTERIES MAISON  
VIANDES D'EXCEPTION

RILLETTES DE CANARD ET TERRINES VARIÉES  
SAUCISSES ET MERGUEZ - PERRIGUINES  
Boudin Noir et Boudin Blanc Truffé  
TRIPES À LA NICOLE - SOUBRESSADE  
PANCETTA - COPPA - BRESOLA  
SAUCISSON NATURE, NOISETTES OU BEAUFORT

Bièuf Wagyu de Kobe  
Viande de Bièuf Mûrée  
Veau Fermier  
Agneau Label Rouge du Sud-Ouest  
Porc Label Rouge  
Volaille Label Rouge

Visitez notre boutique en ligne  
[www.hallesdumercantour.fr](http://www.hallesdumercantour.fr)

04 93 03 20 32  
06 61 30 56 45  
[contact@hallesdumercantour.fr](mailto:contact@hallesdumercantour.fr)

**LES HALLES DU MERCANTOUR**  
FROMAGERIE - TRAITEUR - PRODUITS DU PAYS

RETRouvez tous les jours

Raviolis Niçois - Gnocchis - Panisse  
Ratatouille - Farcis Niçois  
Pissaladière - Tortues et Gratinés  
Lasagnes Végétariennes  
Tartes Tomate Pesto  
Barbajuan - Amarettis - Cannelles  
Tartes Sucrées

PRODUITS LOCAUX DE LA VALLÉE  
Fromages - Confitures  
Miel - Jus de Fruits

Visitez notre boutique en ligne  
[www.hallesdumercantour.fr](http://www.hallesdumercantour.fr)

04 93 03 20 32  
06 61 30 56 45  
[contact@hallesdumercantour.fr](mailto:contact@hallesdumercantour.fr)

Valérie BACCIALON  
Danielle NICOLAO  
[Agence.baccialonnicolao@axa.fr](mailto: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