



**Entraînez et challengez vos équipes !**  
1600 m<sup>2</sup> dédiés à la pratique des sports collectifs & individuels :

***Train and challenge your teams!***  
*1600m<sup>2</sup> dedicated to team & individual sports:*

2 courts de tennis ■ 2 tennis courts

1 terrain de handball ou futsal ■ 1 handball or futsal court

3 terrains de volleyball ■ 3 volleyball courts

1 terrain de basketball ■ 1 basketball court

4 terrains de badminton ■ 4 badminton courts

1 terrain de rink hockey ■ 1 roller hockey rink

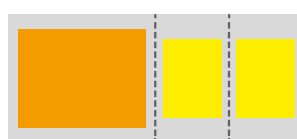
# Plateau sportif / Sports hall



## Une salle, 7 sports, 10 configurations / One hall, 7 sports, 10 configurations:



■ 2 courts de tennis  
2 tennis courts



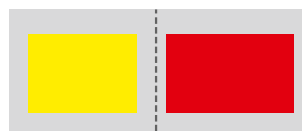
■ 1 terrain de basketball  
■ 2 terrains de volleyball (entraînement)  
1 basketball court and 2 volleyball training courts



■ 1 terrain de basketball  
■ 1 court de tennis  
1 basketball court and 1 tennis court



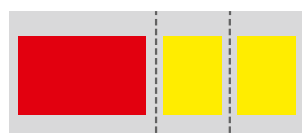
■ 1 terrain de rink hockey (entraînement)  
■ 1 terrain de volleyball (entraînement)  
1 roller hockey rink and 1 volleyball training court



■ 1 terrain de volleyball  
■ 1 court de tennis  
1 volleyball court and 1 tennis court



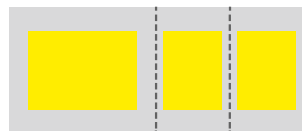
■ 1 terrain de rink hockey (entraînement)  
■ 2 terrains de volleyball (entraînement)  
1 roller hockey training rink and 2 volleyball training courts



■ 1 court de tennis  
■ 2 terrains de volleyball (entraînement)  
1 tennis court and 2 volleyball training courts



■ 1 terrain de rink hockey (entraînement)  
■ 1 terrain de tennis  
1 roller hockey training rink and 1 tennis court



■ 3 terrains de volleyball (dont 2 d'entraînement)  
3 volleyball courts (including 2 training courts)



■ 1 terrain de handball ou futsal  
■ 1 terrain de volleyball (entraînement)  
1 handball or futsal court and 1 volleyball training court

Également à votre disposition : 4 terrains de badminton sur moquette déroulable.

Also at your disposal: 4 badminton courts on pull-out carpet.

## Caractéristiques techniques / Technical information:

- Surface totale : 1600 m<sup>2</sup>, soit 24 x 67 m / Total surface area: 1600m<sup>2</sup>, i.e. 24 x 67m
- Sol technique Tarkett Sports / Tarkett Sports specialist flooring
- Vestiaires collectifs et individuels / Group and individual changing rooms
- Matériel à disposition : ballons, raquettes, chasubles, filets, petit matériel pédagogique / Equipment at your disposal: balls, rackets, bibs, nets, educational equipment.
- Vidéo-analyse (projet 2014) / Video-analysis (project for 2014)





## Battez des records !

900 m<sup>2</sup> dédiés à la pratique de l'athlétisme :

