UMEN • Univers Montagne Esprit Nature

MONTAGNE PARTAGÉE

HIVER 2026

SKI EN DUO

RANDO RAQUETTES

Des sensations pour tous

Le ski en duo
Un skieur valide formé à la pratique et un skieur en fauteuil-ski forment un duo sur les pistes.

Skieur assis, vous souhaitez participer à nos séjours ou apprendre à skier en autonomie ? Contactez-nous.

Envie de **devenir pilote de fauteuil-ski ?** Participez à notre week-end de formation. Plus d'information en page 2.

La convivialité d'abord

Le groupe est composé de 10 à 15 skieurs dont 3 à 5 personnes en fauteuil-ski et 6 à 10 pilotes accrédités. Nous partageons notre passion de la glisse, et les joies qu'elle procure. Convivialité et bonne humeur sont de mise lors des moments de vie quotidienne.

Tous adhérents, tous participants

Chaque participant est adhérent et **paie sa sortie en fonction de sa place dans le groupe**. Le tarif est transparent, il comprend le transport, l'encadrement, le matériel (skis, raquettes et matériel adapté), les repas et l'hébergement.

Devenez pilote de Dualski*

en participant à notre session de formation

Partagez les joies de la glisse avec une personne en situation de handicap : devenez pilote en vous inititiant à la pratique du handiski. Formé par un moniteur de l'ESF, vous vous familiarisez avec les différents types de fauteuils-ski, vous aprenez à piloter et à utiliser des remontées mécaniques. À l'issue de l'initiation, vous obtenez l'accréditation ®Tessier attestant de votre capacité à piloter un Dualski.

*formation réservée aux skieurs valides

Les prérequis

Être à l'aise sur toutes les pistes et sur tout type de neige. Si vous avez déjà piloté un fauteuil-ski, n'hésitez pas à vous inscrire pour améliorer votre pratique.

Un engagement souple

Votre participation au week-end de formation **vous engage à venir skier 6 jours minimum avec UMEN sur 2 saisons.**

Pour plus d'informations, contactez-nous.

Dates	Durée	Lieu	Tarif
Samedi 13 et dimanche 14 décembre 2025	2 jours	Peyragudes	190 € (+15 € carte Tessier)

Vous n'avez pas pu participer à la formation ?

Il est possible de venir à un séjour en tant que simple accompagnant pour découvrir l'activité. Pour cela, prenez contact avec nous.

Skieur en situation de handicap ?

Apprenez à skier en autonomie ou en Kartski

Si vous le souhaitez, vous pouvez suivre des cours dispensés par des moniteurs ESF lors de nos week- ends et séjours. Vous apprenez à skier en autonomie, en kartski ou perfectionnez votre pratique.
Contactez-nous pour en savoir plus.

Le calendrier des sorties handiski

Les sensations de la glisse en duo

Dates	Destination	Durée
Samedi 17 et dimanche 18 janvier	Peyragudes (65)	2 jours
Samedi 24 janvier	Porté-Puymorens (66)	1 jour
Samedi 7 et dimanche 8 février	Peyragudes (65) et Superbagnères (31)	2 jours
Samedi 21 et dimanche 22 février	Peyragudes (65) et Piau-Engaly (65)	2 jours
Samedi 28 février et dimanche 1er mars	Peyragudes (65) et Piau-Engaly (65)	2 jours
Du vendredi 13 au lundi 16 mars	Grand Tourmalet (65) Barèges-La Mongie	4 jours
Samedi 21 mars	Peyragudes (65)	1 jour

Première journée ski avec UMEN ?

Bénéficiez d'un tarif réduit (-25%) pour découvrir l'activité.

Les tarifs des séjours

	Skieur en fauteuil-ski	skieur	
		accompagnant	pilote
1 jour	160 €	72 €	48 €
2 jours	287 €	129 €	86 €
4 jours	574 €	258 €	172 €

Tarif réduit de 25% pour les étudiants, les bénéficiaires du RSA, de l'ASS et du minimum vieillesse.

La randonnée hivernale

Le plaisir de la rando en raquettes (ou en Joëlette)

Plateaux enneigées ou sentiers de montagne.

Lors des sorties rando d'hiver, la randonnée en raquettes à neige est privilégiée.
Néanmoins, en cas d'enneigement insuffisant, on s'adapte et la randonnée se fera en Joëlette.

