

GROUPES ET SÉMINAIRES

AVEC **esf**

ENTREPRISES,  
**ET SI VOUS PRENIEZ  
UN BOL D'AIR**



**LESCARROZ**  
HAUTE SAVOIE - MONT BLANC



Catalogue Produits  
Groupes et Séminaires



**esf**business  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

# esf

LES CARROZ

Votre expérience 100% neige



- ❄ CHALLENGES
- ❄ SOIRÉES
- ❄ INCENTIVE
- ❄ INTERVENANTS
- ❄ LES SERVICES +

**esfbusiness**  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**



# LES CHALLENGES



**COHESION  
D'EQUIPE**



**ECHANGE**



**STIMULATION**



**CONVIVIALITE**



**PARTAGE  
DES  
VALEURS**



**esfbusiness**  
L'EXPERIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

# CHALLENGE TEAM-BUILDING



## 1 Objectif

Cohésion de groupe, partage, stimulation... Les équipes se retrouvent autour de différents pôles d'activités sportives et/ou ludiques. Un moment d'échange entre collaborateurs !

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied ou en navette station jusqu'au site du challenge.

Accueil, briefing et constitution des équipes (préparées en amont par vos soins).

Rotation sur les ateliers selon le road book et l'effectif.

À l'issue du challenge team-building, annonce du classement général et récompenses (ex : 1 panier garni).

Options : Créer un bar en neige et/ou une tartiflette géante.

## 3 Ateliers

Cf. listing des ateliers.

Le listing des ateliers dépend de votre effectif.





# LISTING DES ATELIERS

- \* **Relais raquettes** : parcours d'agilité matérialisé, chronométré ou guidé les yeux bandés.
- \* **Slalom luge** : slalom parallèle chronométré en luge bob.
- \* **Skis géant** : plusieurs équipiers sur la même paire de skis dans un parcours ludique imposé.
- \* **Recherche DVA** : équipés d'un appareil de recherche de victimes sous avalanches, l'objectif sera de retrouver un objet enseveli.
- \* **Chenille aveugle** : les yeux bandés sauf le chef d'équipe guidé à la voix uniquement sur un parcours ludique.
- \* **Curling humain** : assis sur une bouée géante, rejoignez la cible !
- \* **Golf sur neige** : le but est d'atteindre les cibles situées à différentes distances.
- \* **Tir à la corde** : une épreuve toujours relevée, avec bravoure et bonne humeur.
- \* **Airboard** : à-plat ventre et la tête en avant sur ces luges pour effectuer un slalom ludique.
- \* **Snake gliss** : luges attachées les unes aux autres, ce qui donne un grand "serpent " ou chenille articulée.
- \* **Yooner** : l'évolution du paret (sorte de luge à un seul patin).
- \* **Fat Bike** : descendez les pistes en vélo à gros pneus pour une adhérence ultime.
- \* **Autres options d'ateliers (liste non exhaustive)**: bubble foot, biathlon sarbacane, ateliers dégustation de fromages ou vins régionaux, sculpture sur neige ou concours de bonhomme de neige, quiz montagne, balais ballon ...

*Liste non exhaustive, varie selon votre effectif et les conditions d'enneigement.*



# SLALOM PARALLÈLE RELAIS SLALOM CHRONOMÉTRÉ



1h30 à 3h (en 1 manche ou 2 manches)



À partir de 12 participants



Moniteurs ESF spécialistes de l'activité



\*\*\*\*



Prêt du matériel technique inclus



Prévoir le matériel (ski ou snowboard), une tenue de sport d'hiver, gants, lunettes / masque et casque



Pause collation



Assurance assistance

## 1 Objectif

Mettez en avant les qualités individuelles de vos collaborateurs pour la performance d'un groupe ! Sur une piste privatisée, les participants s'affrontent sur un slalom parallèle en relais ou sur un slalom chronométré.



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à skis jusqu'au site du challenge.

Accueil, briefing, constitution des équipes (préparée en amont par vos soins) et distribution des dossards.