## *Time to break some records!*

*900m<sup>2</sup> dedicated to athletics:*

Piste de 80 m (sprint et haies) ■ *80m-long track (sprint and hurdles)*

Saut à la perche ■ *Pole vault*

Saut en longueur et triple saut ■ *Long jump and triple jump*

Saut en hauteur ■ *High jump*

Montée de corde ■ *Rope climbing*

Trampoline ■ *Trampoline*

# Zone d'athlétisme / Athletics zone



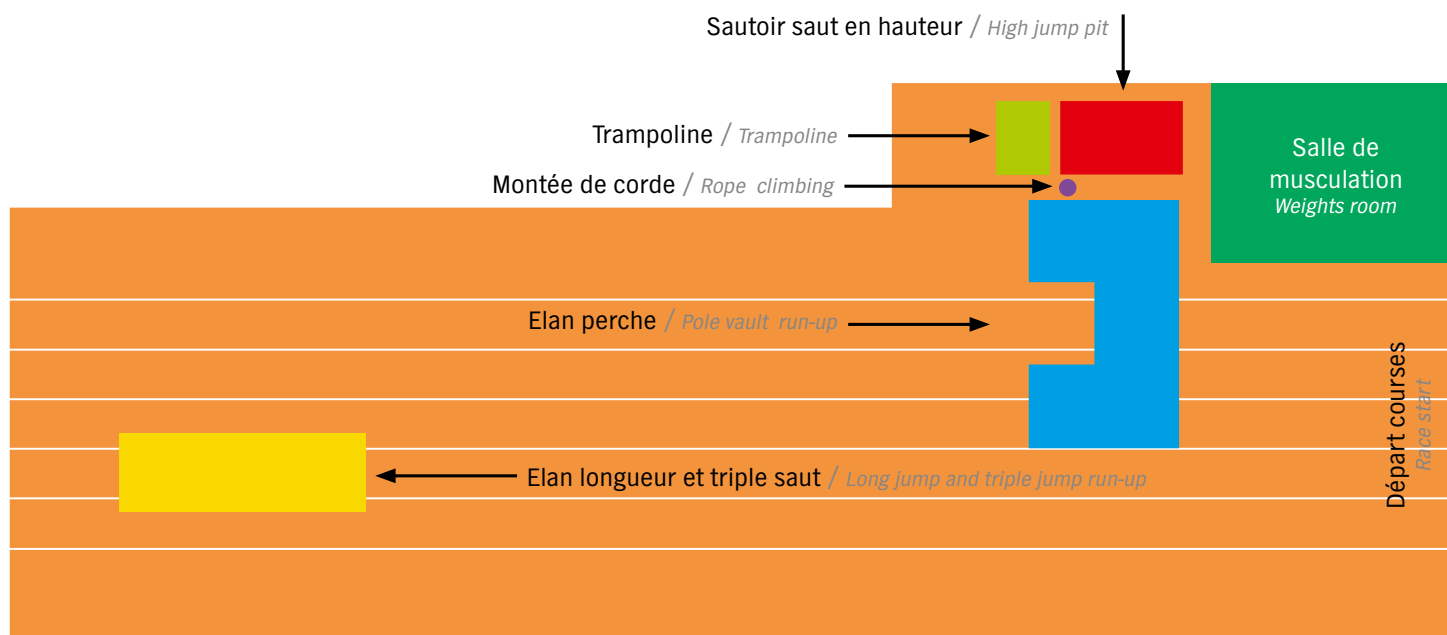
## Une zone, 5 couloirs, 6 sports / One zone, 5 lanes, 6 sports:

■ Piste d'athlétisme 5 couloirs pour le sprint et le saut de haies  
*Athletics track with 5 lanes for sprint and hurdles*

■ Sautoir pour le saut à la perche  
*Pole vault landing pit*

■ Fosse de saut en longueur et triple saut  
*Long jump and triple jump sand pit*

■ Sautoir de saut en hauteur  
*High jump pit*



Le dessin n'est pas à l'échelle / Drawing is not to scale

## Caractéristiques techniques / Technical information:

- Surface totale : 900 m<sup>2</sup> / Total surface area: 900m<sup>2</sup>
- Sol en tartan Résisport de chez FieldTurf Tarkett / FieldTurf Tarkett artificial floor
- Longueur totale de la piste d'athlétisme : 94 m / Total length of the athletics track: 94m
- Hauteur de plafond pour le saut à la perche : 8 m / Ceiling height for pole vault: 8m
- Fosse de saut en longueur et triple saut : 10 m / Long jump and triple jump pit: 10m
- Matériel mis à disposition : haies, starting blocks, bâtons relais, clap départ, petit matériel pédagogique / Equipment at your disposal: hurdles, starting blocks, relay sticks, start clap, educational equipment
- Proximité directe avec la salle de musculation / Right next to the weights room.
- Montée de corde 6 m / Rope climbing, 6m
- Vidéo-analyse (projet 2014) / Video-analysis (project for 2014)



## Optimisez la condition physique de vos athlètes !

Une salle de musculation de 115 m<sup>2</sup> équipée pour la PPG  
et l'entraînement en charge libre :

## *Optimise your athletes' physical condition!*

*A 115m<sup>2</sup> weights room equipped for physical preparation  
and free weights training:*

2 plateaux d'haltérophilie ■ 2 weight lifting areas

2 cages à squats ■ 2 squat racks

Machine à poulies ■ Adjustable pulley

Presse inclinée ■ Incline bench press

Machine à ischios ■ Hamstring machine

Bancs à DC etc. ■ Flat bench presses etc.



