

**Cours collectifs adultes & ados La Dôle /  
Bulletin d'inscription / formulaire santé & assurance:**

	Nom	Prénom	Date de naissance
Participant 1			
Participant 2			

Nom / Prénom .....

Rue, n° ..... NPA, Localité.....

Numéro de téléphone ..... Numéro de mobile .....

Numéro professionnel..... E-mail .....

Assurance accident du participant .....

Maladie : est-ce que vous souffrez d'une maladie, allergie ou handicap particulier ? Devez-vous prendre un médicament spécifique au cours du séjour ? ..

.....

Avez-vous un régime alimentaire particulier ?.....

J'ai entendu parler de votre école par :  internet  une publicité  un(e) ami(e)

office du tourisme  autre : .....

Êtes-vous au bénéfice d'une assurance REGA, AIR GLACIER, ETI ou équivalent ? .....

**L'ASSURANCE REGA EST OBLIGATOIRE POUR PARTICIPER : VOIR [WWW.REGA.CH](http://WWW.REGA.CH)**, les couvertures sauvetage de l'assurance maladie ou autres types d'assurances ne sont pas admises. Si vous n'êtes pas inscrit(e) à la REGA, AIR GLACIER, ETI, merci de contracter cette assurance par internet.

Par ma signature, je certifie que je suis au bénéfice d'une assurance accident ainsi qu'une assurance REGA, Air Glacier, ETI et j'atteste que je m'inscris au cours collectif de la Dôle organisé par PROGRESSION qui aura lieu le :

.....

Attention, mon inscription n'est valable qu'à réception du montant de 59.-/matin et me garanti une place à ce cours. J'ai noté mon nom et les dates de la semaine dans la case « communication » du bordereau e-banking ou du BV. J'autorise Progression à publier les photos et vidéos pour la galerie de son site et sa brochure.

**Pour vous inscrire, il faut nous renvoyer par courrier ou e-mail :**

**1.LE PRESENT BULLETIN D'INSCRIPTION DUMENT REMPLI ET SIGNE**

**2.LE BORDERAU E-BANKING OU LE RECIPISSÉ DU PAIEMENT DU COURS**

**3.LA PHOTOCOPIE DE LA CARTE REGA OU DU PAIEMENT REGA**

A NOUS RENVOYER A :

Progression  
Ecole de ski & snowboard  
Boîte postale 252 La Bouriaz  
CH-1265 La Cure  
info@progression-snowsport.ch

E-BANKING /E-FINANCE :

**Bénéficiaire : ALAN DELIZEE**  
Banque du bénéficiaire : UBS SA  
Case Postale 1002 Lausanne  
IBAN CH690024324345789341Z  
Numéro de clearing : 243

POSTE :

*Versement pour :*  
UBS SA Zurich  
ALAN DELIZEE 457893.41Z  
*Compte:*  
80-2-2

Lieu, date ..... signature du représentant légal.....

## **Cours collectifs adultes & ados La Dôle / Programme détaillé :**

Du débutant à l'expert, une formule adaptée quelle que soit votre progression. Le cours collectif adultes est composée de 5 jours de ski alpin à la Dôle aux portes des villes lémaniques (5x samedis ou 5x dimanches). Située à 35 minutes de Genève et à 45 minutes de Lausanne, la montagne de La Dôle est le point focal au-dessus du lac Léman et face aux Alpes avec une vue splendide sur le Mont-Blanc. Encadrés par un moniteur de ski suisse de la région, vous découvrez des nouvelles pistes en progressant dans votre technique et ceci tout en vous créant de nouveaux contacts au sein d'un groupe !

T1 : accueil sur le lieu de rendez-vous. Briefing au départ du téléski. Informations sur le déroulement du cours collectif, contrôle du niveau et formation des groupes.

T2 : sécurité et prévention sur les pistes, respect d'autrui. Ski en groupe et exercices de progression.

T3 : techniques de ski et application. Ski en groupe et exercices de progression.

T4 : montée à la boule (sommet de la Dôle, 1677 m), vue sur les Alpes, photo de groupe. Ski en groupe et exercices de progression.

T5 : Clôture du cours avec les participants sur le lieu de rendez-vous.

Prix Sfr. 59.-/matin ( âge : 14-77 ans)

Dates : 11 janvier (Adultes débutants à ski)/ 18 janvier (Adultes pistes vertes et bleues) / 25 janvier (Senior 50+, partager, rencontrer)/ 1 février (safety academy, DVA)/ 8 février 2025 (Freestyle, Skicross & Slidepark)

Compris : encadrement par un moniteur.

Non-compris : forfait de ski , repas de midi, transport jusqu'au point de rendez-vous de départ et d'arrivée, location matériel de ski, repas boisson supplémentaire ...



