



Consultez le programme
de la semaine

Sortie en raquettes

ÉCOLE DE SKI & DE SNOWBOARD



PLAN DES PISTES
TARIFS 2025 | 2026

INFOS
RÉSERVATIONS

+ 33 (0)4 76 79 85 29

www.esf-ozensoisans.com



QUI VEUT GRAVIR
UNE MONTAGNE
COMMENCE
PAR LE BAS



Ski Hors Piste

Cours Privé

De 1 à 4 personnes de niveau homogène.



2h30 ... à partir de 140€
Demi-journée 3h30 ... à partir de 255€
Journée 7h ... à partir de 490€

Bon niveau de ski requis.

Cours Privé Ski - Snowboard

Tous niveaux

De 1 à 4 personnes de niveau homogène



Le midi : 1h ... à partir de 56€

Matin ou après-midi : 2h30 ... à partir de 140€

Expériences plus

Sortie
en raquettes
à partir de 25€

Initiation
ski de
randonnée:
à partir de 55€



Initiation
ski de fond:
à partir de 50€

Tir carabine laser
à partir de 17€

Marche nordique
à partir de 20€



Cours Collectifs

HAUTE
SAISON

BASSE
SAISON

Baby ski
2 à 3 ans 183€
6 x 45min

Club Piou
à partir de 3 ans 220€
6 x 2h30

Cours Collectifs
enfants ou adultes 220€
6 x 2h30

300€
6 x 3h30

240€
6 x 2h30

113€
3 x 45min

200€
6 x 2h30

200€
6 x 2h30

155€
3 x 2h30



Team Rider
après l'Étoile d'Or

Snowboard
tous niveaux

Numéros utiles



Secours sur pistes
04 76 80 37 38

esf
École de ski ESF OZ
04 76 79 85 29

112
Numéro urgence

Prévention et sécurité

Pour que le ski reste un plaisir pour tous,
il appartient à chacun d'adapter
son comportement.
Voilà quelques conseils de pro
pour adopter les bons réflexes :

- Connaître et respecter les 10 règles du skieur.
- Toujours prendre en compte l'évolution de la météo et de l'état de la neige au fil de la journée.
- Le ski est un sport. Pour éviter les blessures, écoutez votre corps et adaptez votre effort au cours de la journée et de la semaine.
- En fin de journée les pistes rejoignant Oz 3300 sont parfois dégradées, n'hésitez pas à redescendre en télécabine.
- Les enfants en cours collectifs ont des dossards de couleurs. La couleur du dossard = la couleur des pistes recommandées.
- Un skieur en chasse neige ne devrait jamais évoluer au delà de piste bleue.



10 RÈGLES À ADOPTER SUR LES PISTES DE SKI

- 1. Respect d'autrui**
Adapter son comportement pour ne pas mettre en danger les autres skieurs.
- 2. Maîtrise de la vitesse et du comportement**
Adapter sa vitesse et son comportement à ses capacités personnelles et aux conditions rencontrées.
- 3. Maîtrise de la direction**
Celui qui se trouve en amont doit préserver la sécurité de toute personne qui est en aval.
- 4. Dépassement**
Le dépassement doit toujours se faire de manière assez large pour prévenir les évolutions de celui que l'on dépasse.
- 5. Au croisement des pistes ou lors d'un départ**
Tout usager doit s'assurer qu'il peut s'engager sans danger.
- 6. Stationnement**
Éviter de stationner dans les passages étroits ou sans visibilité ; en cas de chute, libérer la piste le plus vite possible.
- 7. Montée et descente à pied**
utiliser le bord de la piste.
- 8. Respect du balisage et de la signalisation**
- 9. Assistance**
Toute personne témoin ou acteur d'un accident doit prêter assistance, notamment en donnant l'alerte.
- 10. Identification**
Tout skieur témoin d'un accident est tenu de faire connaître son identité



1 **SKISET** **Location skis & vente**
SKI RENTAL

Réservez - Book Now!!
skiset.com - skilowcost.fr

SKISET SKI TONIC Oz 3300
Depuis 1989
Face au télécabine de Pourtran

LES + GRANDES MARQUES DE SKI
ACCESSOIRES
CONSIGNE SKIS CHAUFFÉE
ATELIER RÉPARATION
TEXTILE MONTAGNE
CONSEILS DE PRO

1 **Bar à tapas, vins & cocktails**
Le P'tit Verre d'Oz

06 32 32 87 17
30, rue de la Giette, OZ

Bières
25 sortes

1 **sherpa**

Produits régionaux
Prêt d'appareils à fondue et à raclette
Dépôt de pain

SHERPA OZ EN OISANS
Les Adélphes
04 76 79 57 50

1 **MOONTAIN BAR**

07 87 07 05 95

Restaurant ouvert le soir sur réservation

Planches opéras, Soufflés, Cornemuses vivants...