# Salle de musculation / *Weights room*



Matériel / <i>Equipment</i>	Marque / <i>Brand</i>
<b>Charges guidées / <i>Guided weights</i></b>	
Leg extension 135kg	GYM80 by LEPAPE
Seated leg curl 135kg	GYM80 by LEPAPE
Total him machine 105kg	GYM80 by LEPAPE
Variable high 85KG	GYM80 by LEPAPE
Station tower 3 x 135kg + 1 x 85kg	GYM80 by LEPAPE
Press bench	GYM80 by LEPAPE
Degree leg press 50 MM	GYM80 by LEPAPE
Multi rack	GYM80 by LEPAPE
Special twister adductor	GYM80 by LEPAPE
T Support 50MM	GYM80 by LEPAPE
T Support 50MM	GYM80 by LEPAPE
<b>Accessoires / <i>Accessories</i></b>	
Barres Olympiques (15 et 20 kgs) / <i>Eleiko Olympic bars (15 and 20kgs)</i>	Eleiko
Barre Olympique complémentaire	MF Sport
2 tonnes de poids(25, 25, 10, 15, 5, 2,5, 1,5, 1 et 0,5 kgs) <i>2 tons of Eleiko weights (25, 25, 10, 15, 5, 2,5, 1,5, 1 and 0,5kgs)</i>	Eleiko
Kettlebells (8, 12, 16, 20, 24 et 32 kgs) <i>Kettlebells (8, 12, 16, 20, 24 and 32 kgs)</i>	Eleiko
2 vélos	Precor
Plateau d'haltérophilie	Pallini

## Caractéristiques techniques / *Technical information:*

- Surface totale : 115 m<sup>2</sup> / *Total surface area: 115m<sup>2</sup>*
- Bac à magnésie / *Magnesia tray*
- Tous types de matériel PPG : tapis de sol, élastiques, cordes à sauter, fit balls, plots, lattes, cerceaux, haies, échelles etc.  
*All kinds of general physical preparation: mats, rubber bands, skipping ropes, fit balls, blocks, hoops, hurdles, ladders etc.*

## Mur d'escalade / *Climbing wall*



### **Dépassez vos limites !**

Un mur d'escalade homologué FFME pour :  
(Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade)

### ***Go beyond your limits!***

*A climbing wall which is officially recognized by the FFME  
(French Federation of Mountain Sports and Climbing) to:*

Organiser des compétitions de niveau national

■ *Organise national competitions*

Améliorer sa technique

■ *Improve your climbing skills*

Resserrer les liens entre collaborateurs

■ *Improve relations between your co-workers*

# Mur d'escalade / Climbing wall



## ■ HAUT NIVEAU / HIGH LEVEL:

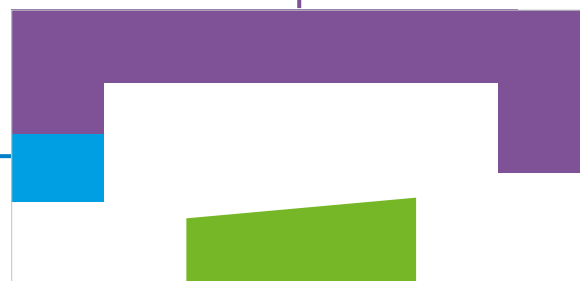
- 40 relais / 40 belay stations
  - 34 m de mur déployé / 34 metres long
  - 16 m de haut / 16 metres high
- Mur de vitesse / Speed wall

Possibilité de tracés de niveau 8 / Optional grade 8 routes  
Dévers à 6 et 8 m de haut / 6 and 8-metre-high overhangs



## ■ MUR D'INITIATION / INTRODUCTION WALL:

- 20 relais / 20 belay stations
- 8 m de long / 8 metres long
- 7 m de haut / 7 metres high