**Cours collectifs adultes & ados / Informations pratiques :**

Lieux et horaire de rendez-vous	<p>Parking de la Dôle, au pied du téléski du Val Dappes (2<sup>e</sup> téléski depuis la gauche, au milieu du grand parking)</p> <p>Le matin : 10 :00</p> <p>Fin du cours: 12 :00</p>
Accès	<p>Par autoroute Lausanne – Genève, prendre sortie Nyon, partir direction St Cergue, puis la Cure, après la douane franco-suisse prendre à gauche (panneau « Dijon, Les Rousses, massif de la Dôle »), continuer tout droit 200 m jusqu'à un cédez-le-passage prendre à gauche la D1005 (panneau « St Claude, Gex, Prémanon »). En voyant La Dôle devant vous, continuer 200 m jusqu'au rond point et prendre direction « Genève,Gex, Col de la Faucille, Le Balancier, Massif de la Dôle ». Rouler 3 km et à hauteur du parking de la Dôle (500 m <u>après</u> le télésiège du balancier), prendre à gauche sur le grand parking de la Dôle. Rentrer dans le parking et avancer jusqu'au milieu du parking. Se parquer et se rendre à pied (100 m) au départ du téléski du Val Dappes (2<sup>ème</sup> téléski depuis la gauche).</p>
Horaire des cours de ski	10:00 – 12 :00
Repas de midi	Le repas de midi avec le moniteur n'est pas inclus
Encadrement	Moniteur de ski
Niveau	Pistes bleues, rouges ou noires
Location matériel de ski	Vous pouvez louer le matériel de ski de votre enfant au point de rendez-vous chez Location de ski La Dôle ou à St-Cergue chez Milena Sport, Décathlon à Bussigny (Lausanne), SB Sport à Gland et Décathlon Genève
Office du Tourisme de St Cergue	Tél. 022 / 360.13.14
Argent de poche et ID	<p>Prévoir un peu d'argent de poche (francs suisses) pour les dépenses personnelles éventuelles (repas, boisson supplémentaire).</p> <p>Prendre avec vous la carte d'identité pour passer la frontière !</p>
Numéro de tél. mobile du moniteur chef	<u>A demander au moniteur responsable sur le lieu de rendez-vous du lundi</u> (Attention ; le réseau ne passe pas toujours bien sur les pistes !)
Numéro tél. Ecole de ski & snowboard Progression	022 360 02 60 / 079 457 23 57

### **Cours collectifs adultes & ados / Equipement et matériel :**

- 1 paire de ski avec fixation de sécurité et réglage adéquat .
- 1 paire de chaussure de ski
- 1 paire de bâtons de ski
- 1 pantalon de ski
- 1 veste de ski avec capuchon qui protège bien le visage (en cas de vent)
- laine polaire et habits chauds
  
- bonnet
- casque
- 2 paires de gants de ski ou moufles
- masque de ski (obligatoire)
  
- crème solaire
- lunettes de soleil
- argent de poche (francs suisses)

### **Ne pas oublier la CARTE D'IDENTITE pour passer la frontière !**

Au besoin, nous vous conseillons les magasins de matériel de montagne suivants :

- Milena Sport / St-Cergue
- Ochsner Sport / Lausanne, Nyon, Genève
- Raoul Sport / Nyon
- SB Sport / Gland
- Athleticum / Genève
- Athleticum / Lausanne

N'hésitez pas à investir si le matériel est veillot ou mal adapté, vous ne le regretterez pas là-haut !!!

Si vous avez d'autres questions sur le matériel, n'hésitez pas à nous appeler !

## **Cours collectifs adultes & ados / Conditions générales :**

L'encadrement est assuré par un moniteur de ski. Nous nous réservons le droit d'annuler le cours collectif adultes suivant les conditions ou le manque de participant. Les cours de ski sont donnés par tous les temps.

Prix :

Nos prix s'entendent pour 1 personne et comprennent l'encadrement par un moniteur.

Activités en groupe :

Les effectifs des activités en groupe sont comptés en nombre de personnes par moniteur, en fonction de critères de sécurité pour l'activité proprement dite.

Inscription :

Une inscription n'est prise en compte qu'à partir du versement d'une finance d'inscription correspondant au prix du cours collectif adultes soit Sfr. 59.- / jour.

Annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, une personne inscrite renonce à participer à une activité, une retenue de 100 % est comptée. Toute activité commencée ne sera pas remboursée excepté lors d'un problème médical où un crédit cours collectif adultes sera ouvert pour vous.

Assurance :

Les participants ne sont pas assurés par le moniteur. C'est au participant lui-même qu'il incombe de se couvrir convenablement en matière d'assurance maladie et accidents (y compris les accidents pouvant survenir lors de ski en montagne). Chaque participant doit posséder une assurance sauvetage et rapatriement hélicoptère. Aux participants n'étant pas au bénéfice d'une telle assurance, nous proposons une formule avec la REGA à remplir et à payer avant le camp. Prix/personne : 30 CHF.

Votre responsabilité :

Vous assumez:

- la pleine responsabilité des dégâts causés volontairement ou non aux installations ou autres objets appartenant ou loués par PROGRESSION

Dossier médical :

Tout problème médical devra être signalé à PROGRESSION par écrit.

Transport :

Chaque participant devra se rendre par ses propres moyens au point de rendez-vous de la semaine.