



Hiver 2025-2026

Catalogue d'activités de séminaires
esf business **AVORIAZ**

L'EXPÉRIENCE 100% MONTAGNE AVEC **esf**

Belambra
Meetings
& Events

LES ACTIVITÉS COHÉSION

1

COURSE D'ORIENTATION RAQUETTES

3

CHALLENGE CONSTRUCTION IGLOO

2

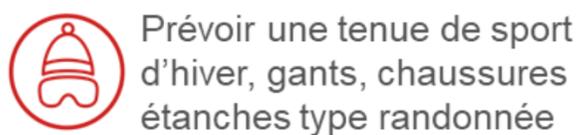
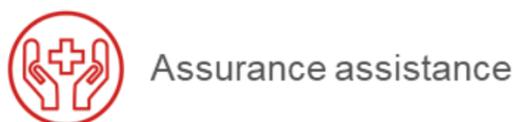
CHALLENGE TIR « DE TYPE BIATHLON »

4

CHALLENGE TEAM BUILDING



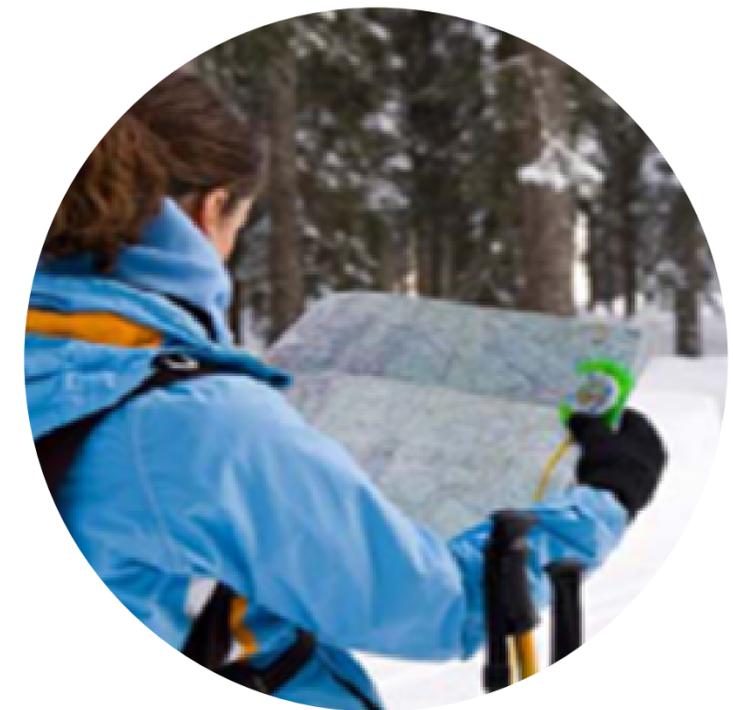
COURSE D'ORIENTATION RAQUETTES



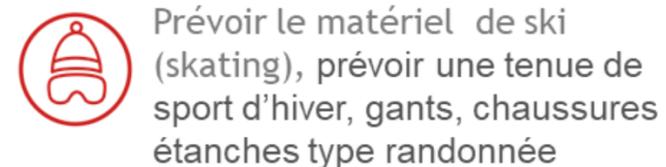
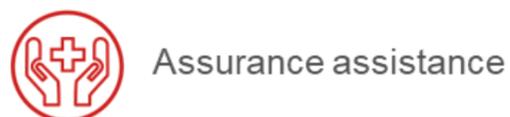
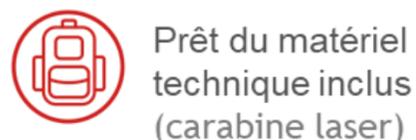
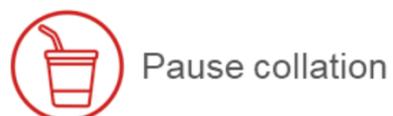
Partez à la découverte des paysages de la station de manière ludique. Equipés de raquettes à neige, vous devez rejoindre des balises sur le terrain à l'aide d'une carte personnalisée. Cohésion d'équipe et sens de l'orientation seront de mise !

DEROULEMENT :

- 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 (préparées en amont par vos soins)
- Equipement des participants et début de la course d'orientation
- A la fin de l'activité, remise des prix à l'équipe gagnante



CHALLENGE TIR « DE TYPE BIATHLON »



Partez à la découverte de cette discipline ! A pied ou en raquettes à neige, les participants y sont initiés. Réglages des carabines, tir sur cible couché et debout,... Une activité inédite et fédératrice.