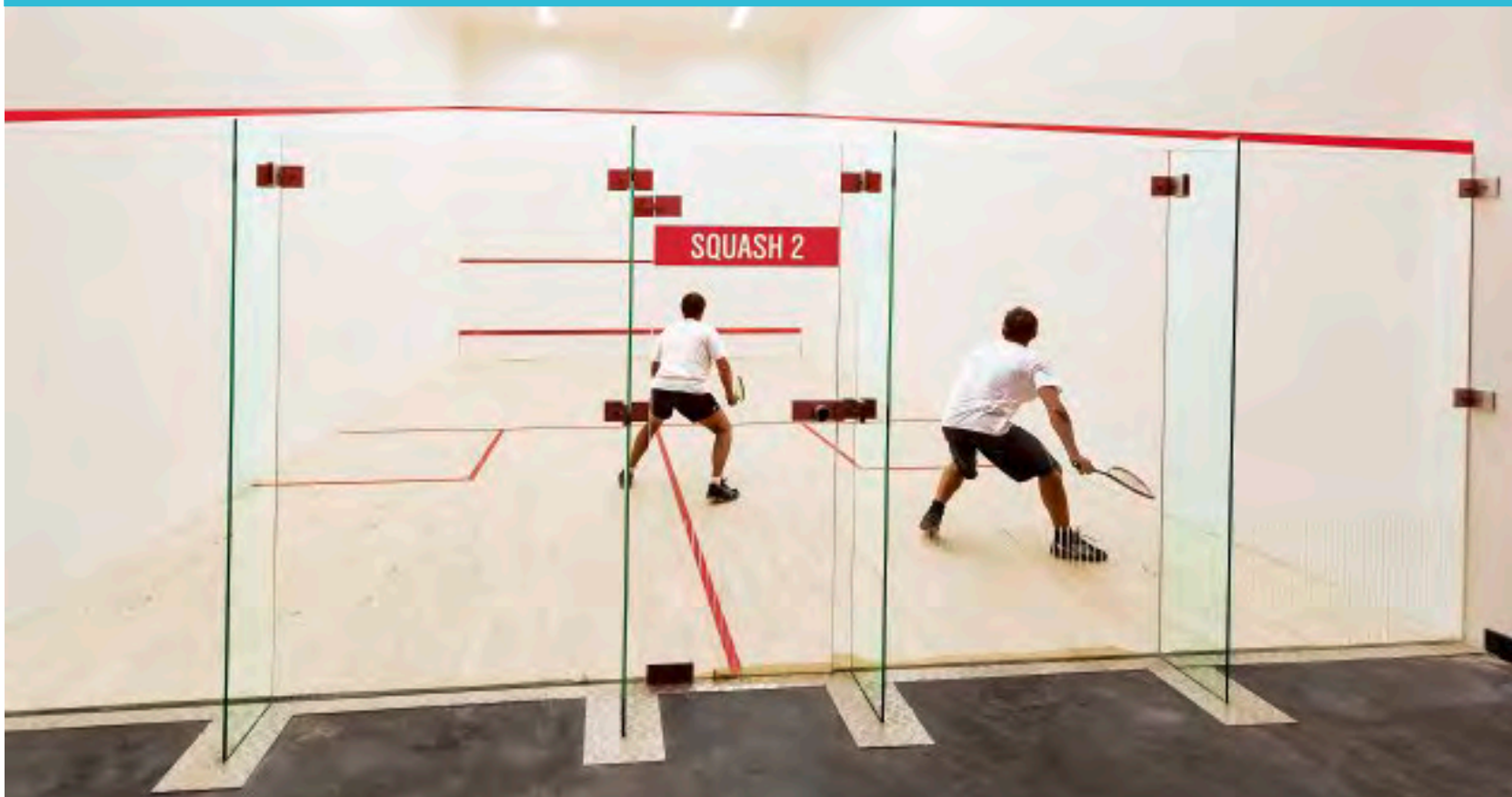
## ■ ESPACE PAN / TRAINING WALL:

- Idéal pour l'échauffement / Ideal warm-up area
- 9 m de long / 9 metres long
  - 3 m de haut / 3 metres high

## Caractéristiques techniques / Technical information:

- Mur homologué FFME / Wall officially recognised by the FFME ( French Federation of Mountain Sports and Climbing)
- Mur de la marque Entre'prises de type Mosaïk / 'Mosaïk' wall by Entre'prises
- 42 m linéaire / 42 metres long in total
- Un total de 47 relais / 47 belay stations in total
- Licence escalade ou assurance incluant l'escalade obligatoires / A special insurance for climbing is compulsory
- Matériel non fourni, sauf chaussons d'escalade / Equipment not supplied, except for climbing shoes





**Assouvissez toutes vos envies de sport !**

Cinq salles complémentaires pour toujours plus de sport :

