



ECOLE DE SKI
& BUREAU MONTAGNE

LA BOITE A MONTAGNE

ETE

LES ROUSSES

JURA

CANYONING

RANDONNEE

TROTTINETTE

VTT ELECTRIQUE

VIA FERRATA

ESCALADE

SPELEOLOGIE

BIATHLON

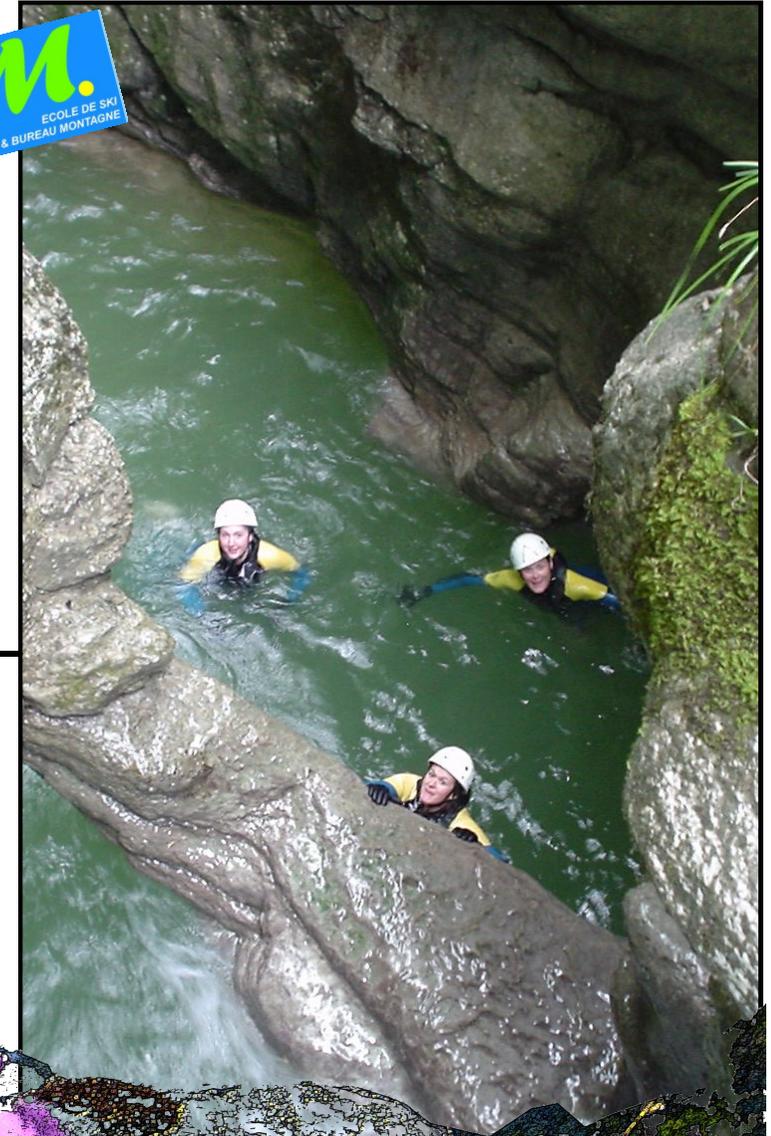
RANDO AQUATIQUE

« Proche du *canyoning*, cette activité est plus accessible car il n'y a pas de rappel et les sauts peuvent se contourner. Environnement enchanteur de forêt de *Brocéliande*, cascades, et marmites de géant. Une demi-journée rafraichissante et ludique

● Sportif? 🧢



- **Pour qui?** A partir de 7ans, savoir nager
- **Durée?** Demi-journée, journée, week end
- **S'équiper?** Maillot de bain, serviette, baskets
- **Matériel Fournis?** Combinaison et chaussettes néoprènes, casque, jupe
- **Où?** St Claude ou Foncines



CANYONING

« Descendre les belles cascades du Jura en rappel, s'adonner aux nombreux jeux d'eau dans les *marmites de géants*, sauter dans les *vasques* à l'eau claire... Le Jura, comme une évidence...

● Sportif? 🧢 🧢



- **Pour qui?** A partir de 12 ans, savoir nager
- **Durée?** Demi-journée, journée, week end
- **S'équiper?** Maillot de bain, serviette, baskets
- **Matériel Fournis?** Combinaison et chaussettes néoprènes, baudrier, casque
- **Où?** St Claude ou Foncine



VIA FERRATA à la Roche au Dade

« Randonnée *verticale* équipée d'échelles, pont de singe, tyrolienne sur 250m de dénivelé pour rejoindre le *sommet* offrant une vue magnifique sur la vallée de la Bienne et ses nombreux viaducs et le massif de la Dôle »

● Sportif? 🧗 🧗 🧗



● Pour qui? A partir de 9 ans (si accompagné)

● Durée? Demi-journée (2H30 d'activité)

● S'équiper? Baskets, sac à dos, eau, coupe vent, crème solaire, lunettes solaires

● Matériel Fournis? Baudrier, casque, longues & mousquetons

● Où? Morez



VIA FERRATA du Lac de Vouglans

« Dominant le lac, les falaises du Regardoir aux belles couleurs ocre et bleutées sont une invitation à l'aventure verticale. Une Via ferrata toute en traversée avec de magnifiques passages très aériens et une passerelle vertigineuse de 200m de long.

