



Prestations 2008 / 2009 proposées aux comités d'entreprises et autres groupes

Nos tarifs prestations comprennent : Accueil, Mise en place du matériel ESF, Encadrement, Rangement. A votre charge location skis & raquettes, redevances nordiques, forfaits alpins, repas, location matériel spécifique (Biathlon, flambeaux)

Nous étudions toutes nouvelles propositions de votre part.

La plupart des prestations restent accessibles aux handicapés.

ESF du VAL de MOUTHE :

Tel 03 81 69 26 15 Port : 06 80 22 00 65

e-mail avant saison : yvmarechal@wanadoo.fr

e-mail : esfmouthe@wanadoo.fr

WWW : esfmouthe.com

Sommaire :

Page 1 : Ski Nordique / Les sorties **page 2 :** Les Challenges **page 3 :**
Les initiations

Page 4 : Ski Alpin / Initiations **Page 5 :** Challenge Alpin + Informations

DANS LE VENT !

* Initiations BIATHLON à l'heure, ½ journée.

* **RAID RAQUETTE & SKI de FOND:** ½ journée ; Journée. Sorties Franco Suisse

* Soirée découverte : fabrication fondue en Nocturne.

NOUVEAU

RAID SUR 2, 3, 4 JOURS OU PLUS : Raquettes et Ski de Fond

Les groupes, CE, Classes de neige en initiations peuvent être complétés en soirée par une découverte des métiers de la montagne (information Pisteurs secouristes, fabrication de la neige, comment devenir moniteur, préparation des skis, le ski et le handicap)

AL'ETUDE

Développement du jardin d'enfant et des Raids du Val de MORTEAU à la PESSE en passant par le VAL de MOUTHE



Page 1 / Les SORTIES Nordiques

Sortie Raquette nocturne :

- (1 moniteur pour 12 personnes max) **Mouthe , Pré Poncet, Liadet**
Heure de rendez-vous conseillé 18h00 . (RDV ; Distribution du matériel ; encadrement ; parcours selon niveau, retour à la ferme avec **flambeaux***
Séance de 1h30 Facturéepar moniteur 63 € + si*forfait flambeaux : 50 €
Réservation repas à la ferme + Location raquettes proposées par l'ESF :
Combes dernier + Le Cornet
Chez Liadet
Mouthe : Voir prospectus
Pré Poncet : La Perruque (Didier Coulinge)
Le Chalet Gillard

Sortie Raquette à thèmes

- (1 moniteur pour 12 personnes max) **Combe dernier , Liadet, Mouthe .**
Heure de rendez vous : libre selon disponibilité. (RDV ; Distribution du matériel ; encadrement ; parcours selon niveau avec **différents thèmes** : sur les traces d'animaux, découverte et explications de nos forêts, vie des alpages.
Séance de 1h30 Facturéepar moniteur 48€
Réservation repas à la ferme + Location raquettes proposée par l'ESF :
Combes dernier + Le Cornet
Chez Liadet
Mouthe : Voir prospectus
Pré Poncet : La Perruque
Le Chalet Gillard

Sortie Raquette Alpage

- (1 moniteur pour 12 personnes max) **MOUTHE Chez Cornet.**
Heure de rendez vous conseillé : 10h00 ou 18h00 . (RDV ; Distribution du matériel ; encadrement ; parcours selon niveau avec différents thèmes : sur les traces d'animaux, découverte et explications de nos forêts, vie des alpages suivit d'un repas dans une ferme d'alpage avec la **participation à la préparation de la fondue aux trois fromages** : Séance étalée sur 2h30 **Facturéepar moniteur 78,75€**

+ repas : 2 solutions à votre charge.

- 1 : Fondue Comté, Salade, Tarte maison (12€) 2/ Fondue 3 Fromages, Salade, Tarte maison (14€)
- **Options** : 1/ Assiette de charcuterie (Jambon cru / cuit, rosette de lyon, bresi) (5€), 2/ Apéritif (kir jurassien) (2,5€ le verre) ; 3/ Kir, Fondue au choix, Charcuterie, vin du Jura, café/tisane) (20€) ; 4/ Option 3 sans charcuterie (16€)
Réservation : Location skis / raquettes et Ferme d'alpage chez Cornet proposées par l'ESF.

