



COURS COLLECTIFS

- ◆ CLUB PLOU PLOU 3/4 ans
- ◆ ENFANTS 5/12 ans
- Niveaux : Ourson, Flocon, 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème} étoile
- ◆ ADOS/ADULTES ► Classe Accueil à Expert

HORAIRES

- ◆ Vacances scolaires Noël : 10h-12h • 14h-16h
- ◆ Vacances scolaires Février : 9h-11h • 11h-13h • 13h-15h • 15h-17h
- ◆ En semaine hors vacances de Noël et de Février : 10h-12h30
- ◆ Le week-end hors vacances et les samedis des vacances : 10h-12h30 • 14h30-17h

1 cours de 2h ou de 2h30 ... 42 €

6 cours ... 195 €
de dimanche à vendredi : 1 cours gratuit



CLUB PLOU PLOU

À partir de 3 ans révolus et 4 ans du niveau Plou Plou à Garoulou

L'animation et l'aménagement du Club PLOU PLOU vont faciliter l'apprentissage du ski aux tout-petits.

C'est un univers clôt et sécurisé dédié à l'enfant, à sa taille, à sa portée.

Nous disposons sur Bonascre de 2 tapis roulants et d'une télécabine. Un petit monde imaginaire qui motivera l'enfant à jouer « skis aux pieds » dans l'espace neige.

À travers la découverte des personnages clés du Club Plou Plou, l'enfant va progressivement évoluer vers l'autonomie sur ses skis.



SNOWBOARD

- ◆ Enfants à partir de 8 ans niveau Goomie, Rookie et Izzy rider
- ◆ Niveau adulte de classe découverte à expert

HORAIRES

- ◆ Vacances scolaires Noël : 14h-16h
- ◆ Vacances scolaires Février : 13h-15h • 15h-17h
- ◆ Hors vac. et les samedis des vacances : 10h-12h30 • 14h30-17h

1 cours de 2h ou de 2h30 ... 44 €

6 cours ... 210 €
de dimanche à vendredi : 1 cours gratuit

PÉRIODE VACANCES DE NOËL :
du dimanche 22 décembre 2024 au vendredi 3 janvier 2025

PÉRIODE VACANCES DE FÉVRIER :
du dimanche 9 février 2025 au vendredi 7 mars 2025

VACANCES SCOLAIRES

STAGE RIDERS

Durant ces cours vous pourrez découvrir toutes les disciplines du ski.
PISTES, FREESTYLE, ALL MOUNTAINS, SKIERCROSS, SLALOM, SNOWPARK...
Uniquement pendant les vacances de Noël et Février : 14h-17h

1 cours de 3 heures ... 54 €

6 cours de 3 heures ... 245 €
de dimanche à vendredi : 1 cours gratuit



VACANCES SCOLAIRES

STAGES TEAM ÉTOILES : BRONZE-ARGENT-OR



COMPÉTITON

Uniquement pendant les vac de Noël et Février 9h-12h / 14h-17h

1 cours de 3 heures ... 54 €

6 cours de 3 heures ... 245 €
de dimanche à vendredi : 1 cours gratuit

CLUB

esf

PISTE - SLALOM - SNOWPARK
ALLMOUNTAIN - SNOWBOARD

De 8 à 13 ans
Saison = 680 €

Tribu de skieurs motivés pour progresser dans toutes les disciplines du ski, sur tous les terrains et sur toutes les neiges.



TEAM

esf

Préparation au test technique d'accès à la formation du Diplôme d'État de Moniteur de ski et au Brevet National de Piste Secouriste.

à partir de 14 ans
Saison = 820 €

PLANNING : nous contacter

► OFFICE DU TOURISME • www.pyrenees-ariegeoises.com

► STATION D'AX 3 DOMAINES • www.ax-ski.com

► PLATEAU DE BEILLE • www.beille.fr

Réervations cours de ski nordique et biathlon: 06 74 34 95 60

► ASCOU PAILHÈRES • www.ascou.ski

Réervations cours de ski : 05 61 64 28 86

Rejoignez-nous ! facebook ESF Ax 3 Domaines

[esfvalleedax](https://www.instagram.com/esfvalleedax)

COURS PRIVÉS

SKI, SNOWBOARD, TÉLÉMARK, HORS-PISTE, FREERIDE...

