



Vacances de l'ours

Brochure raquettes à neige 2020



Vacances de l'ours

Centre hébergement de vacance
Les Monts d'Olmes, 09300 Montferrier
05.61.02.73.14
chantal@vacances-de-l-ours.fr
<http://vacances-de-l-ours.fr>



2h00 - 2h30 ou journée

Niveau très facile à partir 5 ans



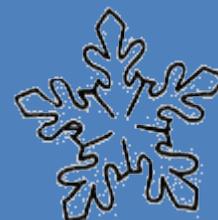
- Découverte et apprentissage du ski alpin
- Perfectionnement des techniques
- Descente en toute neige

Débutants ou confirmés, venez avec l'équipe des moniteurs l'ESF faire un plein de ski. Pour les débutants c'est l'occasion de prendre confiance et d'apprendre les bonnes techniques de base, et pour les initiés de perfectionner leur technique de glisse.

Remise de médaille sur une formation de 3 jours de ski.

Ski Bosses

Ski alpin



2h00 - 2h30 ou journée

Niveau moyen à partir 10 ans

- Technique de descente en bosses

Sur les traces de Perrine Laffont notre championne venue de la station des Mont d'Olmes. Le ski bosses qui fait appel une réelle capacité technique et une bonne condition physique. Pas évident ! l'équipe de moniteur ESF vous permettra de travailler efficacement certaines bases techniques, en particulier la flexion-extension et de développer ses capacités musculaires.





2h00 - 2h30 ou journée
Niveau facile à partir 8 ans



- Découverte et apprentissage Snowboard
- Perfectionnement des techniques
- Descente en toute neige

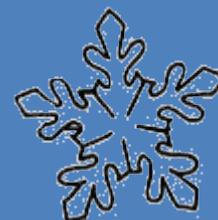
Débutant ou confirmé lancez-vous dans l'apprentissage du snowboard avec l'équipe des moniteurs l'ESF...

Une autre façon de glisser ! Pour les débutants de prendre c'est l'occasion de découvrir l'activité et pour les initiés de perfectionner leur technique de glisse....

Remise de médaille sur une formation de 3 jours.

Descente au flambeau

Ski alpin



1h30
Niveau facile à partir 8 ans

- Apprentissage de la descente nocturne

La **descente aux flambeaux** est une animation féerique de la station des monts d'Olmes organisée par l'école de ski de la station. L'occasion de pouvoir skier en nocturne dans une ambiance magique.





1h30 ou 2h30

Niveau très facile à partir 5 ans



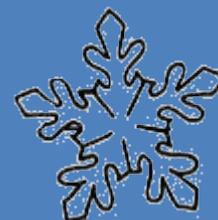
- Se déplacer dans un nouvel environnement
- Reconnaître les traces d'animaux
- Découvrir le mode de vie de la faune l'hiver

Découverte de la raquette à neige pour les enfants avec un professionnel sur un itinéraire accessible à tous. Cette belle balade vous permettra de reconnaître les animaux qui habitent dans la forêt au travers des traces et indices de leur présence, et mieux comprendre leurs adaptations aux rigueurs de l'hiver.



Toboggan en folie

Raquettes à neige



1h30 ou 2h30

Niveau très facile à partir 5 ans

Extrait du livre d'or : NORD LOISIR 07/03/2016

Denis nous a accueillis dans un cadre splendide. Nous sommes un centre de loisirs qui avons fait appel à Denis pour deux animations NEIGE. Les enfants avaient entre 6 et 12 ans et se sont régalés grâce aux animations:
 1ere trace: balade en raquettes et toboggans en folie!
 Sculpture sur neige: une chouette activité qui change de l'ordinaire.
 A refaire dès que possible !

- Se déplacer dans un nouvel environnement
- Activité ludique pour tous

Pourquoi ne pas passer un bon moment ensemble ! Une activité qui vous permettra de découvrir la raquette à neige autrement. Un enchaînement de plusieurs toboggans dans une belle forêt. Une bonne façon de motiver les enfants et créer une complicité avec les adultes.





