

GROUPES ET SÉMINAIRES

AVEC **esf**

Catalogue Produits  
Groupes et Séminaires  
2025-2026



ENTREPRISES,

ET SI VOUS PRENIEZ  
UN BOL D'AIR

**CHAMROUSSE**  
ALPES-FRANCE 1700

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

**esf**  
CHAMROUSSE

# CHAMROUSSE VOTRE TERRAIN D'ÉLAN



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

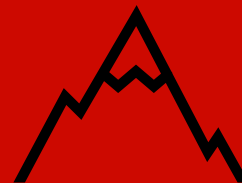
Entre forêts, crêtes panoramiques et infrastructures de montagne, la station combine dépaysement immédiat et logistique fluide pour vos événements professionnels.

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  
expétionnelle**

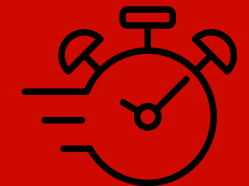


# ESF CHAMROUSSE, L'EXPERTISE QUI RASSURE



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'État**



**Assurée civilement pour  
n'importe quelle type de  
dommage**



**Matériel Fournis**

# ESF BUSINESS : LE FORMAT ENTREPRISE, CLÉ EN MAIN



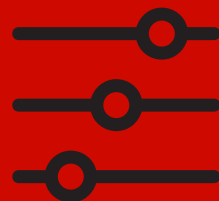
Avec ESF Business, nous proposons un produit conçu pour les entreprises : un parcours combinant temps d'alignement, team building outdoor et moments conviviaux, entièrement personnalisable.

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.



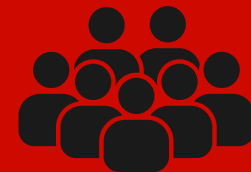
**Solutions clé en  
main**



**Personnalisation de  
A à Z possible**



**Une multitude d'option  
en plus disponible**



**De 10 à +300  
Personnes**

# LES CHALLENGES TEAM BUILDING



Cohésion d'équipe

Découverte

Partage des valeurs

Stimulation



Apprentissage



Loisirs

Echange

Convivialité

Dépassement de soi



**esf**business  
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, bâton de randonnée



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



## 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



## 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



## 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



## 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)  
Equiper les 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'EXPERIENCE 100% NEIGE AVEC **esf**

# DESCENTE DE LUGE



## 1 Objectif

Découvrez le panorama Grenoblois sous ces paysages étoilés, 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  
Equiper les participants  
Descente encadrée en Yooneren plusieurs groupes  
La descente s'organise à 17h lorsque les pistes sont fermées

## 3 Repas Convivial

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





# DESCENTE AUX FLAMBEAUX



## 1 Objectif

Amateur de nature, cette activité est faite pour vous ! A la

nuittombée, 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

**esf**  
CHAMROUSSE



**SENSATIONS**



**ORIGINALITE**

**DECOUVERTE**



**PARTAGE**



**CONVIVIALITE**



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

# RANDONNEE EN RAQUETTES



## 1 Objectif

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 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
-  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**

**DECOUVERTE**



**PARTAGE**



**CONVIVIALITE**



**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](mailto:direction@esfchamrousse.com)

Antoine Ciano  
Commercial ESF Business  
mobile : 06 42 41 35 42  
[esfbusiness@esfchamrousse.com](mailto:esfbusiness@esfchamrousse.com)

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