***Satisfy your sports cravings!***

*Five additional rooms for sports lovers:*

Trois salles de squash homologuées



*Three officially-recognised squash courts*

Deux salles multisports



*Two multisports rooms*

Arts martiaux

*Martial arts*

Danse

*Dance*

Yoga

*Yoga*

Stretching

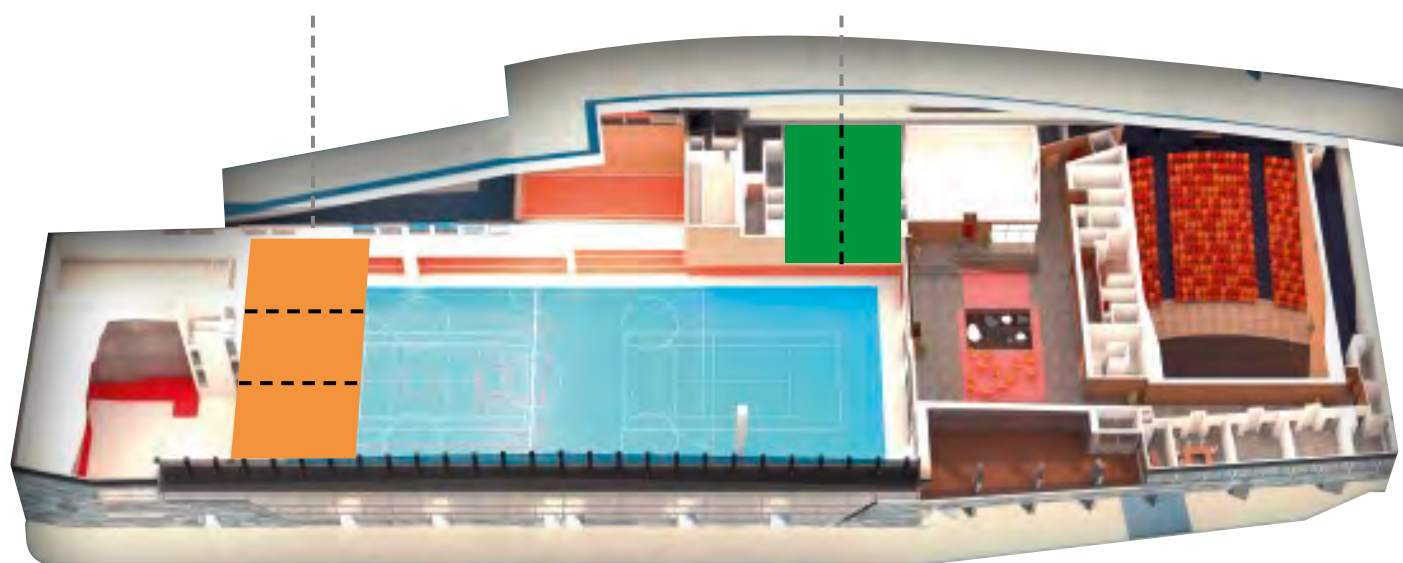
*Stretching*

# Salles de squash et salles Multisports / *Squash courts & Multisports rooms*



Trois salles de squash homologuées (niveau -1)  
*Three officially-approved squash courts (level -1)*

Deux salles multifonctions avec cloison amovible (niveau +1)  
*Two multi-purpose rooms with removable partition (level +1)*



## Caractéristiques techniques / *Technical information:*

- Surface des salles multifonctions : 84 m<sup>2</sup> et 80 m<sup>2</sup> (transformable en une seule salle de 164 m<sup>2</sup>), avec 3.20 m de hauteur sous plafond / *Total surface area of the multi-purpose rooms: 84 m<sup>2</sup> and 80 m<sup>2</sup> (or one 164 m<sup>2</sup> room), with a ceiling height of 3.2 m*
- Matériel mis à disposition : tatamis de compétition (160 m<sup>2</sup>), petit matériel pédagogique / *Equipment at your disposal: tatami mats suitable for competitions (160 m<sup>2</sup>) educational equipment*
- Pré-équipé en son et sono mobile / *Pre-equipped with sound and a mobile PA system*
- Barre de danse et miroir dans les deux salles / *Dance barre and mirror in both rooms*
- Eclairage variable (100% ou 50%) / *Variable lighting (100% to 50%)*
- Terrains de squash homologués / *Officially-recognised squash courts*



## **Elaborez vos stratégies !**

13 salles de réunion tout équipées qui s'adaptent à vos besoins pour :

## ***Work on your strategies!***

*13 fully-equipped meeting rooms, which can be adapted to suit your requirements:*

Fédérer vos équipes autour de nouveaux axes stratégiques

■ *Unite your teams with a new strategic focus*

Renforcer la motivation de vos commerciaux

■ *Motivate your sales team*

Stimuler la créativité de vos collaborateurs

■ *Inspire creativity amongst your colleagues*

Favoriser l'intégration de nouvelles recrues





■ *Facilitate the smooth integration of new staff members*



# Salles de réunion / Meeting rooms

13 salles de réunion modulables de 14 à 188 m<sup>2</sup> pour organiser vos réunions et séminaires :