● Sportif? 🧗 🧗 🧗



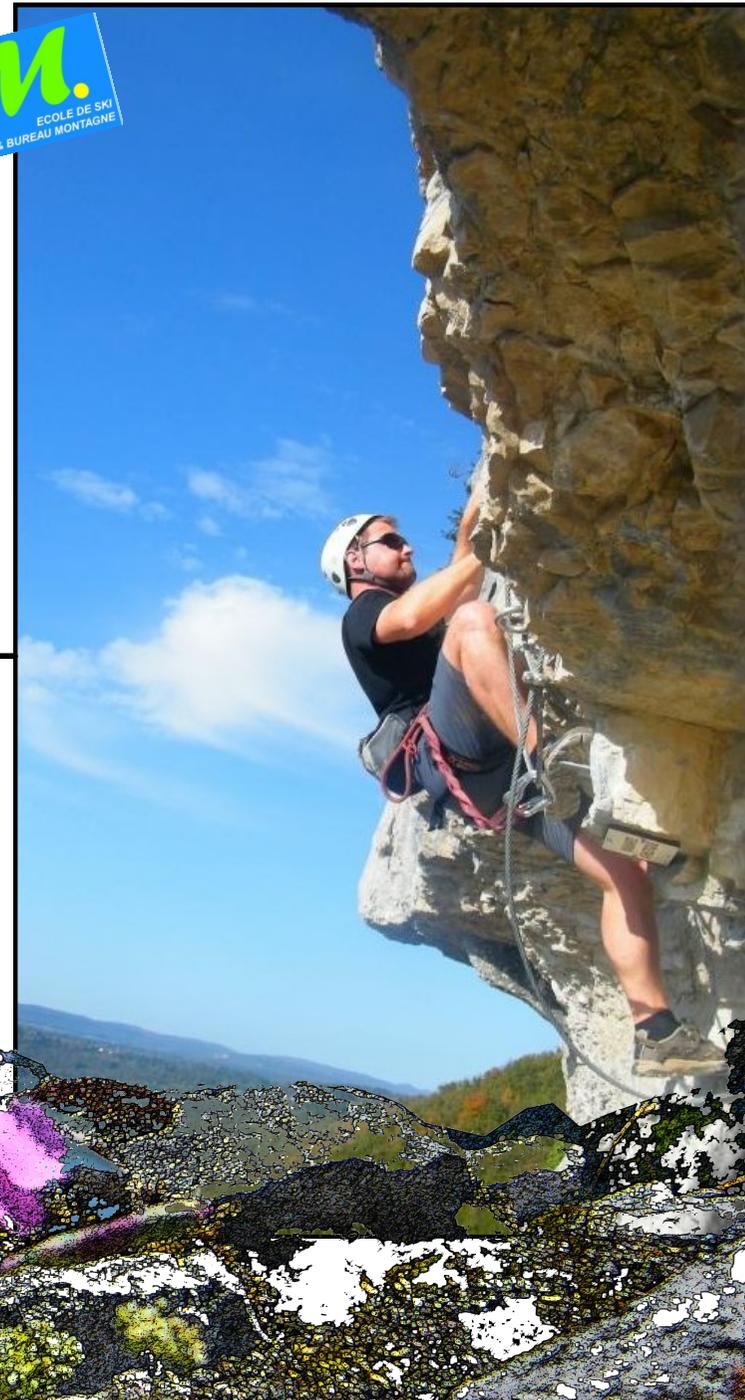
● Pour qui? A partir de 9 ans (si accompagné)

● Durée? Demi-journée (2H30d'activité)

● S'équiper? Baskets, sac a dos, eau, crème solaire

● Matériel Fournis? Baudrier, casque, longes & mousquetons

● Où? Moirans en Montagne



ESCALADE sur Falaise Ecole

« Grimper, utiliser les prises et les appuis du rochers pour aller toujours plus *haut*. Ludique et accessible à tous, cette activité se pratique en pleine nature sur les belles *falaises* du Jura »