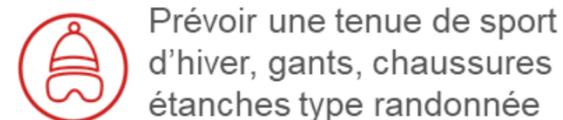
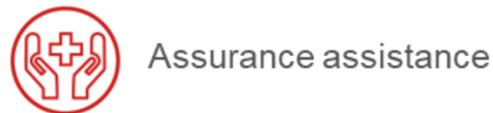
DEROULEMENT :

- 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 (laser ou à air comprimé selon effectif), tirs d'entraînements et début du challenge.
- A l'issue du challenge, annonce du classement général et récompense à l'équipe vainqueur.



 **LE TRUC EN + : POSSIBILITÉ D'ORGANISER LE CHALLENGE EN SKI DE FOND (PRÉVOIR EN SUS LA LOCATION DU MATÉRIEL)**

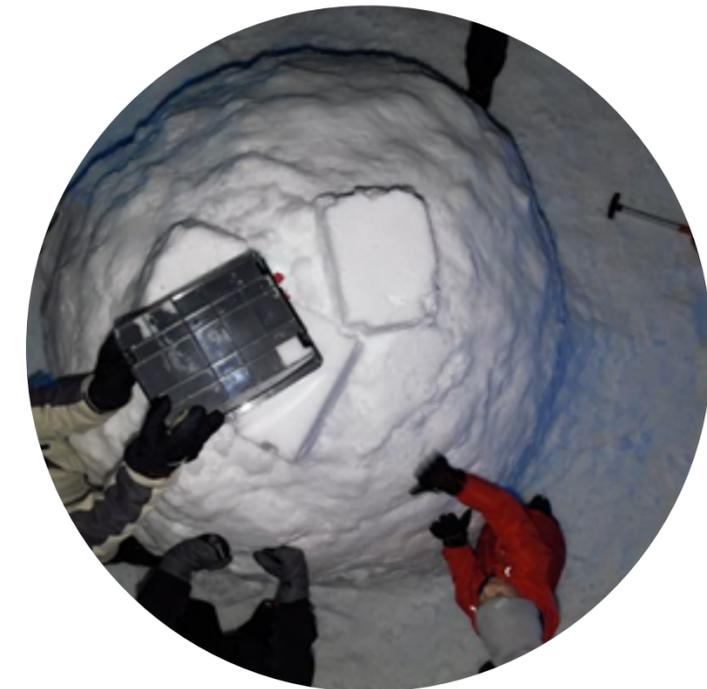
CHALLENGE CONSTRUCTION D'IGLOO



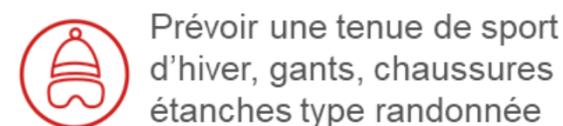
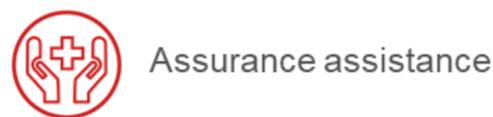
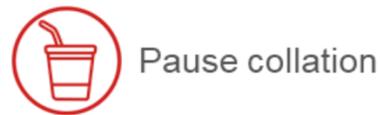
Transformez-vous en véritable inuit le temps de cette activité. Armées de pelles à neige, les équipes construisent leur propre igloo. Trouvez l'emplacement idéal, répartition des rôles... Une activité pour fédérer les équipes autour d'un projet commun.

DEROULEMENT :

- 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)
- Equipement des participants avec des raquettes à neige et début de la construction d'igloo
- Pour reprendre des forces, une collation vous sera proposée.



CHALLENGE TEAM BUILDING



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 !

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert à pied ou en navette station jusqu'au site du challenge sur le secteur des Violettes.
- Accueil , briefing et constitution des équipes (préparées en amont par vos soins).
- Rotation sur les ateliers selon le road book et l'effectif.
- A l'issue du challenge team-building, annonce du classement général et récompense à l'équipe vainqueur. (1 panier Garni)



 **LE TRUC EN + : CRÉER UN BAR EN NEIGE ET/OU UNE TARTIFLETTE GÉANTE**

 **Le nombre d'atelier dépend de votre effectif (Cf. listing des ateliers sur la slide suivante)**

LISTING ATELIERS TEAM BUILDING

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 ski dans un parcours ludique imposé

Recherche DVA : Equipés 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.