13 adjustable meeting rooms (from 14 to 188 m<sup>2</sup>) for your meetings and seminars:

Salles Rooms	Surface m <sup>2</sup>	Dimensions L x l					Debout Standing
<b>Salle principale / Main room</b>							
- E. Grospron 1	90	12 X 7,50	62	36	20	24	76
- E. Grospron 2	51	7 X 7	36	20	12	16	44
- E. Grospron 3	47	7 X 6	32	18	12	16	40
- E. Grospron 2 + 3*	98	13 X 7	68	38	20	24	84
- E. Grospron 1 + 2 + 3	188	14,50 X 13	130	74	26	34	160
<b>Salles de sous commission / Secondary rooms</b>							
- C. Merle	14	5 X 2,50	10	6	8	10	12
- K. Rolland 1	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- K. Rolland 2	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- K. Rolland 1+2*	30	5 X 6	20	12	10	14	24
- S. Bompastor 1	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- S. Bompastor 2	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- S. Bompastor 1+2*	30	5 X 6	20	12	10	14	24
- F. Landreau 1	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- F. Landreau 2	15	5 X 3	10	6	8	10	12
- F. Landreau 1+2*	30	5 X 6	20	12	10	14	24
- K. Rubis	19	5 x 3,50	14	8	8	10	16
<b>Annexes / Annexe rooms</b>							
- G. Chicherit	80	6,50 X 11	56	32	18	22	68
- D. Deschamps	84	7 X 11	58	34	18	22	70

Se référer au plan de la fiche « Espace lounge » / Refer to the "Lounge area" card

\* Cloisons amovibles / Removable partitions

## Caractéristiques techniques / Technical information:

- Salles équipées de chaises et tables / Rooms equipped with tables and chairs
- Internet haut débit WiFi et Ethernet / High-speed internet and Wi-Fi
- Vidéoprojecteur et pré-équipement son et audioconférence dans chaque salle principale / Video projector and pre-equipment with sound and audio conference in every main room
- Ecran TV dans chaque salle de sous-commission / TV screen in every secondary room
- Vidéoprojecteur en option dans les salles annexes / Video projector in option in the annexe rooms
- Equipement supplémentaire à la demande : paper-board, service d'impression en WiFi, estrades / Additional equipment available on request: paper boards, wireless printing service, platforms
- Prises aux murs et au sol / Plug sockets on the walls and floors
- Lumière naturelle / Natural light
- Mise à disposition de blocs-notes et bouteilles d'eau / Notepads and bottled water at your disposal



## Offrez-vous un espace d'échanges à la hauteur de vos projets !

Un auditorium de 384 places assises, idéal pour :