Petit Esquimau

Construction d'igloo



2h30

Niveau facile à partir 6 ans



Extrait du livre d'or : Gabriel 24/03/2015

Avec un peu de retard je souhaite écrire sur ce livre d'or. Pour dire que nous avons passé de superbe vacances, la construction de l'igloo restera une très bonne expérience pour nous. Merci à Denis pour sa gentillesse et son expérience qu'il sait nous faire partager. Nous reviendrons pour de nouvelles vacances.

A bientôt 😊



Le dahu Ariègeois

- Activité manuelle
- Travailler en équipe

Venez-vous mettre dans la peau d'un petit Esquimau ! Apprenez à construire un Igloo avec la méthode ancestrale du grand nord. Nos histoires et légendes vous feront comprendre le mode vie de ces nomades à cette époque.



Land Art Sculpture sur neige

Activité manuelle et artistique



Le Dahu Ariègeois



2h30

Niveau facile à partir 8 ans

Extrait du livre d'or : NORD LOISIR 07/03/2016

Denis nous a accueillis dans un cadre splendide. Nous sommes un centre de loisirs qui avons fait appel à Denis pour deux animations NEIGE. Les enfants avaient entre 6 et 12 ans et se sont régalés grâce aux animations:

1ere trace: balade en raquettes et toboggans en folie!

Sculpture sur neige: une chouette activité qui change de l'ordinaire.

A refaire dès que possible!

- Création artistique

Bienvenue au pays de la glace !

N'oubliez pas vos outils pour briser et sculpter la neige. Vous pourrez donner libre cours à vos talents artistiques et immortaliser vos créations, un joyau translucide et étincelant à la lumière jusqu'à la fonte.



Le dahu Ariège





2h30

Niveau facile à partir 8 ans



Extrait du livre d'or : Céline 20/02/2016

Chasse au trésor organisée par Denis pour un groupe = ÉNORME !!!!
 C'était drôle, instructif, un peu sportif et avec plein de surprises !!!!
 Avec un soleil magnifique pour parfaire cette sortie..
 Un énorme merci collectif de la part des adultes et des enfants à l'unanimité !.....
 Encore une belle prestation, le tout à un prix très bon prix ! Merci et à très vite !

- Renfort de l'esprit d'équipe
- Activité sportive et ludique

Deux équipes d'enfants vont s'affronter au travers d'un jeu de piste en GPS.
 Il faudra résoudre et décoder les énigmes (*biologie et physique du monde de l'hiver*) qui permettront à l'équipe la plus organisée de retrouver l'étoile du Nord.
 Alors chaussez vos raquettes à neige !



Avalanche

Formation



2h30 ou Journée

Niveau facile à partir 14 ans



- Prise de conscience des dangers hivernaux
- Compréhension du manteau neigeux
- Utilisation du matériel de recherche



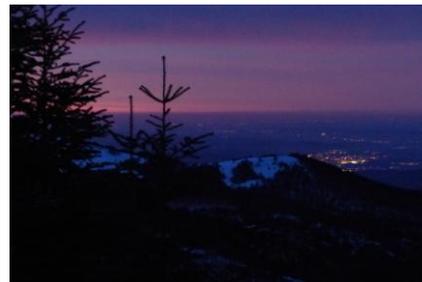
Chaque hiver les avalanches sont meurtrières....
 Il est nécessaire de bien connaître la neige pour profiter de l'hiver en toute sécurité !
 Vous apprendrez la composition du manteau neigeux, les différents types d'avalanche et l'utilisation du matériel de recherche de victimes d'avalanche. Sortie en Raquettes à neige....





2h00

Niveau facile à partir 10 ans



Extrait du livre d'or : Scouts et Guides de France / 22 mars 2016.
Nous avons fait une super rando nocturne en raquette. Au retour nous avons visité un super igloo fabriqué dans la journée !
Le lendemain matin on a enchaîné avec une sortie luge.