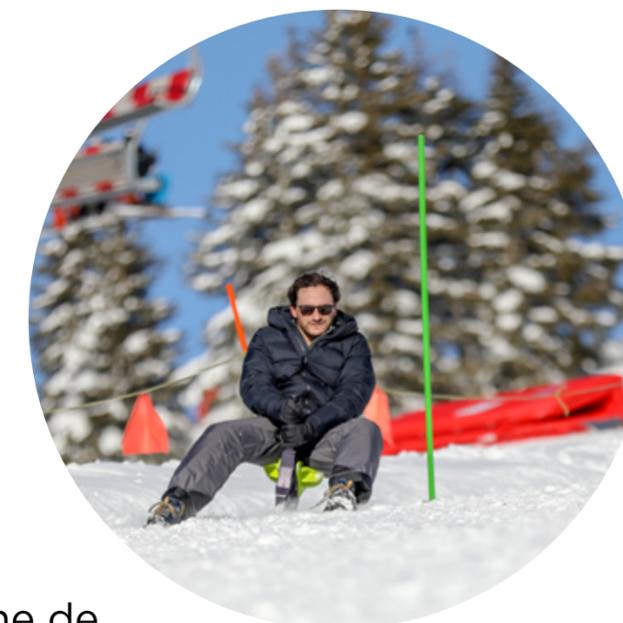
Tir à la corde : Une épreuve toujours relevée, avec bravoure et bonne humeur.

Airboard : A plat ventre et la tête en avant sur ces luges pour effectuer un slalom ludique

Slalom Snowscoot : trottinette des neiges dans un slalom facile et ludique

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, quizz montagne, balais ballon ...

Le listing des ateliers varie selon la station, votre effectif et les conditions d'enneigement



LES ACTIVITÉS SENSATIONS

1

MONITEURS DE SKI OU SNOWBOARD

2

RANDONNÉE EN RAQUETTES

3

BALADE EN VTT ÉLECTRIQUE SUR NEIGE / DESCENTE SUR NEIGE EN VTT ENDURO



MONITEURS DE SKI OU SNOWBOARD



½ Journée ou journée





Max. 150
participants



Prêt du matériel
technique



Assurance assistance



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



Moniteurs ESF spécialistes
de l'activité

Découvrez le domaine skiable encadrés 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.

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants par les moniteurs ESF à l'hôtel ou au magasin de ski.
- 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 et/ou snow.



 **PRÉVOIR FORFAIT DE SKI**



RANDONNÉE EN RAQUETTES



½ Journée ou journée





Max. 150 participants



Prêt du matériel technique



Assurance assistance



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



Moniteurs ESF spécialistes de l'activité

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

DEROULEMENT :

- 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.



⚠ PRÉVOIR DES CHAUSSURES APRÈS-SKI, NON MOON BOOTS

LES SOIRÉES

1

SOIRÉE TRAPEUR

3

DESCENTE EN LUGE

5

DESCENTE AUX FLAMBEAUX

2

SOIREE GLISS' AVENTURE

4

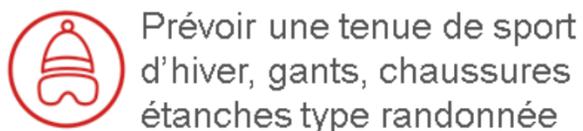
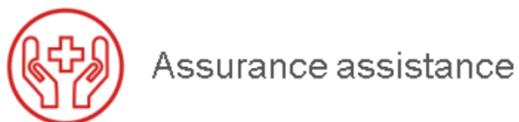
DESCENTE EN YOONER

6

NOCTURNE VTT



SOIRÉE TRAPPEUR



Evoluer de nuit, pour atteindre un restaurant d'altitude. Fédérer et se détendre. A la suite d'une balade en raquettes, vous profiterez de cette soirée pour savourer une spécialité montagnarde. L'intensité de l'activité variera en fonction des motivations et des aptitudes physiques du groupe.