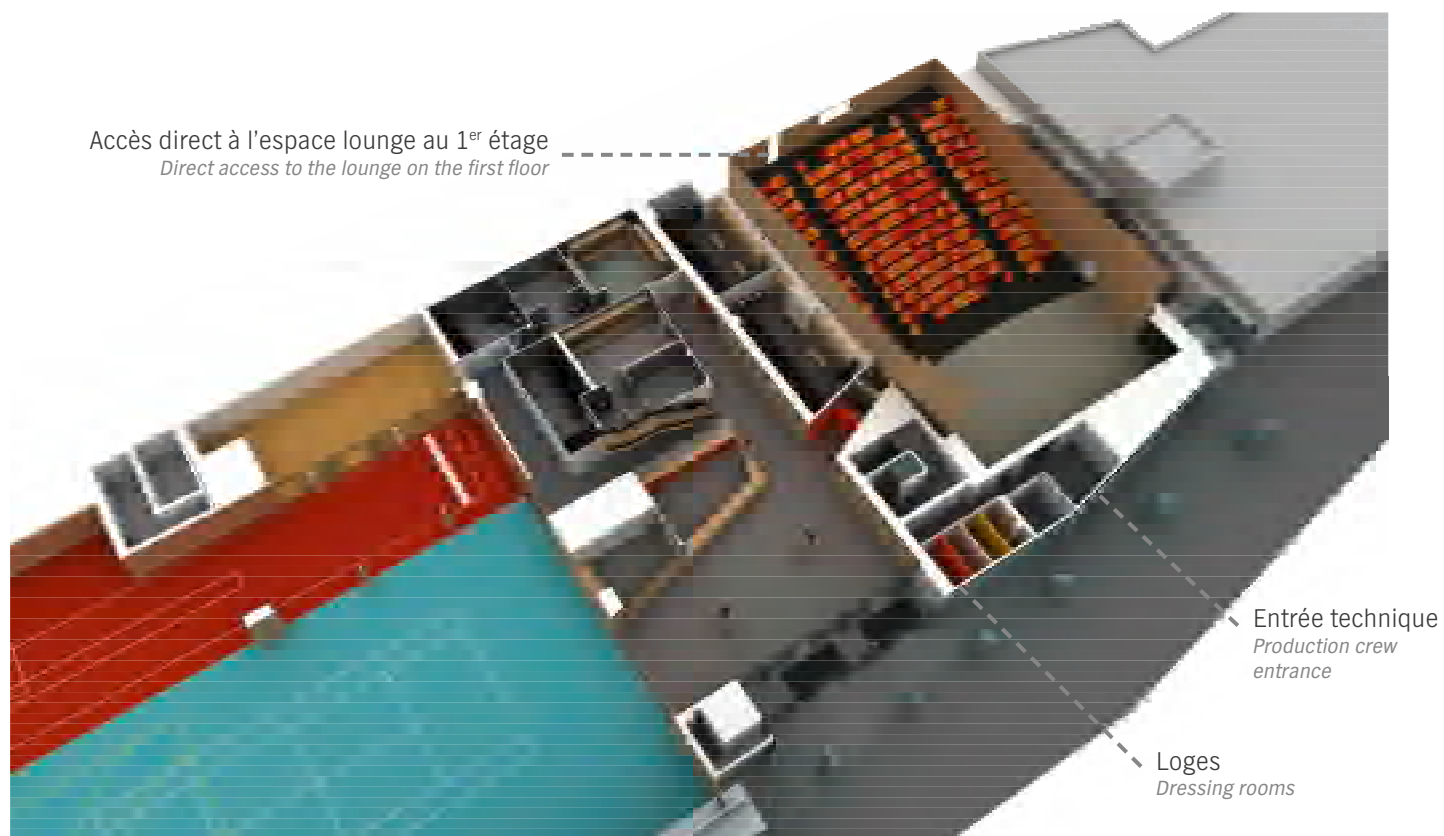
## *Take advantage of a meeting space that will bring your projects to life!*

*Our 384-seat auditorium is ideal for:*

- Vos conférences ■ *Conferences*
- Vos congrès ■ *Congress*
- Vos projections ■ *Screenings*
- Vos spectacles ■ *Shows*
- Vos événements etc. ■ *Events etc.*

# Auditorium / *Auditorium*

Un auditorium de 384 places assises dernière génération pour accueillir vos événements d'importance :  
*A state-of-the-art auditorium with 384 seats to host your key events:*



## Caractéristiques techniques / *Technical information:*

- Capacité : 384 places assises / *Capacity: 384 seats*
- Sièges équipés de tablettes / *Seats equipped with pull-down tables*
- Pré-équipé en son / *Pre-equipped sound system*
- Pont lumière au niveau des gradins et de la scène / *Stage and tier lighting*
- Vidéoprojecteur / *Video projector*
- Taille de l'écran : 10 x 5 m / *Screen size: 10 x 5 m*
- Matériel à disposition : micros, pupitres, estrade etc. / *Equipment available: microphones, stands, stage etc.*
- 2 loges / *2 dressing rooms*