Il y avait des toboggans en folie 😄!!!!
Les jeunes se sont lancés pleins de boules de neige !!
(C'était un régal ! Ils avaient entre 14 et 16 ans)...

- Se déplacer de nuit
- Reconnaître les constellations



Partez au coucher du soleil.

Au clair de lune ou nuit noire laissez-vous guider dans une ambiance conviviale entre forêts et alpages et découvrez les constellations hivernales. Vous comprendrez l'emplacement de la terre dans l'univers... Contes et légendes seront au rendez-vous !



Etang gelé – le cycle de l'eau

Raquettes à neige



2h30 ou journée

Niveau moyen à partir 10 ans



Extrait du livre d'or : Ecole de Bézier 18/03/2016

Belle sortie au bord de cet étang sous la glace... Un cadre magique.
Super commentaire péda qui sera repris en classe.

Merci Denis 😊

- Le cycle de l'eau
- Adaptation de la faune aquatique

Venez découvrir un étang endormi sous la glace, une pure merveille de la nature. Nous aborderons le cycle de l'eau et tous ces états.

Vous comprendrez les variations saisonnières d'un point d'eau en altitude et l'adaptation de la faune aquatique qui survit dans ce milieu difficile.







Journée
Niveau moyen à partir 14 ans



Extrait du livre d'or : Mattieu 25/12/2015

Sortie raquette superbe !
Merci à Denis, p***onné de la montagne qui sait nous faire partager de bons moments !

- Vue imprenable
- Accomplissement



Partez en raquettes à neige, entre ciel et terre. Vous parcourrez des espaces d'altitude pour finir par un point de vue inoubliable face à cette chaîne blanche des Pyrénées Ariégeoise. Vous aborderez des notions de nivologie en analysant les différents types de manteau neigeux et l'effet du vent sur la neige.



Le Dahu Ariégeois

Exemple de formules

Formule plein ski



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	Installation	Ski Alpin	Ski Alpin	Ski Alpin	Luge
Ap Midi	Ski Alpin	Ski Alpin	Ski Alpin	Ski Alpin	Départ
Soirée	Soirée en autonomie	Ski Nocturne	Descente au flambeau	Remise de médaille Soirée Boum (6)	

Formule Multi-activité



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	Installation	Ski Alpin	Ski Alpin - Construction igloo (1)	Ski Alpin	Raquette Première trace
Ap Midi	Raquette Toboggan en folie	Ski Alpin	Ski Alpin - Construction igloo(1)	Ski Alpin	Départ
Soirée	Soirée en autonomie	Conte et légende	Descente au flambeau	Remise de médaille Soirée Boum (6)	

- (1) Activité organisé par groupe en rotation.
- (2) Activité offerte pour les encadrant.
- (3) Tarif hors transport, possibilité de devis avec notre une agence partenaire.
- (4) Ce programme peut être réajusté en fonction du nombre de personnes, de la météo ou en fonction des attentes du client, le tarif de base du séjour sera réévalué.

Concevez votre propre séjour

Informations

Les niveaux de difficulté pour la raquette à neige

La plupart des ouvrages classent les randonnées en trois niveaux. C'est un sujet peu évident pour une activité à mi-chemin entre la randonnée estivale et l'alpinisme. En effet la raquette à neige demande un effort de 30% supplémentaire par rapport aux parcours été. Parallèlement le temps de la sortie est également rallongé.

Pour ces raisons, Nous apportons donc notre propre classification. Le nombre de chaussures symbolise la difficulté de la randonnée.

Afin de vous permettre de choisir la sortie qui vous convient le mieux, notre classification prend en compte aussi l'âge des enfants, elle permet d'apprécier une sortie en famille.

En outre, il faut prendre en considération que la motivation joue un rôle important. Un enfant plus jeune peut-être capable d'effectuer une sortie plus dure (motivation, physique) alors que cette même randonnée n'est pas à la portée d'un autre enfant plus âgé.