TARIFS POUR 1 PERS	Hors Vacances scolaires	Vacances scolaires Noël et Hiver
1 heure	48 €	58 €
2 heures	88 €	104 €
3 heures	135 €	161 €
Par personne et par heure supp.	15 €	15 €

HANDISKI COURS PRIVÉS

TARIFS	Hors Vacances scolaires	Vacances scolaires Noël et Hiver
2 heures	105 €	120 €
3 heures	150 €	170 €

Matériel handiski inclus : Dualski, Uniski, biski, GMS...
Pendant les vac. scolaires cours avec GMS uniquement les samedis

HORS-PISTE SKI DE MONTAGNE

à partir de 2 heures

SKI + VIDÉO

2 heures minimum

GROUPES

Nous proposons différentes prestations sur demande

POUR DÉTERMINER VOTRE NIVEAU

	CLUB PLOU PLOU ENFANTS de 3 et 4 ans	CLUB PLOU PLOU. Je débute le ski
	GAROULOU	Je sais freiner en chasse-neige. Je vais apprendre le virage chasse-neige et les pas de montées.
	ENFANTS de 5 à 12 ans	
	PRÉPARATION OURSON	J'AI PLUS DE 5 ANS, JE SUIS DÉBUTANT. Je vais apprendre à être autonome sur les pistes vertes faciles.
	PRÉPARATION FLOCON	J'AI OBTENU L'OURSON. Je vais apprendre à avoir les skis parallèles entre les virages sur les pistes vertes, puis à évoluer sur les bleues.
	PRÉPARATION 1^{ère} ÉTOILE	J'AI OBTENU LE FLOCON. Je vais apprendre à faire des virages élémentaires dérapés sur pistes vertes puis bleues.
	PRÉPARATION 2^{ème} ÉTOILE	J'AI OBTENU LA 1 ^{ère} ÉTOILE. Je vais apprendre à déraper et faire des virages parallèles sur pistes bleues. Je vais améliorer mon équilibre.
	PRÉPARATION 3^{ème} ÉTOILE	J'AI OBTENU LA 2 ^{ème} ÉTOILE. Je vais apprendre à enchaîner les virages de base skis parallèles de courts et moyens rayons. Je vais maîtriser mon équilibre en schuss sur terrain varié.
	ÉTOILE DE BRONZE	J'AI OBTENU LA 3 ^{ème} ÉTOILE. Je vais apprendre à affiner mes virages, à découvrir la godille, à sauter et amortir les bosses. Je m'initierai à la pratique du ski dans toutes les neiges et en slalom.
	ÉTOILE D'ARGENT	J'AI OBTENU L'ÉTOILE DE BRONZE. Je perfectionne mes grands virages et ma godille. Je réalise des sauts au snowpark. J'effectue un slalom chronométré dans un temps limité (+70% max).
	ÉTOILE D'OR	J'AI OBTENU L'ÉTOILE D'ARGENT. Je vais pratiquer les slaloms de type flèche et chamois, améliorer ma technique sur tous types de neiges et de terrains. J'effectue un slalom chronométré dans un temps limité (+50% max)
	COMPÉTITION	J'AI OBTENU L'ÉTOILE D'OR. Je vais pratiquer les slaloms de type flèche et chamois, améliorer ma technique sur tous types de neiges et de terrains.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- Les cours de ski ne comprennent pas le matériel, l'assurance ni le forfait des remontées mécaniques. Tous les élèves doivent se munir d'un forfait, qui est gratuit pour les enfants de moins de 5 ans.
- Le port du casque est vivement recommandé pour tous, ainsi que la protection dorsale pour le snowpark.
- Équipez votre enfant avec des vêtements adaptés à la météorologie : chauds et imperméables. N'oubliez pas les gants, lunettes / masque, crème solaire... Pensez à mettre le forfait des remontées mécaniques dans une poche fermée à gauche, ainsi qu'un document permettant de l'identifier et de vous contacter si nécessaire.
- Nos monitrices et moniteurs sont vos contacts privilégiés ! N'hésitez pas à vous informer et à échanger avec eux.
- Pour une progression idéale, ne suivez pas votre enfant pendant ses cours et n'effectuez pas vous-même un changement de cours. En cas d'arrêt des cours indépendant de notre volonté et sauf absence du moniteur, aucun remboursement ne sera effectué. Le nombre minimum pour la tenue d'un cours collectif est de 4 personnes.
- Nos conditions générales de vente sont disponibles à l'ESF ou sur notre site internet.