Début du challenge slalom relais parallèle ou chronométré : le parcours est réalisé en fonction du niveau du groupe

Remise des prix et classement par équipes (ou individuel).



# CHALLENGE TIR BIATHLON



## 1 Objectif

Partez à la découverte de cette discipline olympique ! À pied ou en raquettes à neige, les participants s'initient au tir à biathlon. Réglages des carabines, tir sur cible couché et debout,... Une activité inédite et fédératrice.



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied ou en navette station jusqu'au site du challenge.

Accueil, briefing et constitution des équipes (préparées en amont par vos soins).

Réglage des carabines, tirs d'entraînements et début du challenge.

À l'issue du challenge biathlon, annonce du classement général et récompenses.



## 3 Options

Possibilité d'organiser le challenge en ski de fond (prévoir en supplément pour la location du matériel).



# CHALLENGE MULTI-GLISSE



## 1 Objectif

Envie de nouvelles sensations de glisse ? Ces activités sont faites pour vous !. Un moment d'échange privilégié pour allier cohésion et détente de votre équipe. Vous descendrez les pistes à bord de différents engins comme la luge, le Snowscoot, le Paret, le Yooner, ou encore l'Airboard ...

Dépassement de soi et sensations fortes garanties !

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied ou en navette station jusqu'au départ de l'activité.

Accueil et briefing sécurité sur le déroulement de l'activité.

Début de la descente sous forme d'équipe.





# COURSE D'ORIENTATION RAQUETTES

-  2 à 3h
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*
-  Prêt du matériel technique inclus
-  Prévoir une tenue de sport d'hiver, gants, chaussures étanches type : randonnée
-  Pause collation
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

Partez à la découverte des paysages de la station de manière ludique. Équipés de raquettes à neige, vous devez rejoindre des balises sur le terrain à l'aide d'une carte personnalisée. Cohésion d'équipe et sens de l'orientation seront de mise !

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au départ de l'activité.

Accueil, briefing sur le déroulement de l'activité et constitution des équipes (préparée en amont par vos soins).

Équipement des participants et début de la course d'orientation.

À la fin de l'activité, remise des prix à l'équipe gagnante.



# CHALLENGE CONSTRUCTION IGLOO



## 1 Objectif

Transformez-vous en véritable inuit le temps de cette activité. Armées de pelles à neige, les équipes construisent leur propre igloo. Trouvez l'emplacement idéal, répartition des rôles... Une activité pour fédérer les équipes autour d'un projet commun.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au site du challenge. Accueil, briefing et constitution des équipes (préparées en amont par vos soins). Équipement des participants avec des raquettes à neige et début de la construction d'igloos. Pour reprendre des forces, une collation vous sera proposée.



# CHALLENGE «DRÉ DANS L’PENTU »



## 1 Objectif

Cohésion de groupe, partage, stimulation... À ski ou en snowboard, les équipes se retrouvent autour de différents pôles d'activités. Un moment d'échange entre collaborateurs !



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au site du challenge.

Accueil, briefing et constitution des équipes (préparée en amont par vos soins).

1 Slalom Géant, 1 km lancé, 1 Ski Cross ou Border Cross et 1 Rallye.

À l'issue du challenge DDLP (Dré dans L'Pentu), annonce du classement général et récompenses.



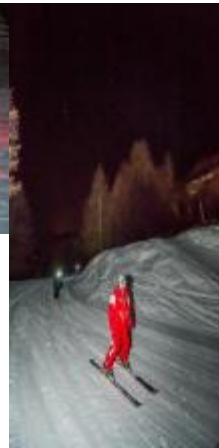
## 3 Options

Un reportage photo / vidéo de votre journée avec possibilité de projeter lors de votre dîner en restaurant d'altitude.