Niveau très facile :

Vous êtes **promeneur occasionnel**, avec une petite ou sans expérience de la marche et de la montagne.

Vous ne connaissez pas votre endurance (forme physique). Adaptée pour les enfants à partir de 6 ans.

Itinéraire ne dépassant pas les 200m environ de dénivelé. Avec un cheminement se déroulant sur un terrain ne comportant pas de difficultés particulières et sans grande distance. Souvent ces randonnées se font dans la demi-journée.



Niveau facile :

Vous êtes **promeneur** avec une pratique de la marche et une première expérience de la montagne. Vous avez une assez bonne forme physique. Possible pour les enfants de 10 ans environ.

Itinéraire ne dépassant les 400m environ de dénivelé. Avec un cheminement se déroulant sur un terrain généralement facile sur une distance moyenne.



Niveau moyen :

Vous êtes **Marcheur** avec un début d'expérience de la montagne.

Une bonne forme physique. Possible pour les enfants de 12-13 ans environ.

Itinéraire de dénivelé compris entre 400m et 600m environ. Avec un cheminement ne comportant pas de difficultés techniques majeures, et sur une distance pouvant être plus longue.



Niveau moyen plus :

Vous êtes **Randonneur** avec quelques marches en montagne.

Une condition physique correcte. Vous faites plus de 3 sorties par an.

Itinéraire de dénivelé compris entre 600m à 1000m.

Avec un cheminement pouvant comporter de brefs passages techniques avec une distance plus importante.

Certains itinéraires peuvent se faire en deux étapes, avec une moyenne journalière ne dépassant pas les 700m de dénivelé.



Niveau difficile :

Vous êtes **Randonneur** ou **Sportif** ayant l'expérience de la montagne.

Une bonne condition physique. Vous faites plusieurs sorties par an.

Avec un cheminement comportant des passages plus techniques et sur une distance plus importante.

De plus, ces itinéraires se déroulent toujours sur plusieurs jours avec des charges lourdes. Un dénivelé cumulé de plus de 1000m avec une moyenne journalière comprise entre 600 et 900m de dénivelé.

Informations

Votre hébergement

Les vacances de l'ours sont organisées de deux chalets, le montagnard et le tétras. Belles bâtisses à plus 1500 mètres d'altitude sur la station des Monts d'Olmes qui donne directement sur les pistes de ski. Notre site en harmonie avec la montagne et la nature est idéal pour l'organisation d'un séjour neige à moins de 1h30 Toulouse et Carcassonne.



Bâtiments agréés éducation nationale et jeunesse et sport.

L'équipe de Chantal, Candy et Jacky seront ravis de vous accueillir dans leurs locaux.

Ces bâtiments comportent plusieurs chambres de 2 à 6 lits avec trois salles de restauration.

A votre disposition.

Salles de classe

Salles d'animation

Salle télévision

Wifi a la réception

Local à skis et rangement.

Draps et duvets sont à votre charge



Vacances de l'ours

Centre hébergement de vacance
Les Monts d'Olmes, 09300 Montferrier
05.61.02.73.14

chantal@vacances-de-l-ours.fr

<http://vacances-de-l-ours.fr>



Informations

Information sur les activités montagne

Matériel à emporter

Votre tenue au moment du départ :

- Une paire de chaussures imperméables.
- Pantalon et veste Imperméables et une polaire.
- Bonnet, une paire de gants étanches.
- Lunettes et crème solaire.
- Sortie < 2h00. un petit sac à dos avec eau et barre de céréale.

Notre Prestataire :

Démarche de Qualité du guide.

Pour que votre séjour soit inoubliable, le Dahu Ariégeois est labélisé **France Tourisme et Valeur Parc Naturel Régional**.

Proche des clients, nous sommes à votre écoute.

Pour une prestation de qualité, nous favorisons la convivialité et la sécurité du groupe...

Nous sommes engagés dans le développement durable.



Le Dahu Ariégeois

06.02.35.81.41

dahu-ariegeois@orange.fr

<http://dahu-ariegeois.fr>

