



Du 14 au 15/03/26

Les Sept Laux Le Pleyonet

> Revival 2026

🕒 Du samedi 14 au dimanche 15 mars 2026. Sous réserve de conditions météo favorables. 📍 Le Pleyonet

€ Gratuit. Forfaits non compris.

Vivez un week-end Revival Multiglisses mémorable ! Slaloms endiablés, rides sans limite et tests exclusifs de monoski et skwal vous attendent, le tout dans une ambiance électrisante. Qui sera sacré M. ou Mme Fun sur le slalom ?

☎ 04 76 08 17 86

Dimanche 15/03/26

Les Sept Laux

> Xspeed Ski Tour

🕒 10h-16h 📍 Piste de ski : Crêt granier

€ Gratuit.

Savez-vous à quelle vitesse vous skiez ? Venez le découvrir grâce au radar mis en place dans la station. Dévalez la piste le plus vite possible en toute sécurité.

☎ 04 76 08 17 86

Lundi 16/03/26

Les Sept Laux Prapoutel

> Initiation à la Carabine Laser

🕒 10h-12h 📍 Place du Tabac

€ Gratuit. 🧑 À partir de 8 ans

Tel un biathlète, maîtrise ton souffle avant de tirer. Précision laser et fun garantis ! Une expérience sportive unique t'attend !

☎ 04 76 08 17 86

Mardi 17/03/26

Les Sept Laux Prapoutel

> Après-midi jeux de société

🕒 15h-17h 📍 Salle Polyvalente - Centre 7 - Etage 0

€ Gratuit. 🧑 À partir de 8 ans

Partagez un moment convivial autour de jeux de société ! Que vous soyez en famille, entre amis, seul ou en groupe, venez les découvrir ou redécouvrir !

☎ 04 76 08 17 86

Mercredi 18/03/26

Les Sept Laux

> Cocktail des Cimes x Haribo

🕒 11h 📍 Au sommet du télésiège Eterlou

€ Gratuit. Offert par l'office de Tourisme. Il faut être muni d'un forfait de ski.

Venez savourer la boisson chaude du jour et découvrir notre bar à Haribo tout en profitant d'un panorama exceptionnel !

☎ 04 76 08 17 86

Les Sept Laux Prapoutel

> Blind Test

🕒 17h-18h30 📍 Salle Polyvalente - Centre 7 - Etage 0

€ Gratuit.

Testez vos connaissances en musique et cinéma ! Seul, en famille ou entre amis, amusez-vous tout en défiant votre culture pop !

☎ 04 76 08 17 86

> Tiki se balade !

🕒 Mercredi 11 février 2026. Mercredi 18 février 2026. Mercredi 25 février 2026. Vendredi 6 mars 2026. Mercredi 11 mars 2026. Mercredi 18 mars 2026. Mercredi 25 mars 2026. Sous réserve de conditions météo favorables.

€ Gratuit.

Tiki, la mascotte des 7 Laux, se promène sur la station. Tu auras peut-être la chance de croiser cet écureuil étourdi et malicieux. Profites-en pour faire une photo avec lui !

☎ 04 76 08 17 86

Jeudi 19/03/26

Les Sept Laux Prapoutel

> Initiation à la Carabine Laser

🕒 14h-16h 📍 Place du Tabac

€ Gratuit. 🧑 À partir de 8 ans

Tel un biathlète, maîtrise ton souffle avant de tirer. Précision laser et fun garantis ! Une expérience sportive unique t'attend !

☎ 04 76 08 17 86

Vendredi 20/03/26

Les Sept Laux Prapoutel

> Loup garou

🕒 15h-16h30 📍 Salle Polyvalente - Centre 7 - Etage 0

€ Gratuit. 👤 À partir de 8 ans

Rejoignez nous pour une soirée Loup Garou ! Ambiance conviviale et fun garantie !

Devenez loup-garou ou chassez les créatures de la nuit dans un jeu de stratégie. Qui serez-vous ? La proie ou le prédateur ?

📞 04 76 08 17 86

> A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...

... 29/03/26

Les Sept Laux Prapoutel

> Les Vitrites Mystères

€ Gratuit.

Envie de vous challenger ?

Des énigmes vous attendent dans les vitrines de vos commerçants, tentez de les résoudre !

📞 04 76 08 17 86

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Les Sept Laux Prapoutel

> Scène ouverte - La Planque

🕒 19h-0h lundi 📍 La Planque

€ Accès libre.

