

ESF MASSIF DU MEZENC

Semaine du lundi 02 au vendredi 06 mars 2020

Au regard des conditions d'enneigement sur la station des Etables le jeudi 27 février, pour le ski alpin, seuls les cours collectifs **débutants 4-6 ans, débutant 7-11 ans, niveau Piou-Piou** peuvent être assurés sur le jardin des neiges. Pour **les leçons particulières**, seuls les cours débutants peuvent être assurés.

Tous les autres cours nécessitant l'utilisation des remontées mécaniques sont annulés (cours collectifs et leçons particulières).

A noter que la dernière chute de neige permet la pratique du ski de fond, bien que le manteau neigeux reste fragile. Tant que les pistes nordiques restent praticables nous proposons des cours de ski nordique et biathlon.

Par ailleurs, nous proposons d'autres **activités en remplacement de votre premier choix** tout au long de la semaine, pour que vos vacances restent une réussite.

Le tableau ci-dessous fait la synthèse de ce qui est au programme du 02 au 06 mars en partenariat avec l'ESF. Les cours que vous avez achetés peuvent être basculés vers une autre activité.

Pour les différents stages de remplacement proposés, ils peuvent être au même tarif que ce que vous aviez acheté ou à un tarif différent, auquel cas l'ESF vous demanderait un complément ou à l'inverse elle vous ferait un remboursement.

Si aucune des activités proposées ne vous intéresse, nous vous rembourserons les cours achetés moins **5€ de frais de dossier**.

Afin de nous organiser au mieux, merci de nous formuler vos vœux le plus tôt possible soit par mail soit par téléphone ou directement sur place à notre bureau dans les locaux de l'office de tourisme des Etables.

Ouverture semaine de 9h à 12h30, samedi de 14h00 à 17h, dimanche de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30.

Ce programme reste prévisionnel et peut être amené à évoluer en fonction de l'évolution de l'enneigement (chutes ou fonte). L'ESF s'adaptera au mieux pour vous proposer les alternatives au bon déroulement de votre séjour.

Vrai au 27 février 2020

Cours collectifs		9h	10h	10h30	12h	14h	15h30	16h	17h	
SKI ALPIN	Débutant 4-6ans	maintenu	maintenu			maintenu		maintenu		
	Piou piou vers ourson	maintenu	maintenu			maintenu		maintenu		
	Débutants 7-11 ans	maintenu	maintenu			maintenu		maintenu		
	Ourson vers flocon									
	Flocon vers 1*									
	1* vers 2*									
	2* vers 3*				Enneigement insuffisant Cours annulés					
	3* vers bronze									
	Débutants adultes									

Attention aux modifications d'horaires

SNOWBOARD	Snowboard débutant								
	Snowboard perfectionnement								

Enneigement insuffisant

SKI DE FOND	Ski de Fond débutant adulte								
	Ski de fond enfant								
	Biathlon 5 jours								

Horaires variables en fonction des niveaux

		9h	10h30	12h	14h	15h30	17h	
Activités de remplacement	Stage multiactivités, du lundi au vendredi, matin ou après midi. (à partir de 7 ans) Tarif : 82€ les 5 séances.	Course d'orientation, tir à la carabine laser, VTT, Biathlon 09h à 10h45	Course d'orientation, tir à la carabine laser, VTT, Biathlon 10h45 à 12h30		Course d'orientation, tir à la carabine laser, VTT, Biathlon 13h30 à 15h15	Course d'orientation, tir à la carabine laser, VTT, Biathlon 15h15 à 17h	Le stage multiactivités permet de découvrir la course d'orientation pour apprendre ou développer la lecture de carte, le tir à la carabine laser, Biathlon hors neige par la combinaison du tir et de la course d'orientation, le VTT découverte. 5 séances pour apprendre tout en s'amusant. Tarif : 82€ les 5 séances matériel compris.	
	Stage ski de fond 5 séances, du lundi au vendredi. (à partir de 7 ans) départ des pistes de ski de fond Tarif : 67€ les 5 séances.	Ski de fond un créneau débutants adultes Un créneau débutant enfants 9h à 10h30	Ski de fond créneaux perfectionnement enfants 2 groupes de niveaux, s'adressent aux enfants ayant déjà skié (même en alpin) 10h30 à 12 h00		Ski de fond créneaux perfectionnement enfants 2 groupes de niveaux, s'adressent aux enfants ayant déjà skié (même en alpin) 14h à 15h30			Les stages ski de fond s'adressent aux skieurs du niveau débutant à perfectionnement. Ils permettent de passer les niveaux des étoiles ski de fond, du flocon jusqu'à l'étoile d'or. Les notions d'équilibre, transferts d'appuis, poussées, propulsions, pas tournants, freinage ... seront au cœur de ces enseignements. Les rdv sont au parking de la maison forestière.
	Stage Kite, 2 séances de 2h30 Activité à partir de 12 ans 8 personnes max par session. Tarif : 82€ matériel compris					Stage Kite Session 1 : lundi mardi Session 2 : mercredi vendredi 14h à 16h30		Sessions animées par Didier Botta, Diplômé d'état, multi champion de France, d'Europe et du monde.
	Initiation kite / Cerf volant 2 Séances de pilotage de 2h A partir de 8 ans, jusqu'à 12 personnes. Tarif : 50€ le stage matériel compris.	Initiation Kite cerf volant Session 1 : lundi mardi Session 2 : mercredi vendredi 9h à 11h						Objectif : découvrir le fonctionnement d'une aile de kite, apprendre à piloter, s'amuser, sensations garanties !
	Stage biathlon 5 séances, du lundi au vendredi de 15h30 à 17h00 départ des pistes de ski de fond Tarif : 95€ les 5 séances.					Biathlon ski de fond plus tir à la carabine laser. 15h30 à 17h		Ce stage permet de se perfectionner en ski de fond, skating et d'apprendre les techniques de tir à la carabine tout en associant les deux disciplines de manière ludique. Il s'agit d'allier endurance, technique et adresse. L'activité se réalise au départ des pistes de ski de fond, les rdv sont au parking de la maison forestière.