# LES SOIRÉES



**SENSATIONS**

**CONVIVIALITE**

**DECOUVERTE**



**PARTAGE**

**ORIGINALITE**



**esfbusiness**  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

# SOIRÉE TRAPPEURS



## 1 Objectif

Évoluer de nuit pour atteindre un restaurant d'altitude. À la suite d'une montée en raquettes ou en ski de randonnée, vous profiterez de cette soirée pour déguster une spécialité montagnarde (raclette et/ou tartiflette).

La soirée se clôture par une descente en raquettes ou ski jusqu'à la station.



## 2 Déroutement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au départ de la montée.

Accueil, briefing et équipement des participants.

Vous évoluerez de nuit avec une marche d'approche encadrée d'environ 30 minutes.

Dîner montagnard en altitude.



## 3 Exemple de menu

Apéritif maison.

Plat : Fondue savoyarde / Tartiflette / Raclette.

Dessert : Café gourmand et Génépi.

Forfait boisson : 1 bouteille de vin pour 3 personnes.

Menu unique pour l'ensemble du groupe.





# SOIRÉE SKI DE RANDONNÉE



## 1 Objectif

Évoluer de nuit, en pleine nature pour atteindre les sommets. Après une montée, vous profitez de la vue à couper le souffle sur la station des Carroz et vous savourez des spécialités montagnardes.



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au départ de la piste.  
Accueil et briefing sur le déroulement de la soirée.  
Dîner montagnard en altitude.  
Descente par les pistes de ski en nocturne jusqu'à la station.  
Option : possibilité d'organiser une descente aux flambeaux sur demande.



## 3 Exemple de menu

Plat : Fondue Savoyarde servie avec charcuterie, pommes de terre et salade ou Raclette à l'ancienne avec accompagnement ou Diot de Savoie.  
Dessert : Tarte aux myrtilles.  
Forfait boisson : ½ vin et café.  
Menu unique pour l'ensemble du groupe.





# SOIRÉE LUGE SUR RAIL

-  1h
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*\*
-  Prêt du matériel technique
-  Prévoir une tenue de sport d'hiver, gants, chaussures étanches type : randonnée
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

Vivez une folle descente et des sensations garanties combinant la vitesse de la luge et un univers fantastique des plus amusants.  
Direction le Speed Dragoz, un circuit sur rails en plein coeur de la forêt, au départ de la télécabine de la Kédeuze ( accès pistes de ski ou sentiers de randonnée ).



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au départ de la luge.  
Accueil et briefing sur le déroulement de la soirée.  
Embarquez-vous dans cet engin autoguidé seul ou à 2.  
Montée sur 350 m, descente sur 850 m.  
Compter environ 6 min le tour de luge ( montée et descente )  
La descente se fera à 80% à 80 cm – 1 m du sol.  
Option : photo-souvenir / masque à réalité Virtuelle / collation.



# SOIRÉE TIPI



## 1 Objectif

Venez vivre une soirée hors du commun ! Installé dans un cadre idyllique, un véritable camp de tipis scandinaves vous ouvre ses portes. Vous serez séduits, dès votre arrivée par l'atmosphère. Une fois à l'intérieur, la magie continue dans un décor charmeur.



## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel par vos moniteurs ESF et transfert.  
Petite marche encadrée par vos moniteurs jusqu'au site du dîner.  
Dîner montagnard en tipi.  
Retour à l'hôtel à pied ou en transfert.  
Possibilité de faire le trajet en ski de randonnée, raquettes ou en flambeaux.



## 3 Exemple de menu

Apéritif maison.  
Plat : Fondue Savoyarde / Raclette.  
Dessert : café gourmand et Génépi.  
Forfait boisson : 1 bouteille de vin pour 3 personnes.  
Menu unique pour l'ensemble du groupe.



