



# Pour les passionnés de la neige

Lorsque le soleil se lève lentement sur Flims, il ne faut pas longtemps pour que la journée de ski ou de snowboard parfaite dans le domaine skiable de Flims Laax Falera puisse commencer : Après un court trajet en téléphérique, vous vous élancez sur les larges pistes bleues, rouges ou noires ou dans le snowpark. Pour le ski ou le snowboard, 224 kilomètres de pistes, 5 snowparks et 28 installations vous attendent.

Outre le ski et le snowboard, vous pouvez également faire du ski de fond, des randonnées en raquettes et d'hiver, de la luge et bien d'autres choses encore à Flims et dans les environs.

Divers plans pour tous les types de sports d'hiver sont à votre disposition à la réception. Outre les plans des pistes pour les sportifs alpins, vous trouverez également des informations pour les skieurs de fond, les randonneurs en raquettes et en hiver. Nous nous tenons volontiers à votre disposition à la réception pour de plus amples informations.

## **BILLETS DE REMONTÉE**

---

Les billets de remontées mécaniques peuvent être réservés en ligne ou sur l'application Laax inside (le plus tôt sera le mieux). L'appli vous fournit également de nombreuses informations utiles sur l'ensemble de la destination. Les forfaits de ski peuvent également être achetés directement chez nous à la réception au prix du jour. En basse saison, nous proposons en outre des forfaits incluant les forfaits de ski, plus d'informations à ce sujet sur notre site Internet ou à la réception.

## **ENSEIGNEMENT | GUIDING**

---

Directement à la station inférieure de Flims, vous trouverez la LAAX SCHOOL ([www.laaxschool.com](http://www.laaxschool.com)), qui propose un large éventail de cours, de leçons privées ainsi que des guides de ski, des cours de yoga et une garderie pour enfants. Nous nous ferons un plaisir de vous aider à réserver.

L'école de sports de montagne Grischa ([www.bergsportschulegrischa.ch](http://www.bergsportschulegrischa.ch)) est dirigée par des guides de montagne locaux expérimentés. Ils sont vos interlocuteurs pour le freeride, les randonnées à ski, l'escalade sur glace et de nombreuses autres activités dans la neige.

## **LOCATION D'ÉQUIPEMENT**

---

A la station inférieure de Flims, vous trouverez le centre de location LAAXRental ([www.laaxrental.com](http://www.laaxrental.com)), où vous pourrez louer tous les équipements de sport ainsi que les vêtements et accessoires.

Dans la rue principale, à quelques minutes à pied de la station aval de Flims, vous trouverez également des possibilités de location chez Intersport (Sport Bundi) ainsi que chez Sport Beat ([www.sportbeat.ch](http://www.sportbeat.ch)). Chez Sport Beat, vous pouvez faire farter vos skis ou votre snowboard gratuitement une fois par semaine avec votre carte d'hôte.

Envie de faire de la luge? Des luges de Davos appartenant à l'établissement sont disponibles gratuitement dans notre cave à skis. Si elles sont déjà toutes en circulation, il est possible de louer des luges de sport directement à la station aval de Flims.

## **TOURS GUIDÉS**

---

Des randonnées en raquettes et à pied sont régulièrement organisées dans la région. Nous nous ferons un plaisir de vous informer à la réception.

## **LOCAL À SKIS | LOCAL DE SÉCHAGE**

---

Au sous-sol de la maison principale, vous trouverez notre local à skis avec des supports pour skis/snowboards et des chauffe-chaussures qui fonctionnent pendant la nuit. Vous pourrez ainsi enfiler vos chaussures chaudes et sèches le lendemain.

## **VOUS AVEZ OUBLIÉ QUELQUE CHOSE?**

---

Au cas où vous auriez oublié quelque chose, une petite sélection d'outils pour votre journée dans la neige est disponible à la réception, par exemple de la crème solaire, un sac à dos de randonnée ou des bâtons de randonnée. Nous nous ferons un plaisir de vous aider.

## **BUANDERIE**

---

Au premier étage, dans le bâtiment principal, il y a une buanderie. Vous pouvez y laver et sécher vous-même pour CHF 10.00 par lavage. Veuillez-vous annoncer à la réception. De la lessive est disponible.

Nous sommes également heureux de laver votre linge. Dans ce cas, nous facturons par pièce de vêtement. Vous obtiendrez de plus amples informations sur les heures de dépôt et de retour à la réception.

## **URGENCE**

---

Les points suivants sont à respecter en cas d'accident sur ou en dehors des pistes:

- Gardez votre sang-froid
- Pensez à votre propre sécurité
- Protégez les blessés et les personnes concernées d'autres dangers (p. ex. les personnes suivantes), des intempéries et du froid
- Donner les premiers secours
- Alertez les services de secours et lancez les opérations de sauvetage
- Ne laissez pas les blessés seuls

Il est recommandé d'enregistrer le numéro d'appel de la centrale SOS des secours sur les pistes de Laax directement sur votre téléphone portable afin de pouvoir donner l'alerte le plus rapidement possible en cas d'urgence.

Centrale SOS des secours sur les pistes de Laax	+41 (0)81 927 74 00
Appel d'urgence sanitaire	144
Sauvetage aérien Rega	1414
Numéro d'urgence des médecins de Flims	+41 (0)848 17 17 17