La randonnée en raquettes

Randonneurs valides ou en situation de handicap moteur ou sensoriel, partagez les plaisirs de la montagne au rythme de la marche en raquettes à neige.
Si vous ne pouvez pas ou avez des difficultés à marcher, vous êtes assis sur un fauteuil-ski, tracté par 4 ou 5 raquettistes valides. Si vous êtes en capacité de marcher et êtes porteur d'un handicap moteur ou sensoriel, nous évaluerons votre capacité à randonner en binôme avec un raquettiste valide.

Zoom sur la Joëlette

La Joëlette est un fauteuil tout terrain qui permet à des personnes en situation de handicap d'accéder aux milieux ruraux et montagnards.

Elle est pilotée par 3 à 4 marcheurs désireux de partager le plaisir de la randonnée et qui garantissent le confort et la sécurité du randonneur assis.

Calendrier des sorties

Une activité sportive encadrée et accessible à tous où priment l'entraide et la convivialité.

Dates	Lieu	Durée
Dimanche 25 janvier	Chioula (09)	1 jour
Samedi 14 février	Beille ou Chioula (09)	1 jour
Dimanche 22 mars	Plateau de Beille (09)	1 jour

Les tarifs des journées

	Randonneur en fauteuil-ski	Marcheur en situation de handicap	Randonneur pilote
1 jour	92 €	78 €	28 €

Tarif réduit de 25% pour les étudiants, les bénéficiaires du RSA, de l'ASS et du minimum vieillesse.

Première sortie avec UMEN ?

Bénéficiez d'un tarif préférentiel à -25 % et de l'adhésion gratuite pour découvrir l'atmosphère de la randonnée en raquettes. Un avant goût qui, on l'espère, vous donnera envie de revenir !

Notre séjour handiski Loisirs Adaptés

Pilotes, grâce à vos talents, permettez à des personnes en situation de handicap intellectuel de goûter au plaisir de la glisse.
Le pôle Loisirs Adaptés* d'UMEN organise un séjour de sports d'hiver. Pendant trois jours et grâce aux fauteuils-ski, les participants profitent des joies de la descente sur piste. Balade en raquettes, luge et jeux de neige sont également au programme.

Vous êtes à l'aise au pilotage du fauteuil-ski ?
Rejoignez l'équipe d'animateurs ! Nous avons besoin de pilotes de Dualski pour compléter l'équipe d'encadrement et permettre à ce séjour d'exister.
En tant que bénévole, votre séjour est entièrement pris en charge.

Dates	Lieu	Durée
Du samedi 31 janvier au **lundi** 2 février	Peyragudes (65)	3 jours

* Le pôle Loisirs Adaptés

Les séjours Loisirs Adaptés sont destinés à des adultes porteurs d'un handicap intellectuel qui ont besoin d'un accompagnement. Ils sont encadrés par une professionnelle, responsable du pôle, et des animateurs bénévoles. Découvertes et rencontres, les séjours sont pensés pour stimuler ou répondre à la curiosité de chacun dans un environnement sécurisant .

5 (très) BONNES RAISONS DE SKIER ET RANDONNER EN HIVER AVEC UMEN

TRANQUILLITÉ

Nos sorties sont sécurisées, organisées et encadrées par un professionnel formé à la pratique du handiski. Pensez simplement à votre équipement personnel, on se charge du reste !

CONVIVIALITÉ

Loin de la recherche de la performance, ce qui prime c'est la convivialité, la rencontre et le plaisir partagé de la montagne en hiver que ce soit sur les pistes ou lors des temps de vie collective.

MIXITÉ

Activités intergénérationnelles, adhérents d'ici et d'ailleurs, avec ou sans handicap, mélange des genres... Le respect de la singularité de chacun, c'est primordial. Ce qui nous réunit c'est notre passion de la montagne et des milieux naturels.

PARTAGE

Convaincus que nous avons tant à apprendre avec les autres, l'esprit de partage nous anime. Visibles ou invisibles, nos différences, ici on les on aime et on les cultive. C'est ce qui fait la force du groupe : testé et approuvé !

NATURE

Des séjours ski et raquettes de décembre à mars pour profiter de la montagne au rythme qui vous convient et dans le respect des espaces naturels.

Comment s'inscrire ?

1. **Contactez nous par mail pour vous préinscrire** à la ou les sorties de votre choix.
   Dans le cas d'une première participation, un échange téléphonique est essentiel pour vous connaître, parler du projet associatif et répondre à vos questions.