## Configuration concert / *Concert hall*

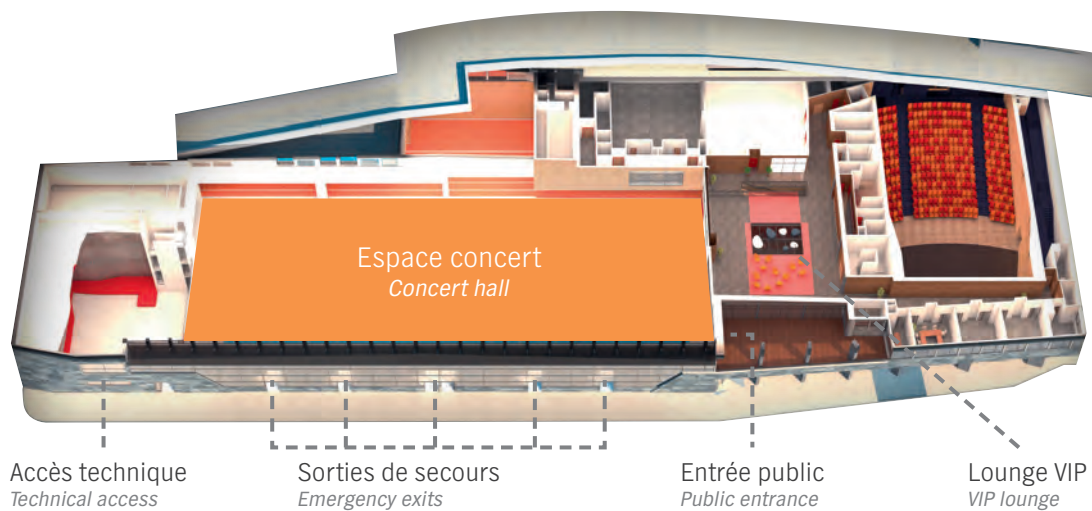


**Organisez vos manifestations  
artistiques et culturelles**  
dans un cadre atypique à 2100 m d'altitude :

***Host your cultural and artistic events***  
*in this unique setting at 2100m:*

- Concerts ■ *Concerts*
- Spectacles ■ *Shows*
- Soirées de gala ■ *Gala events*
- Salons professionnels ■ *Professional shows*
- Expositions etc. ■ *Exhibitions etc.*

# Configuration concert / *Concert hall*



## Caractéristiques techniques / *Technical information:*

- Régie son et coffret lumières (Prises P17 – 32 A mono en façade \*3 et jeu de barres)  
*Sound production and lighting console (P17 32A Mono front-facing triple sockets and busbars)*
- Plateau scénique de 100 m<sup>2</sup> / 100m<sup>2</sup> stage
- Capacité de la salle : 5 000 personnes debout / *Room capacity: 5 000 people standing*
- Lounge avec vue sur le concert / *Lounge area with view on the concert hall*
- Occultation totale possible / *Total darkness achievable*
- Une entrée technique 2,4 x 3 m / *2.4 m x 3 m production crew entrance*
- Charge d'exploitation maximale 500kg/m<sup>2</sup> / *Maximum working load: 500kg/m<sup>2</sup>*
- Hauteur maxi 8 m / *Maximum height: 8m*

## Espace lounge / Lounge area



### Organisez vos réceptions dans un cadre privilégié !

Un espace lounge, bar et terrasse avec vue sur le lac pour accueillir :

### *Host special events in an extraordinary setting!*

*A lounge area, bar and terrace with a view of the lake where you can host:*

- Coffee Break ■ *Coffee break*
- Cocktails ■ *Cocktail parties*
- Événements VIP ■ *VIP events*



# Espace lounge / Lounge area

Offrez un moment de convivialité à vos collaborateurs, partenaires ou clients dans un cadre exceptionnel, face au lac de Tignes :  
*Offer your colleagues, partners and clients the chance to meet in this unique lakeside setting in Tignes:*



## Caractéristiques techniques / Technical information:

- Mobilier à disposition : tables hautes et basses, tabourets, chaises, canapés, fauteuils / *Furniture available: tables, chairs, sofas, armchairs*
- Ecrans TV LED / *LED TV screens*
- Espace cuisine adapté au travail d'un traiteur (chambre froide, évier etc.) / *Kitchen area for caterers (cold room, sink etc.)*
- Ouverture du bar sur demande / *Bar area available on request*
- WiFi / *Wi-Fi*

# Notre savoir-faire à votre service

Notre équipe Groupes & Séminaires et Entraînement en altitude vous propose tous les services d'une agence réceptive classique **sans aucun frais**.

## Un service clé en main !

Nous vous offrons un **SERVICE SUR-MESURE**, adapté à vos besoins, avec la garantie d'un **SEUL INTERLOCUTEUR** sur votre dossier de A à Z.  
Nous organisons pour vous : le **TRANSFERT** depuis la gare ou l'aéroport, l'**HÉBERGEMENT** et la **RESTAURATION**, les **FORAITS** de ski et la **LOCATION DE MATÉRIEL** et les **ACTIVITÉS** ou **SOIRÉES** insolites et fortes en sensations.

## Classique ? Top incentive ? Haut de gamme ?

Nous définissons ensemble l'esprit que vous souhaitez donner à votre séminaire et organisons vos journées, studieuses ou déjantées !



## Si c'est bon pour eux, c'est bon pour vous !

Ils nous ont fait confiance :



Ils s'entraînent à Tignes :



## Une envie ? Une idée ? Contactez-nous !

Groupes et Séminaires – Tignes Développement – Tel : +33 (0) 4 79 40 26 79 – Email : [groupes@tignes.net](mailto:groupes@tignes.net) – Web : [www.tignes.net](http://www.tignes.net)