

GROUPES ET SÉMINAIRES

AVEC **esf**



ENTREPRISES,

ET SI VOUS PRENIEZ
UN BOL D'AIR

CHAMROUSSE
ALPES-FRANCE 1700

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

esf
CHAMROUSSE

Catalogue Produits
Groupes et Séminaires
2025-2026



CHAMROUSSE VOTRE TERRAIN D'ÉLAN

Au cœur du massif de Belledonne, Chamrousse offre un cadre alpin inspirant et facilement accessible depuis la vallée grenobloise.

Entre forêts, crêtes panoramiques et infrastructures de montagne, la station combine dépaysement immédiat et logistique fluide pour vos événements professionnels.

Idéal pour alterner temps de travail et respiration au grand air, le site permet d'orchestrer des séminaires efficaces, centrés sur la cohésion et la prise de décision.



30 Min de Grenoble

1H30 de Lyon

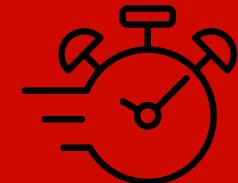


Station du Belledonne
offrant un panorama
exceptionnelle

ESF CHAMROUSSE, L'EXPERTISE QUI RASSURE

Référence de la montagne française, l'ESF Chamrousse réunit des moniteurs diplômés et des coordinateurs expérimentés, garants d'une pédagogie active et d'une sécurité irréprochable.

Habituées aux groupes, nos équipes conçoivent et encadrent des formats adaptés à tous les publics : initiation, découverte, challenges ludiques ou ateliers techniques. Notre priorité : une organisation maîtrisée de bout en bout, permettant à vos collaborateurs de se concentrer sur l'essentiel.



Nos équipes vous
répondent en moins
de 48H



Encadré par des
diplôme d'Etât



Assurée civilement pour
n'importe quelle type de
dommage



Matériel Fournis

ESF BUSINESS : LE FORMAT ENTREPRISE, CLÉ EN MAIN



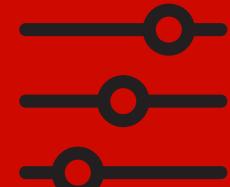
Avec ESF Business, nous proposons un produit conçu pour les entreprises : un parcours combinant temps d'alignement, team building outdoor et moments conviviaux, entièrement personnalisable.

Chaque programme inclut l'encadrement professionnel, le matériel d'activité et un plan d'animation structuré. Selon vos objectifs (cohésion, on-boarding, leadership, RSE), nous modulons l'intensité, la durée et les options (salles, restauration, photo/vidéo, transport).

Vous bénéficiez d'un interlocuteur unique, d'un rythme sur-mesure et d'un retour d'expérience à l'issue de la journée pour capitaliser en interne.



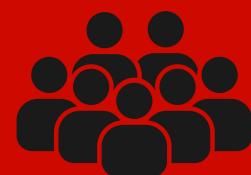
Solutions clé en main



Personnalisation de A à Z possible



Une multitude d'options en plus disponible



De 10 à +300 personnes

LES CHALLENGES TEAM BUILDING

esf
CHAMROUSSE

Cohésion d'équipe



Découverte



Stimulation

Partage des valeurs

Apprentissage



Loisirs

Echange

Convivialité

Dépassemnt de soi



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

CHALLENGE OLYMPIQUE



1h30 à 3h



De 20 à 100 participants



Moniteurs ESF spécialistes de l'activité





Prêt du matériel technique inclus



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



Pause collation



Assurance assistance

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

Accueil, briefing et constitution des équipes (préparées en amont)

Rotation sur les ateliers selon l'effectif.

A l'issue du challenge team-building, annonce du classement général et récompense à l'équipe vainqueur.

Options : Collation, Photos, goodies.

3

Ateliers

Cf.listing des ateliers

Le nombre d'atelier 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
- Skis géants : Plusieurs équipes sur la même paires de skis dans un parcours ludique imposé
- Recherche DVA : Équipé d'un appareil, retrouver la victime enseveli sur la neige le plus vite possible après une initiation au geste de sécurité en montagne.
- Course de café : Une tradition qui fonctionne à tous les coups !!
- Sauvez la balle : L'équipe est importante, la solidarité prime !
- Curling Humain : Le but est d'atteindre les cibles situées à différentes distances.
- Tir à la corde : Une épreuve toujours relevée, avec bravoure et bonne humeur.
- Parcours du combattant : Enchainement d'obstacles le plus rapidement possible en relais
- Chenille aveugle : les yeux bandés sauf le chef d'équipe guidé à la voix uniquement sur un parcours ludique
- TIC TAC TOE Géant : Apprécier vos capacité d'adaption et de réaction en temps réel avec cet atelier



CHALLENGE TIR BIATHLON

esf
CHAMROUSSE

-  1h30 à 3h
-  De 10 à 60 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 de cette discipline olympique ! A pied ou en raquettes à neige, les participants s'initient au tir biathlon.

Réglages des carabines, tir sur cible couché et debout,... Une activité inédite et fédératrice.

2

Déroulement

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

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

A l'issue du challenge biathlon, annonce du classement général et récompense à l'équipe vainqueur.

3

Options

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



SLALOM PARALLÈLE RELAIS

esf
CHAMROUSSE

-  1h30 à 3h
-  De 20 à 150 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  ****
-  Prêt du matériel technique inclus
-  Prévoir le matériel (ski ou snow), 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 une épreuve nationale type flèche.