● Sportif? 🧢



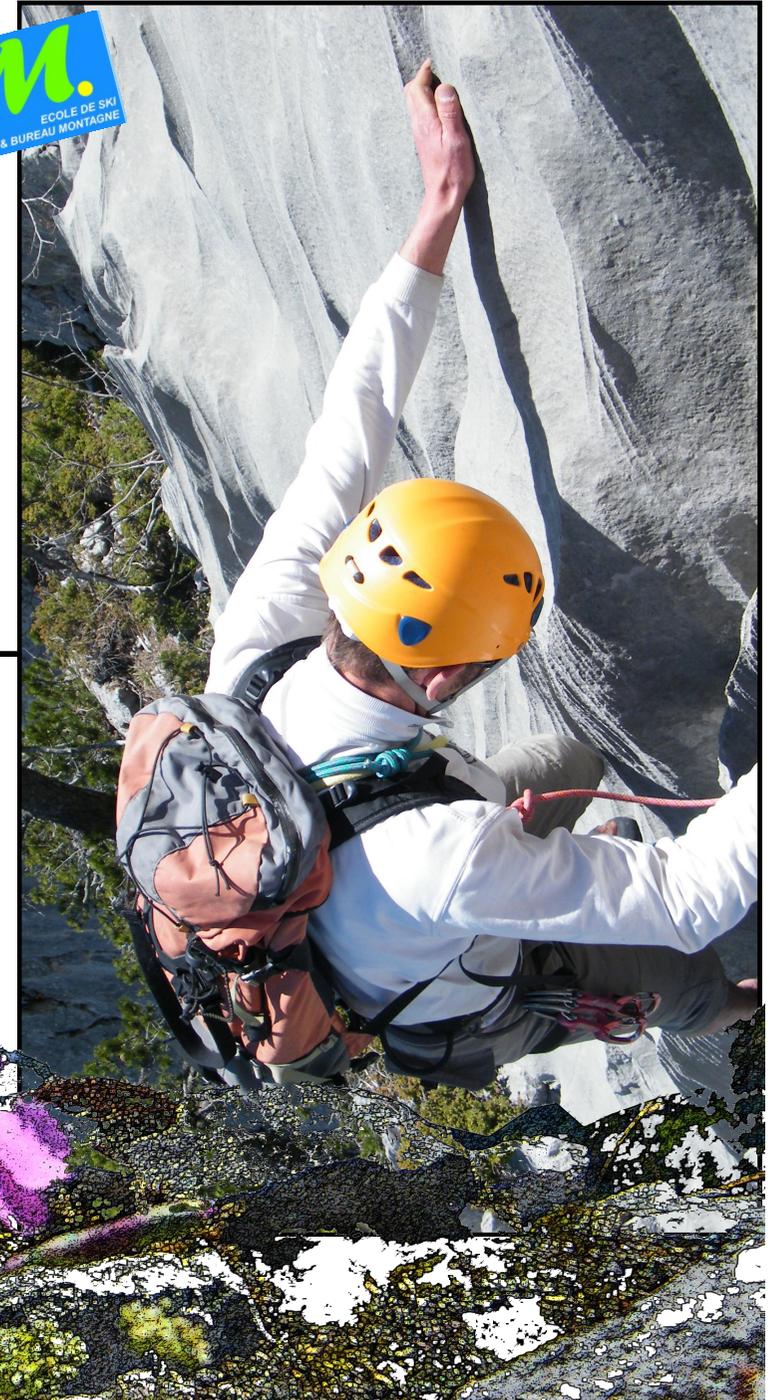
● Pour qui? A partir de 6 ans

● Durée? Demi-journée

● S'équiper? Baskets avec semelle fine ou ballerine, short, coupe vent, eau

● Matériel Fournis? Baudrier, casque, corde, matériel d'assurage

● Où? Lajoux ou Bellefontaine



ESCALADE en Grandes Voies

« Graver un *sommet* en l'escaladant sur du rocher facile en laissant place à la contemplation... Un moment fort à partager avec notre moniteur qui saura vous faire apprécier la chaleur du rocher »

● Sportif? 🧢 🧢



● Pour qui? 1/2 pers par moniteur / +12 ans

● Durée? Demi journée ou journée

● S'équiper? Short, sac à dos, eau, coupe vent

● Matériel Fournis? Baudrier, casque et matériel d'assurage

● Où? Aiguilles de Baulmes, Salève...



TROTTINETTE de descente

« Des verts *alpages* aux belles forêts vaudoises, de belles descentes jamais trop techniques nous attendent dans un écrans magnifique face au *Mont Blanc*. Une activité à découvrir sans modération!! »

● Sportif? 🧢 🧢



- **Pour qui?** A partir de 12 ans,
- **Durée?** 1/2 journée (2h descente+30min navette)
- **S'équiper?** Affaires de sport, baskets, sac à dos, eau
- **Matériel Fournis?** Trottinettes, casque intégral, protections coudes et genoux
- **Où?** Près de St Cergues (CH)



BIATHLON en trottinette

« Une activité à découvrir en groupe ou en famille. *Dextérité, maîtrise de soi avec le tir à la carabine et gestion du souffle avec un petit parcours ludique en trottinette. Affrontement dans la bonne humeur et fous rire assurés!!* »

● Sportif? 



- Pour qui? A partir de 8ans
- Durée? 2H d'activité
- S'équiper? Affaires de sport, baskets, eau, crème solaire, lunettes de soleil
- Matériel Fournis? Trottinette, casque intégral, carabine laser
- Où? Les Rousses