22 rue du dos du pti - 38114 Oz-en-Oisans • moontain-hotel.com | reception@moontain-hotel.com

RESTAURANT BAR SNACK
GRILLADES AU FEU DE BOIS

SOIRÉES EN ALTITUDE
Le mardi départ ALPE D'HUEZ • Le jeudi départ OZ STATION
Uniquement sur réservation

L'AVENTURE
+33 (0)4 76 80 69 67
+33 (0)6 14 74 66 43

Accès piétons télécabine POURTRAN gare intermédiaire

OUVERT 7J/7
MIDI ET SOIR
TERRASSE EN FRONT DE NEIGE

La Ferme d'Oz

RESTAURATION À TOUTE HEURE
SPÉCIALITÉS MONTAGNARDES
SELF-SERVICE LE MIDI
CARTE ET MENUS
GOÛTER
APRÈS-SKI

RÉSIDENCE
LE CHALET DES NEIGES
FACE AU TÉLÉCABINE DE POURTRAN
06 02 15 13 37
contact@lafermedoz.fr

1 **ekosport rent**

LOC SKIS OZ
04 76 80 72 78

• LOCATION SKI, SNOWBOARD, SKI MOJO POUR TOUS.
• ENTRETIEN DE MATÉRIEL.
• LARGE CHOIX D'ACCESSOIRES ET DE VÊTEMENTS.

BOÎTE À SKIS
04 76 79 52 34

TOUTE L'ÉQUIPE VOUS ATTEND AVEC LE SOURIRE.

SPORT 2000



1 Retrouvez nous entre le Chalet ESF et la garderie !

LOCATION VENTE ENTRETIEN
lacabaneaskis.com
04 76 79 56 75

la cabane à skis

4 **LA GROTTÉ DE GLACE**
ET SES SCULPTURES
QUAND LES GLACIERS
SE TRANSFORMENT EN MUSÉES

www.grottedeglac.com

1 **SNACK BAR RESTAURANT**
SPÉCIALITÉS MONTAGNARDES

La Causerie

04 76 79 87 86
rés. les pistes - 32, rue de la Giette - OZ

1 **Restaurant Bar** **After Ski**

La Potée
Oz

T. 04 76 79 99 81
Résidence Les Pistes • 38114 Station d'Oz

3 **Restaurant d'altitude**
2050m

LA GRANGE

PIZZAS AU FEU DE BOIS

Téléphérique VAUJANY
Télécabine OZ
04 76 11 03 66

6 **ALLEMOND SPORT**

Mountain Sports Equipment

VENTE & LOCATION / Rental & Sales
SKI - SNOWBOARD - VELOS ELECTRIQUES
ACCESSOIRES SKI/CYLES & VETEMENTS OUTDOOR

SCAN ME!
allemond-sport.com
+33(0)4.76.80.87.46
485 Route des Fonderies Royales
38114 Allemond

2 Venez découvrir une cuisine élaborée avec des produits locaux.
Au dessus de la mer de nuages ou dans le chalet au coin du poêle à bois.
A 2000m d'altitude sur la piste du Carrellet.

L'île d'Oz

Tél: 04.76.80.78.96 • restolilledoz@gmail.com • f •

1 **SKIMIUM**

VOS SKIS SÉLECTIONNÉS PAR UN MONITEUR ESF
LA LOCATION DE SKIS, EN MIEUX !

LOUEZ VOTRE MATÉRIEL DE SKI EN LIGNE ET BÉNÉFICIEZ DE 20 à 60% DE REMISE - LOCATION ET VENTE - SKI RENTAL !

SKIMIUM OZ 3300 - Rés. les Pistes - +33 (0)4 92 50 49 22

SKILOWCOST.FR