2

Déroulement

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

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

Remise des prix et classement par équipe (ou individuel)



COURSE D'ORIENTATION RAQUETTES

esf
CHAMROUSSE

-  2 à 3h
-  De 20 à 60 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. 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 !

2

Déroulement

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 CONSTRUCTION IGLOO

esf
CHAMROUSSE

-  2 à 3h
-  De 15 à 60 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  ****
-  Prêt du matériel technique inclus
-  Prévoir unetenuede sport d'hiver, gants, chaussures étanches type randonnée
-  Pause collation
-  Assurance assistance

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

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.



LES SOIREEES

esf
CHAMROUSSE



DECOUVERTE

SENSATIONS

CONVIVIALITE



PARTAGE

ORIGINALITE



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

DESCENTE DE LUGE



1 Objectif

Découvrez le panorama Grenoblois sous ces paysages étoilées, l'activité qui renforce la cohésion de groupe ! Sensation givrante garantie !

2 Déroulement

Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité
Equipement des participants
Descente encadrée en Yooneren plusieurs groupes
La descente s'organise à 17h lorsque les pistes sont fermées

DESCENTE YOONER



1 Objectif

Découvrez le Yooner, l'activité qui renforce la cohésion de groupe !
Le Yooner: Cette sorte de luge à un seul patin, facile à manier, est accessible au plus grand nombre. Avec une assise à seulement 20 cm du sol, il offre des sensations de glisse étonnantes et très ludiques.

2 Déroulement

Accueil et briefing sur le déroulement de l'activité
Equipement des participants
Descente encadrée en Yooneren plusieurs groupes
La descente s'organise à 17h lorsque les pistes sont fermées

3 Repas Convivial

Venez ensuite deguster un repas chaleureux et convivial autour d'une table pour finir la soirée en beauté !
En options seulement



DESCENTE AUX FLAMBEAUX

esf
CHAMROUSSE

-  1h
-  A partir de 10 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  ****
-  Prêt du matériel technique
-  Prévoir le matériel (ski ou snow), une tenue de sport d'hiver, gants et casque
-  Assurance assistance

1

Objectif

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.



2

Déroulement

Prise en charge des participants 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
NB: niveau requis 2 (piste rouge)



LES INCENTIVES



SENSATIONS

ORIGINALITE

DECOUVERTE



CONVIVIALITE

PARTAGE



RANDONNÉE EN RAQUETTES

esf
CHAMROUSSE

-  ½ journée ou
journée
-  Max. 150 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de
l'activité
-  ****
-  Prêt du matériel
technique
-  Prévoir un équipement de sport
d'hiver, gants, chaussures
étanches type randonnée et
lunettes de soleil
-  Assurance assistance

1 Objectif

Activité de nature raquette à neige dans le cadre des paysages de montagne, hors des pistes balisées. Encadrés par un moniteur, observez la faune et la flore.



2 Déroulement

Prise en charge des participants 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

esf
CHAMROUSSE

-  ½ journée ou
journée
-  5 à 300 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 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.



2

Déroulement

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.



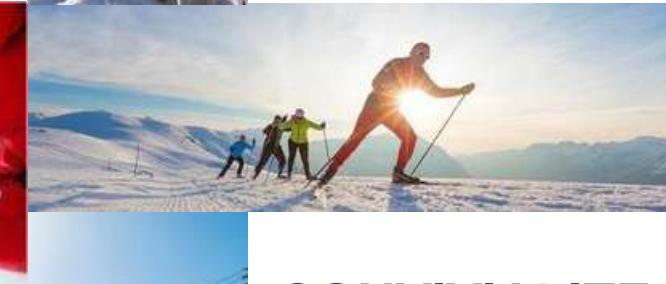
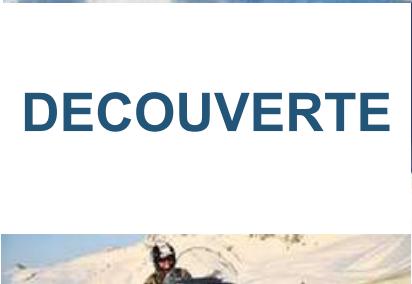
LES SÉMINAIRES

esf
CHAMROUSSE



SENSATIONS

ORIGINALITE



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

LES SÉMINAIRES

esf
CHAMROUSSE

-  & Journée à 3J
-  5 à 300 participants
-  Moniteurs ESF spécialistes de l'activité
-  ****
-  Prévoir votre matériel de ski ou de snow en options au besoin
-  Prévoir le matériel(ski ou snow), une tenue de sport d'hiver, gants, lunettes/masque et casque
-  Assurance assistance

1

Objectif

Respirez, alignez, soudez. À Chamrousse, vos équipes sortent du quotidien pour (re)créer du lien, décider plus vite et vivre un moment fort, encadré par les moniteurs ESF avec matériel technique inclus



2

Déroulement

Accueil café et cadrage des objectifs, répartition des équipes, puis lancement de l'activité de team building avec encadrement professionnel et matériel fourni. Pause ou déjeuner, reprise en salle avec un atelier de contenu (formation/masterclass) pour consolider les acquis. Clôture par restitution synthétique, remise des prix et collation, avec option d'animation en soirée et/ou d'hébergement à Chamrousse.





Contact
Bjorn Adriaensen
Directeur esfChamrousse
480 avenue du Père Tasse
38410 Chamrousse
Mobile : 07 50 65 38 19
direction@esfchamrousse.com

Antoine Ciancio
Commercial ESF Business
mobile : 06 42 41 35 42
esfbusiness@esfchamrousse.com

esf business

L'EXPÉRIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