# DESCENTE AUX FLAMBEAUX



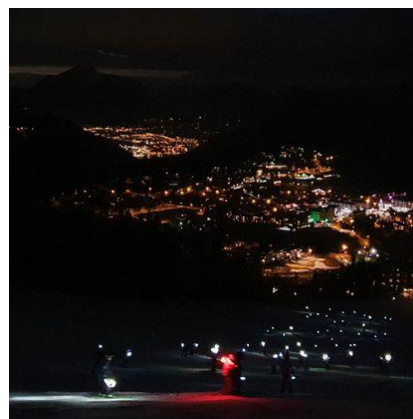
## 1 Objectif

Amateur de nature, cette activité est faite pour vous ! À la nuit tombée, chaussez vos skis et descendez les pistes à la lueur de vos flambeaux. Une découverte exceptionnelle de l'environnement montagnard.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel ou au sommet de la télécabine de la Kedeuse. Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité : équipement et consignes de sécurité. Descente de la piste éclairée par vos flambeaux ou lampe torche. Option : collation avant la descente.

**NB: niveau requis 2 ( piste rouge ).**





# SOIRÉE VTT SUR NEIGE

-  2h
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*\*
-  Prêt du matériel inclus
-  Prévoir une tenue de sport d'hiver, gants, chaussures étanches type : randonnée
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

La version givrée du VTT offre une belle échappée et des sensations inoubliables. Enfourchez la monture aux pneus neige XXL et aux jantes extra larges. C'est parti pour une virée à travers la forêt et sur les pistes, sans forcer grâce à **l'assistance électrique**.  
Activité encadrée à la fermeture des pistes du domaine skiable des CARROZ.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied jusqu'au départ de la télécabine. Accueil et briefing sur le déroulement de la soirée. Mise à disposition des VTT. Descente sur les pistes du domaine skiable et retour à la station.



# RANDONNÉE NOCTURNE MOTONEIGE



## 1 Objectif

A la fermeture des pistes, explorez la station et ses alentours sur des motoneiges. Encadrés par un guide, initiez-vous à la conduite de ces engins motorisés et dévalez les pistes. Une découverte différente de l'environnement montagnard, à la belle étoile !

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert en bus jusqu'au départ de la motoneige. Rencontre avec vos guides motoneige. Briefing sur le déroulement de l'activité et consignes de conduite et sécurité. Départ pour le parcours d'une heure sur les hauteurs de la station avec une vue exceptionnelle sur LES CARROZ. Direction le domaine skiable où de grands rides vous attendent ! Le moniteur s'adaptera au niveau du groupe.

Motoneiges pour 1 ou 2 personnes.  
Prête du casque inclus.



# LES INCENTIVES



**SENSATIONS**

**ORIGINALITE**

**DECOUVERTE**



**PARTAGE**



**CONVIVIALITE**



**esfbusiness**  
L'EXPERIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**



# RANDONNÉE EN RAQUETTES

-  ½ journée ou journée
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*\*
-  Prêt du matériel technique
-  Prévoir une tenue de sport d'hiver, gants, chaussures étanches type : randonnée et lunettes de soleil
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

Amateur de nature, cette activité est faite pour vous ! Chaussez vos raquettes à neige et découvrez les paysages de montagne, hors des pistes balisées. Encadrés par un moniteur, observez la faune et la flore.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel ou en front de neige.  
Rencontre avec vos moniteurs.  
Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité : équipement et consignes de sécurité.  
Départ pour la randonnée en raquettes avec votre moniteur qui s'adaptera au rythme du groupe.

NB : prévoir des chaussures après-ski, hors Moon Boots.



# MONITEURS DE SKI

-  ½ journée ou journée
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*\*
-  Prévoir votre matériel de ski ou de snow
-  Prévoir le matériel ( ski ou snow ), une tenue de sport d'hiver, gants, lunettes / masque et casque
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

Découvrez le domaine skiable encadré par un moniteur ESF. Il sera à votre disposition pour une initiation de ski, une journée de perfectionnement, une découverte du domaine ou une sortie en hors-piste.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants par les moniteurs ESF à l'hôtel ou sur le front de neige. Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité : équipement et consignes de sécurité. Harmonisation des groupes selon les niveaux de chacun. Départ pour la ½ journée ou journée de cours de Ski Alpin / Snowboard / Ski de Fond.