* médaille incluse pour les cours collectifs 6 jours enfant (-13 ans)

charlesdanel@ax-immobilier.com
+33 5 61 64 33 75
www.ax-immobilier.com
CHARLES DANIEL
IMMOBILIER
AX-LES-THERMES • AX 3 DOMAINES
LOCATION • TRANSACTION • SYNDIC

Produits régionaux
Local products
Bread and pastries
Pain et viennoiseries
Pressé
Pizzas
SHERPA AX BONASCRE
Route de Bonascre,
Place de la Truite
05 61 05 26 57
www.sherpa.net
sherpa.supermarche
sherpa.supermarche

esf ax

3 DOMAINES
AX 3 DOMAINES
TARIFS
PLAN DES PISTES
2024/25



www.esf-ax.com

ÉCOLE DU SKI FRANÇAIS

- Plateau de Bonascre
- 09 110 Ax-les-Thermes
- Tél: 05 61 64 24 76
- Courriel: contact@esf-ax.com



FONDUE ET RACLETTE À VOLONTÉ
SPÉCIALITÉS MONTAGNARDES



06 79 04 60 71 Bonascre - Ax 3 domaines

INTERSPORT

Nikita
sports

Ax 3 Domaines

LOCATION DE SKIS
RÉPARATION
VENTE



05 61 02 06 81
nikitabonascre@gmail.com

Le Komo

BAR | RESTAURANT | BRASSERIE

Spécialités Montagnardes
RACLETTE - FONDUES - TARTIFLETTE ...