Sortie raquette Orientation :

- (1 moniteur pour 12 personnes max) **Chez Liadet, Pré Poncet ,**
Heure de rendez vous libre selon disponibilité. (RDV ; Distribution du matériel ; encadrement ; **parcours d'orientation hors piste** proximité de la perruque avec 6 ou 12 balises à trouver.
Séance 1h30 Facturéepar moniteur 63€
Réservation repas à la ferme et Location raquettes proposées par l'ESF :
Le Pré Poncet : La Perruque
Mouthe Chez Liadet (A confirmer)



Page 2 / Les CHALLENGES :

Challenge Ludique :

- (3 moniteurs) la totalité sur les sites de **Combes dernier, Le Liadet , Pré Poncet** **Groupe divisé en plusieurs équipes de trois**

1. Luge (glissade sur piste de luge)
2. Raquette (parcours dynamique environ 1 km)
3. Ski de fond **** (Parcours dynamique de 1 à 2kms)**

Distribution du matériel, des dossards, encadrement , départ du 1^{er} groupe à la piste de luge (Deux descentes) puis passage du relais aux raquetteurs qui passeront le relais aux skieurs et arrivée au refuge de la Perruque. Déroulement adapté selon niveau. La meilleur équipe reçoit 3 bouteilles de Crémant du Jura offert par l'ESF du Val de Mouthe.

Séance 3h00 *Facturéepar moniteur 126 €*

Réservation repas à la ferme et Location raquettes proposées par l'ESF :

Combes dernier + Chez Cornet

Chez Liadet

Le Pré Poncet : La Perruque

Challenge Ludique Option BIATHLON

- **Sur les sites du Liadet et Pré Poncet**
- Seulement pour petit groupe ; le principe reste le même que pour le challenge Ludique ; mais une des trois épreuves est remplacée par une petite épreuve de tir BIATHLON (carabine air comprimé sur cible mécanique).
- Explication du Biathlon, découverte du tir ; puis mise en pratique . (Pour des raisons de commodité et pratiques, le tir se fera couché sur carton puis cibles mécaniques)

Séance 3h00 *Facturéepar moniteur 126€ + forfait Biathlon 2 carabines 55€ ; 4 carabines 110 €*

Réservation repas à la ferme et Location raquettes proposées par l'ESF :

Le Pré Poncet : La Perruque

Possibilité de prévoir sur un autre site . (Réservation Obligatoire 1 semaine avant la date prévue)

Challenge Nordique : (Skieurs confirmés)

(3 moniteurs) la totalité sur les sites des **Combes dernier, de Chez Liadet, du Pré Poncet.**

Groupe divisé en plusieurs équipes de trois

1. Saut à ski de fond (bosse d'initiation)
2. Biathlon (2 tours , 2tirs avec tour de pénalités)
3. Ski de fond **** (Parcours dynamique de 1 à 2kms)**

Distribution du matériel, des dossards, encadrement , départ du 1^{er} groupe ski de fond et saut puis passage du relais aux Biathlètes qui passeront le relais aux skieurs et arrivée au refuge . Déroulement adapté selon niveau. La meilleur équipe reçoit 3 bouteilles de Crémant du Jura offert par l'ESF du Val de Mouthe.

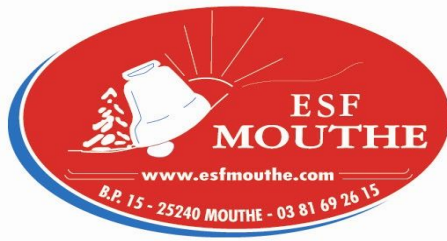
Séance 3h00 *Facturéepar moniteur 126€*

Réservation repas + Location raquettes, skis et luge (Voir avec ESF) :

Combes dernier

Chez Liadet .

Pré Poncet



Page 3 / Les INITIATIONS

Le BIATHLON

- Séance d'une heure (informations, initiation tir, pratique du Biathlon) Tarif d'une heure particulière
- Séance collective : Informations et initiation au tir (Groupe d'un minimum de 6 pers) 4€ / pers

Ski Nordique

- (1 moniteur) la totalité sur le site du Val de MOUTHE (Combes dernier, Chez Liadet, Mouthe, Pré Poncet)

- **Initiation par séance de deux heures ou forfait des 5 séances.**

(S1) Ski alternatif (classique marche glissée), (S2) Ski Skating (Patinage), (S3) Biathlon (ski associé au tir de précision), (S4) Ski Orientation , (S5) Saut à ski (sur bosse ou tremplin).

