



Thématique : - DECOUVERTE SPORTIVE -

« La Montagne enneigée »



Pour les amoureux de la montagne en hiver, nous vous proposons un séjour sportif dans un cadre exceptionnel. Sur les pistes, le chalet offre un accès privilégié à toutes les activités de neige possibles dans la station familiale d'Hirmentaz (1100 -1607 mètres). Le sommet d'Hirmentaz offre un panorama sur le Lac Léman et la chaîne du Mont Blanc.

Dominantes : sports de glisse, randonnée

Périodes : hiver

Public visé : Cycle 2 et 3, Collège et Lycée

Méthode :

- ✓ Mettre l'accent sur les activités sportives pour découvrir autrement et en totale immersion la montagne.
- ✓ Proposer une découverte originale et ludique de la montagne avec des activités sportives inédites.
- ✓ Proposer des activités de découvertes culturelles, afin de découvrir la vie montagnarde l'hiver.

Objectifs pédagogiques :

- ✓ **Faire pratiquer de nouvelles activités physiques et sportives inhabituelles pour certains** : acquérir des techniques, respecter les règles sur les pistes et les consignes de sécurité.
- ✓ **Développer des qualités chez les élèves** : écoute, esprit de groupe, autonomie, évaluation de ces capacités physiques, réalisation d'objectifs, appréhension des risques.
- ✓ **Découvrir et appréhender un nouvel environnement : la montagne** : ses paysages et ses reliefs, le mode de vie et les traditions, l'histoire et le patrimoine.

Activités complémentaires :

- **Musées de Bellevaux** : Musée de la Faune et de la Flore, Musée de l'Histoire et des Traditions : visites ludiques avec livret-jeu.
- **Parcours découvertes en raquettes** : Parcours « Eau-vive qui vive » (autour du Lac Vallon, Bellevaux) et Parcours « Ombres sur l'Alpage » (sur le Mont Forchat, Lullin) avec les accompagnateurs en moyenne montagne, en fonction des conditions météorologiques.
- **Formules de séjours** : Possibilité de faire des séjours axés sur une seule pratique sportive (ski alpin...).

«La Montagne enneigée » – exemple de séjour à contenu et durée modulables

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5												
	SKI ALPIN	FERME PEDAGOGIQUE	SKI DE FOND	CHIENS DE TRAINEAUX												
<p><i>Arrivée et installation au centre</i></p> <p><i>Accueil du groupe</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - répartition des chambres - présentation équipe et planning - règles de vie - récupération du matériel de ski 	<p><i>Sensations garanties au pied du chalet.</i></p> <p align="center">Ski Alpin Pistes d'Hirmentaz Moniteurs ESF</p> <p><i>Au sommet d'Hirmentaz, admirez un panorama à 360° sur le Lac Léman et la chaîne du Mont Blanc.</i></p> <p align="center">Par groupes de niveaux</p>	<p><i>Un pan de la vie à la montagne l'hiver : le patrimoine culinaire local dans une ferme d'agriculture durable.</i></p> <p align="center">Ferme pédagogique du Petit Mont, Bellevaux</p> <ul style="list-style-type: none"> - Découverte de la ferme - La chèvre : vie et traite - Atelier « Du lait au fromage » - Dégustation et reconnaissance de fromages et produits locaux 	<p><i>Les plaisirs de la glisse associés à la découverte de la nature.</i></p> <p align="center">Ski de fond Domaine nordique des Mouilles Moniteurs ESF</p>	<p><i>Chiens ou poneys, compagnons et équipiers, le temps d'une randonnée.</i></p> <p align="center">Chiens de traîneau Vailly</p> <ul style="list-style-type: none"> - Initiation aux techniques de conduite d'attelage - Découverte de paysages authentiques <p align="center">et/ou</p> <p align="center">Activités Poneys En ½ groupe Poneys luge, Poney Joering, Balade à poneys, Balade en traîneau à poneys</p>												
Repas au centre	Repas au centre	Repas au centre	Repas au centre	Repas au centre												
RAQUETTES	SKI ALPIN	JEUX DE NEIGE	SKI DE FOND													
<p><i>Au départ du chalet, la découverte de l'environnement montagnard au cours d'une randonnée sportive.</i></p> <p align="center">Raquettes Accompagnateurs en moyenne montagne</p> <p><u>Thèmes abordés :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Formation de la neige, risques naturels (avalanches et ARVA), traces et empreintes, vie en montagne l'hiver... 	<p align="center">Ski Alpin Pistes d'Hirmentaz Moniteurs ESF</p> <p align="center">Par groupes de niveaux</p> <p align="center">Surf Pistes d'Hirmentaz Half-pipe pour les initiés</p>	<p><i>Les joies de la neige.</i></p> <p align="center">Pistes de luges Les Mouilles ou Hirmentaz</p> <p align="center">Autour du chalet</p> <p align="center">Encadrement du groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Création d'igloo, jeux dans la neige, luge... 	<p align="center">Ski de fond Domaine nordique des Mouilles Moniteurs ESF</p> <p align="center">Initiation au biathlon Domaine nordique des Mouilles Moniteurs ESF</p>	<p><i>Retour à l'école</i></p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>SPORTS</td> </tr> <tr> <td></td> <td>DECOUVERTE CULTURELLE</td> </tr> <tr> <td></td> <td>CREATION</td> </tr> <tr> <td></td> <td>EXPERIMENTATION</td> </tr> <tr> <td></td> <td>RANDONNEE</td> </tr> <tr> <td></td> <td>ACTIVITE AROEVEN</td> </tr> </table>		SPORTS		DECOUVERTE CULTURELLE		CREATION		EXPERIMENTATION		RANDONNEE		ACTIVITE AROEVEN
	SPORTS															
	DECOUVERTE CULTURELLE															
	CREATION															
	EXPERIMENTATION															
	RANDONNEE															
	ACTIVITE AROEVEN															
VEILLEE DIAPO : « RISQUES NATURELS ET AVALANCHES »	CONTE IMAGE : « A LA DECOUVERTE DE LA FERME »	DESCENTE AUX FLAMBLEAUX ET PROMENADE NOCTURNE	SOIREE SAVOYARDE ET BOUM													