Bonascre 09110 Ax les Thermes - 05 61 64 29 13



VOTRE MAGASIN DE LOCATION DE SKI

ISARDS 2 & 3

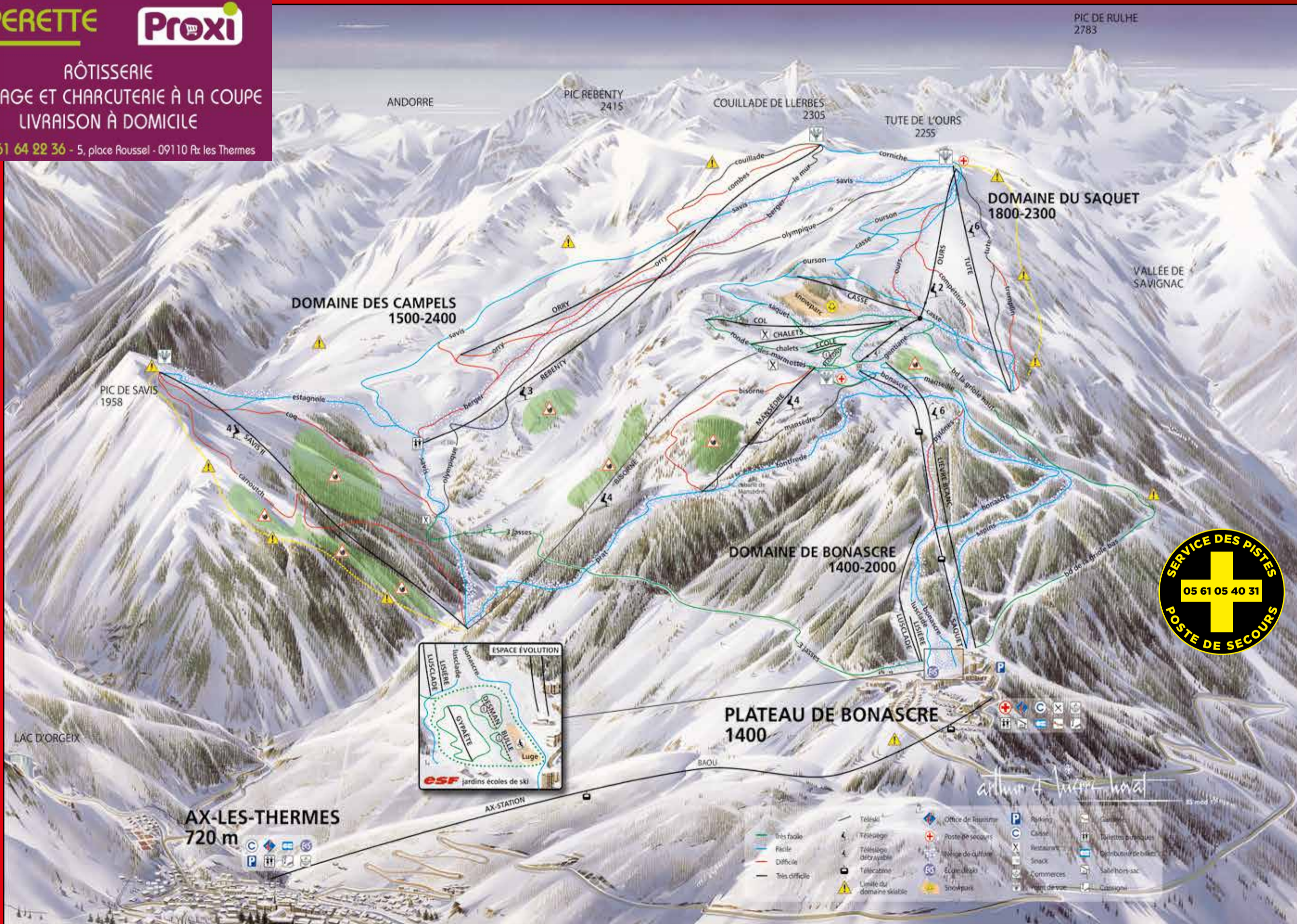
Entretien | Gardiennage
Magasin au pied des pistes
05 61 66 97 16

SUPERETTE

Proxi

RÔTISSERIE
FROMAGE ET CHARCUTERIE À LA COUPE
LIVRAISON À DOMICILE

tél: 05 61 64 22 36 - 5, place Roussel - 09110 Ax les Thermes



LOCATION - VENTE - REPARATION

GAU SPORT

GARDIENNAGE

AX 3 DOMAINES

Aux Pieds Des Pistes Depuis 1973
gausport.com - 05 34 14 65 79



RESTAURANT

CAMPING LE MALAZEOU
09110 AX LES THERMES
07 87 41 61 65
lannexe.ax@gmail.com



librairie
LES BEAUX LIVRES

Ouverture de 9h15 à 12h15
et de 14h45 à 19h

- Du mardi au samedi en basse saison
- Tous les jours pendant les vacances scolaires
- Librairie générale et régionale
- Cartes et guides de randonnée
- Cartes postales
- Commandes de librairie

Stéphanie DENJEAN

Galerie du Grand Tétraz
Avenue Delcassé
09110 AX-LES-THERMES

06 88 38 66 72
www.librairie-lesbeauxlivres.fr

AX SPORTS
BONASCRES

MATÉRIEL DE SPORT
SKIS, SNOWBOARDS
SNOWSCOOTERS

LOCATION / VENTE / RÉPARATION TOUTES MARQUES

sous la Billeterie • Résidence Le Savy
05 61 64 23 95 • électrique.bike.lauragais@gmail.com