1) Nous proposons le forfait INITIATION (*les même personnes aux mêmes RDV à la même réservation*) qui comprends **une séance par jour ou par semaine de deux heures**

(S1+S2+S3+S4+S5).

Une des 5 initiations peut être changée par une sortie raquette nocturne suivie d'un repas en ferme d'alpage.

- 5 séances de 2heures

Facturée par moniteur 354 €

2) -Une seule séance au choix de 2 heures

Facturéepar moniteur 78,75€

Combes dernier + Chez Cornet ; Mouthe / Chez Liadet ; Pré Poncet : La Perruque



Page 4 / SKI ALPIN : .

Nous sommes équipés de canons à neige

INITIATION

Initiation au saut à ski

IMPORTANT : A la réservation : donner les pointures des clients

- (1moniteur pour 12 personnes max) **Sur le site Alpin de la Source du Doubs .**
Heure de rendez vous au plus tard 15h00 (*RDV ; Distribution du matériel ; encadrement **initiation au saut ; test de l'aiglon** (mini concours de saut avec comme référence le saut du moniteur))* Chaque titulaire du test de l'aiglon peut demander une médaille représentative (6.5€)

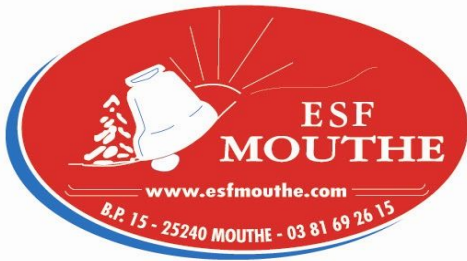
Séance de 2h00 Facturéepar moniteur 78.75 € + 2 € par personne si inscription au test de l'aiglon.

Réservation Location skis et forfaits alpins sous votre responsabilité :
SDD Mouthe : 03 81 69 22 64 WWW.ski-mouthe.fr
Informez l'ESF de vos réservations

Initiation ski alpin et ski de fond ou évaluation du niveau ou balade raquettes

- **Ski alpin et ski de fond voir bureau ESF.**
 - **Raquette à thème** autour de la Source du Doubs par groupe de 12 max
- Heure de rendez vous au plus tard 15h00: libre selon disponibilité. (*RDV ; Distribution du matériel ; encadrement*)

Séance 2h00 Facturéepar moniteur 78,75€ + 6,5€ par personne si évaluation de niveau.



Page 5 / CHALLENGE ALPIN

Challenge Alpin

(2 à 3 moniteurs) la totalité sur le site Alpin de la Source du Doubs.

Groupe divisé en plusieurs équipes de deux

1. Raquette ou ski de fond

2. Ski de fond ou Alpin

Heure de rendez vous conseillée : 14h00 . Distribution du matériel, des dossards, encadrement , départ du 1^{er} groupe ski de fond ou raquette, arrivée au point haut et passage du relais aux descendeurs qui effectueront un slalom. La meilleur équipe reçoit 2 bouteilles de Crémant du Jura offert par l'ESF du Val de Mouthe.

Séance 3h00

Facturéepar moniteur 126 €

Réservation Location skis et forfaits alpins sous votre responsabilité :

SDD Mouthe : 03 81 69 22 64 WWW.ski-mouthe.fr

Informez l'ESF de vos réservations

Tarifs : Forfaits Téléskis 2008 / 2009

Tel : 03 81 69 22 64

Voir sur le site www.ski-mouthe.fr

Indicatif : 2008/2009 Adulte : ½ J Matin : 10,8€ ; ½ J APM : 11,6€ ; Journée 16,7€ ;
Mois de Janvier 100€ ; Saison : 180€ et de 12h à 14h ou 15,30h à 17h : 7,7€

Tarifs : Location skis Alpin

Indicatif : Saison 2006/2007 : ½ Journée Adulte Alpin 10 € , Journée 12 €

½ Journée Fond 7€, Journée 8 €

Raquette ½ Journée 4€ , Journée 5€

