

# Le plein d'énergie avec les emaines « Neige &#8211; Santé »

- Actualité : partenaires des CE -



---

**Magazine des comités d'entreprise - Elus du  
personnel élus, comite d'entreprise**

---

**Du 24 janvier au 7 février et du 7 mars au 14 mars 2009, 3 villages valvfvf des Vosges et du Massif Central proposent des séjours « Neige - Santé » pour profiter du dépaysement, du calme et des pauses cocooning au coeur de grands espaces blancs. Les semaines valvfvf « Neige - Santé » sont l'occasion de se ressourcer grâce aux sports de montagne et Espaces forme proposés par les villages de vacances.**

### **Séjour Neige - Santé**

Du 24/01 au 07/02/09 et du 07/03 au 14/03/09

Au programme : (toutes les activités sont encadrées par des intervenants qualifiés)

- ▶ Matinée : séances de remise en forme (échauffement musculaire, étirements), ski de fond (sauf au Lioran), raquettes, séances de gym vitalité, Qi Gong ou Tai Chi Chuan et danses collectives.
- ▶ Après-midi : sorties en raquettes et ski (par groupes de niveau).
- ▶ Séances de stretching.
- ▶ L'accès à l'Espace forme : piscine couverte et chauffée, hammam, salle de musculation.
- ▶ Une journée avec repas régional dans une auberge de montagne (intervention d'un spécialiste du Sport-Santé).

Au village valvfvf Orbey :

- ▶ Excursion accompagnée d'une demi-journée à Kaysersberg, découverte de la cité médiévale. Au village valvfvf Les Estables :
- ▶ Balade en chiens de traîneaux (1h30). Au village valvfvf Le Lioran :
- ▶ 2 entrées pour « Deval'luge » (une piste de luge aménagée sur des rails et sécurisée au coeur de la forêt du Remberter) ainsi qu'une soirée musicale ou folklorique.

**Séjour 8 j/7 n : 441 €/pers.**

Comprenant l'hébergement en chambre double en pension complète, 1 déjeuner en auberge (selon météo), encadrement des activités du programme « Neige - Santé », accès à l'Espace forme du village, les animations proposées par les villages valvfvf.

### **VOSGES**

valvfvf Orbey Haut-Rhin Valable du 24/01 au 31/01/09.

A proximité de la vallée de Kaysersberg, le Lac Blanc est une station conviviale respectueuse de l'environnement. Situé dans un cadre exceptionnel, au coeur du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges, le village valvfvf « Le Beau Site » se trouve également sur la célèbre route des vins d'Alsace.

Au village : 67 chambres et 17 appartements, bar avec coin cheminée, restaurant, salon, espace jeux&

Espace forme : piscine intérieure, hammam, sauna, salle de gym et de musculation. Animations adultes.

### **MASSIF CENTRAL**

valvfvf Les Estables Haute-Loire (p.76) Valable du 31/01 au 07/02/09.

Petit village montagnard pittoresque et commune la plus élevée du Massif Central, Les Estables est l'un des premiers sites nordiques de France. Le village valvuf « Les Drailles du Mézenc » est une invitation grandeur nature pour partir à la découverte des paysages admirablement préservés.

Au village : 59 appartements et 21 chambres, bar, restaurant, salon lecture, espace jeux & Espace forme : piscine intérieure, salle de musculation, hammam et salle de gymnastique. Animations adultes.

Village bout'chou : bébé-club (3 mois/2 ans) mini-club (3/6 ans), Gym Câline parents - bébés (9 mois/3 ans) et Gym 3 Pommes (4/6 ans) - atelier d'éveil, d'équilibre et de découverte, ouverts toute la saison.

**valvuf Le Lioran** « Hauts du Roy » Valable du 07/03 au 14/03/09. Au coeur des grands espaces volcaniques, le Lioran est une station charmante où l'on peut pratiquer toutes les formes de glisse. Tout le charme et la qualité des équipements du village valvuf « Hauts du Roy » se retrouvent au coeur d'un lieu de vacances idéal pour goûter à tous les plaisirs de la neige.

Au village : 65 chambres hôtelières, bar, restaurant, espace jeux & Espace forme : piscine panoramique couverte et chauffée, un sauna, un hammam, une salle de musculation et de remise en forme (accessible à certains moments de la journée).

Animations adultes. Village bout'chou : bébé-club (3 mois/2 ans), mini-club (3/6 ans), Gym Câline parents - bébés (9 mois/3 ans) : atelier d'éveil, d'équilibre et de découverte), ouverts toute la saison.