Le bar La Planque t'accueille chaque lundi jusqu'à la fin de la saison pour ses scènes ouvertes. Viens avec ton instrument, tes platines ou simplement ta voix, et impose ton style ! On met à ta disposition un système son et un micro.

📞 06 50 13 30 68

TOUS LES MERCREDIS

Les Sept Laux Prapoutel

> Soirée karaoké - La Planque

🕒 19h-0h mercredi 📍 La Planque

€ Accès libre.

Le bar La Planque t'ouvre ses portes chaque mercredi jusqu'à la fin de la saison pour des soirées karaoké. Viens partager ta plus belle voix ! Que tu chantes en solo ou accompagné, l'essentiel est de passer un super moment ensemble.

📞 06 50 13 30 68

TOUS LES DIMANCHES

Les Sept Laux Prapoutel

> Matinée huîtres - La Planque

🕒 10h-15h dimanche 📍 La Planque

Tous les dimanches, retrouvez-nous au bar La Planque pour savourer de délicieuses huîtres accompagnées d'un verre, le tout dans une ambiance musicale chaleureuse !

📞 06 50 13 30 68

PRAPOUTEL

Les 7 Laux

LES ACTIVITÉS

TAUPI CAMP

Un village de jeux de parcours et de manipulation, labyrinthe en bois, tyrolienne, etc... De 4 à 12 ans. En accès libre

TÉLÉSIÈGE DES BOUQUETINS & TÉLÉSIÈGE DES CHAMOIS

Point de vue à 1550m à 1950m. 9€ la montée.

ESPACE NORDIQUE DE BELDINA

Véritable trésor nordique avec 5 pistes de ski de fond et 4 sentiers raquettes balisés et sécurisés. Chalet d'accueil avec location de matériel et restauration. Infos au 04 76 08 71 75.

DANS LES AIRS

PREVOL

Envolez-vous pour une expérience unique en parapente et admirez des paysages à couper le souffle. Sur réservation au 04 76 08 38 71.

ENVIE D'AILES

Prenez le départ pour un vol inoubliable à bord de l'ULM de votre choix.

Sur réservation au 07 82 86 14 40.

BIEN-ÊTRE

BÉDINA SPA

Offrez-vous une parenthèse de plénitude au Bédina Spa, dans un espace de détente : hammam, sauna, jacuzzi, bassin à jets, massages et soins esthétiques sont à votre disposition.

Sur réservation au 04 76 40 41 42.

MASSAGES EN BELLEDONNE

Massages bien-être et sportifs, adaptés à vos besoins et sans contrainte de déplacement.

Sur réservation au 07 67 13 23 80.

RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES

ALP'IN

Pascal vous fait découvrir la montagne en journée et en nocturne. Sur réservation au 06 76 12 80 48.

ENJAMBÉE SAUVAGE

En raquettes ou à pied, Sarah vous propose des randonnées au départ de Prapoutel, Pipay ou d'ailleurs. Sur réservation au 06 52 48 23 28.

THOMAS SÉRAMOUR

Accompagnateur en montagne, Thomas vous emmène découvrir la montagne autrement. Sur réservation au 07 61 07 35 33.

COURS/STAGES & ATELIERS

ESF - ÉCOLE DU SKI FRANCAIS

Cours collectifs et particuliers, ski alpin, snowboard, ski de randonnée, ski de fond, télémark, « All mountain », descente aux flambeaux.

ESI - ÉCOLE DE SKI INTERNATIONALE

Cours collectifs et particuliers, ski alpin, nordique, snowboard, hors-piste, ski de randonnée, raquettes, guide de haute montagne, Blue Night Family, yoga raquettes

EASY RIDERS - ÉCOLE DE SNOWBOARD

Cours collectifs et particuliers, freeride, sécurité avalanche, Riglet Burton Park

SLASH - ÉCOLE DE SNOWBOARD

Cours collectifs et particuliers, coaching freeride & freestyle, randonnées, split board, formation sécurité.

Bureau d'Information Touristique PRAPOUTEL

OUVERT TOUS LES JOURS

Période vacances scolaires et week-ends :

9H-17H30

Période hors vacances scolaires :

9H-12H30 et 13H30-17H30

Tél : 04 76 08 17 86

Mail : office.les7laux@les7laux.info

40 allée des terrasses

38190 PRAPOUTEL / Les 7 Laux

LES 7 LAUX

www.les7laux.com



Les7Laux



@les7laux