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert jusqu'au départ de la balade en raquettes
- Accueil, briefing et équipement des participants avec les raquettes à neige
- Départ balade en raquettes d'environ 1h30
- Arrivés au restaurant, vous dégusterez un repas typique montagnard
- Retour en bus à l'hôtel



EXEMPLE DE MENU :

APÉRITIF

ENTRÉE

PLAT SAVOYARD

DESSERT

BOSSON 1/4 DE VIN DE SAVOIE ET CAFÉ

*MENU UNIQUE POUR L'ENSEMBLE DU
GROUPE*

SOIRÉE GLISS' AVENTURE



4h





De 20 à 100
participants



Prêt du matériel
inclus



Assurance assistance



Prévoir une tenue de sport
d'hiver, gants, chaussures
étanches type randonnée



Moniteurs ESF spécialistes
de l'activité

Evoluer de nuit, pour atteindre un restaurant d'altitude. A la suite d'une descente en luge vous profiterez de cette soirée pour déguster une spécialité de la région dans un cadre montagnard d'exception.

DEROULEMENT :

- 18h45 : Prise en charge des participants à l'hôtel par vos moniteurs. Transfert à pied jusqu'au départ de la descente en luge
- 19h00 : Descente en luge, environ 700m de dénivelé
- 20h00 : Retour station en télécabine
- 20h30 : Dîner montagnard
- retour à l'hôtel à pied (5min)



EXEMPLE DE MENU :

APÉRITIF : KIR

**PLAT : FONDUE SAVOYARDE AVEC CHARCUTERIE
ET SALADE**

DESSERT : TARTE

BOSSON : 1/4 DE VIN ET CAFÉ

*MENU UNIQUE POUR L'ENSEMBLE DU
GROUPE*



1h





De 10 à 20
participants



Prêt du matériel
inclus



Assurance assistance



Prévoir une tenue de sport
d'hiver, gants, chaussures
étanches type randonnée



Moniteurs ESF spécialistes
de l'activité

DESCENTE EN LUGE

Un moment d'échange privilégié pour allier loisir et détente de votre équipe. Fédérer et se relaxer en montagne. L'activité descente en luge permet un moment de détente et de cohésion pour vos équipes.

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert jusqu'au départ de la descente
- Accueil et briefing sur les objectifs et le principe de l'activité
- Equipement des participants avec les luges individuelles et lampes frontales
- Descente en luge encadrée par vos moniteurs
- Dévaliez la piste de luge, en soirée sur une piste de 700m de dénivelé : + de 3km de rires et sensations garantis
- Retour station en télécabine

Horaire : à partir de 18h



DESCENTE EN YOONER



1h





De 10 à 20
participants



Prêt du matériel
inclus



Assurance assistance



Prévoir une tenue de sport
d'hiver, gants, chaussures
étanches type randonnée



Moniteurs ESF spécialistes
de l'activité

Un moment d'échange privilégié pour allier loisir et détente de votre équipe. Fédérer et se relaxer en montagne. L'activité descente en yooner permet un moment de détente et de cohésion pour vos équipes.

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants à l'hôtel et transfert jusqu'au départ de la descente
- Accueil et briefing sur les objectifs et le principe de l'activité
- Equipement des participants avec les yooners et lampes frontales
- Descente en yooner encadrée par vos moniteurs
- Dévaliez la piste de luge, en soirée sur une piste de 700m de dénivelé : + de 3km de rires et sensations garantis
- Retour station en télécabine

Horaire : à partir de 18h





DESCENTE AUX FLAMBEAUX



1h





A partir de 120 participants



Prévoir matériel de ski/snow et forfait



Assurance assistance



Prévoir une tenue de sport d'hiver, forfait, gants et casque



Moniteurs ESF spécialistes de l'activité

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

DEROULEMENT :

- Prise en charge des participants à l'hôtel ou au front de neige
- 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



**⚠ PRÉVOIR FORFAIT DE SKI
NIVEAU CLASSE 2 REQUIS (PISTE ROUGE)**

ACTIVITÉS ANNEXES

- Goodies personnalisés
- Reportage photo et vidéo
- Kakémono
- Démonstration de culture sur glace
- Feu d'artifice
- Bar en neige
- Tartiflette géante
- Thématique sur demande

Le listing des activités est non exhaustif.



INFO & CONTACT

Informations pratiques :

- Les photos sont non contractuelles
- Le déroulement peut être modifié en raison d'impératifs de sécurité et des conditions météorologiques
- Un coordinateur ESF est présent pendant toute la durée de votre séminaire et vous assiste pour votre événement
- Nos activités sont encadrées par des professionnels diplômés d'Etat

Contact

info@esf-avoriaz.com

04 50 74 05 65



agit pour une montagne durable