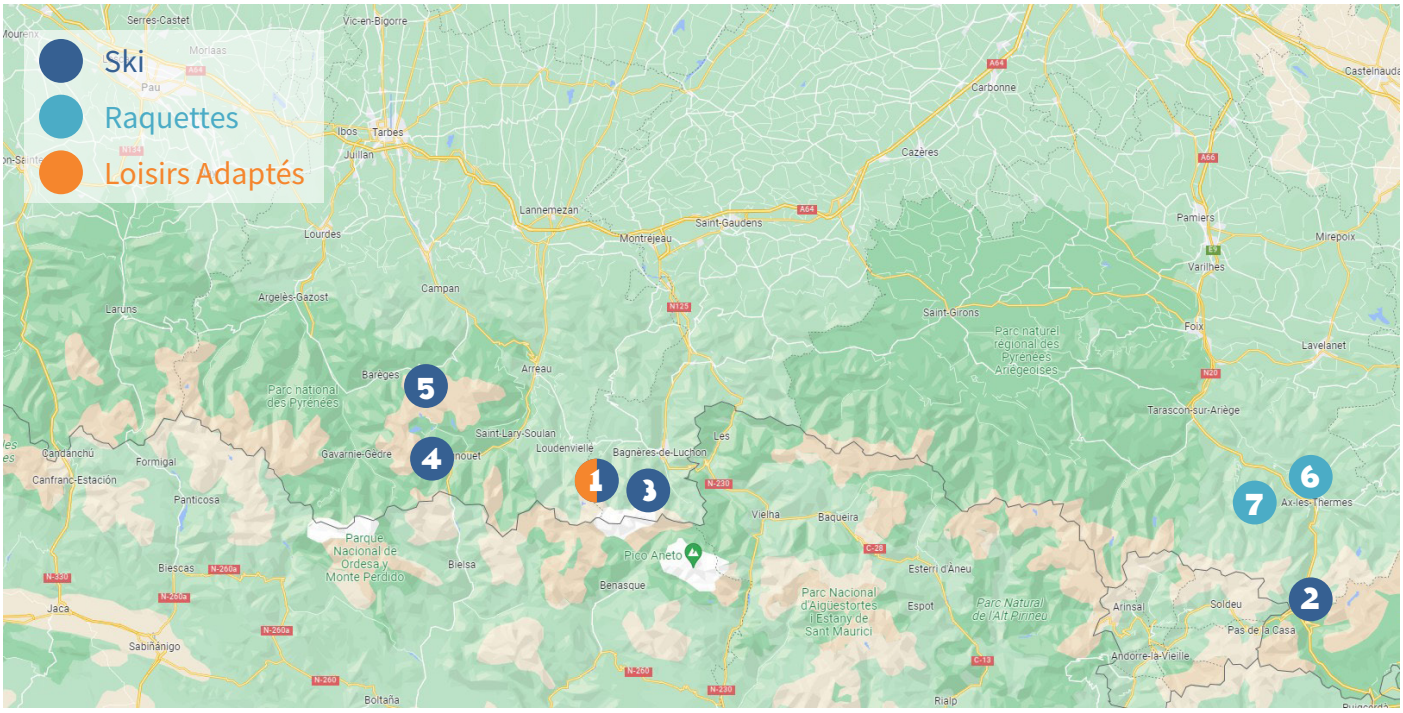
2. **Adhérez à UMEN** via votre **ESPACE ADHÉRENT** sur www.umen.fr et acquittez-vous de votre cotisation.
   L'adhésion est le point d'entrée à toute inscription.
   Si vous êtes en situation de handicap, remplissez votre dossier médico-social afin de nous permettre d'évaluer vos capacités à intégrer le séjour sélectionné.

3. **Lisez** attentivement les **CONDITIONS GÉNÉRALES** sur www.umen.fr et acceptez-les lors de votre adhésion en ligne.

4. Lorsque votre adhésion est finalisée, nous vous enverrons un **mail de confirmation d'inscription** avec les informations et les étapes à suivre (paiement, départ, etc.).

Plus d'information sur
www.umen.fr

La carte des stations



1 Peyragudes
2 Porté-Puymorens
3 Superbagnères
4 Piau Engaly
5 Grand Tourmalet
6 Chioula
7 Plateau de Beille

Les avantages adhérents

pour s'équiper à moindre coût, sur présentation de votre carte adhérent :

AU VIEUX CAMPEUR (Labège) :
15% de remise sur l'ensemble du magasin

À CHULLANKA (Portet/Garonne) :
20% de remise sur le rayon montagne 10% sur le rayon cycle.

contact@umen.fr www.umen.fr 05 62 24 18 18

UMEN - Univers Montagne Esprit Nature
Ateliers 31 - 28 rue Hermès - 31520 RAMONVILLE-ST-AGNE

UMEN est immatriculé au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le n°IM031160001