# CHIENS DE TRAÎNEAUX

-  1h30
-  À partir de 6 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  \*\*\*\*
-  Prêt du matériel technique
-  Prévoir une tenue de sport d'hiver, gants, chaussures étanches type : randonnée
-  Assurance assistance

## 1 Objectif

Venez concrétiser un rêve: celui du Grand Nord. Comme un musher pro, chacun son traineau et son attelage de chiens qui répondent à la voix. Direction le camp de base des Molliets aux Carroz 1500, avec la forêt et la vue montagne pour décor d'une aventure nordique.

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert en bus jusqu'au site de pratique ou sur le front de neige. Accueil et briefing par le musher sur le déroulement de l'activité. Possibilité de combiner la sortie chiens de traîneaux avec une randonnée en raquettes à neige.





# VOL EN PARAPENTE



8, 12 ou 16  
minutes



1 personnes / vol



Moniteurs ESF spécialistes de  
l'activité



\*\*\*\*



Prêt du matériel  
technique



Prévoir une tenue de sport  
d'hiver, gants, chaussures  
étanches type : randonnée et  
lunettes de soleil



Assurance assistance

## 1 Objectif

Vivez une expérience exceptionnelle avec le baptême en Parapente. S'approcher au plus près de montagnes, survoler des crêtes vertigineuses, survoler la station...! Adrénaline garantie !

## 2 Déroulement

Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied ou en bus, départ au sommet de la télécabine de la Kedeuse.  
Rencontre avec votre pilote.  
Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité et consignes de sécurité.  
Survols du domaine skiable et de la station.





## Intervenants – Team Elite

- ❄️ Gauthier de Tessières – Ski Alpin
- ❄️ Paul-Henri de Le Rue - Snowboard
- ❄️ Marie-Laure Brunet - Biathlon
- ❄️ Jason Lamy-Chappuis – Combiné Nordique
- ❄️ Sandrine Aubert – Ski Alpin



**esf**business  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**



**En complément de nos activités, nous vous proposons l'intervention de nos athlètes pour vos réunions**



**Paul-Henri de Le Rue**  
Snowboard  
Médaille de bronze  
JO 2006

- Thématiques:**
- Saisir l'opportunité,
  - Gestion du stress,
  - Prise de risque,
  - Motivation,
  - Gérer le doute



**Marie-Laure Brunet**  
Biathlon  
8 médailles  
mondiales

- Thématiques:**
- Performance,
  - Dépassement de soi,
  - Esprit de compétition



**Florence Masnada**  
Ski Alpin  
Triple médaillée aux JO et  
Championnats du Monde

- Thématiques:**
- Manager la performance,
  - Se préparer pour le jour j,
  - Le doute,
  - L'innovation,
  - Rebondir après un échec



**Gauthier de Tessières**  
Ski Alpin  
Vice Champion du monde  
2013

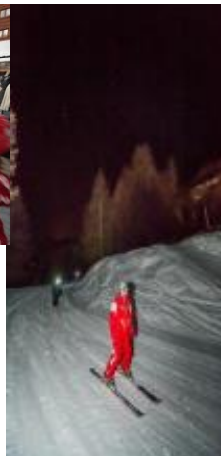
- Thématiques:**
- Objectif,
  - Stratégie,
  - Equipe,
  - Mental
  - Actions

**esfbusiness**  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**



# LES SERVICES +

**esf**business  
L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**



**PATINOIRE**

**SCULPTURE  
SUR GLACE**

**AQUACÎME**



**BAR EN  
NEIGE**

**REPORTAGE  
PHOTO VIDÉO**



**TARTIFLETTE  
GÉANTE**





# esf

LES CARROZ

569 Route de la télécabine  
74300 LES CARROZ  
Tel : 04 50 90 02 38  
esf-lescarroz.com

**Crédits Photos :** M.Moravski / esf Les Carroz / SNMSF / Office du tourisme Les Carroz / M.Dalmasso / S.Cervos / Nature motoneige / Newloc Les Carroz / G.Plet / F.Charton.

# esfbusiness

L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

