

ORGANISATION DE LA SAISON 2023 -2024

Veillez prendre le temps de lire ces lignes attentivement :
Ne déposer les feuilles d'inscription ski qu'après le 15 septembre 2023

1 – GENERALITES

Les sorties de Ski ALPIN et de Snowboard auront lieu à Super Lioran le samedi après midi. Elles s'adressent aux skieurs de tous niveaux à partir de 7 ans, (enfants, adolescents et adultes). Elles se dérouleront tous les samedis à compter du 3 décembre 2023 sauf pendant les vacances scolaires en fonction de l'ouverture de la station et de l'enneigement.

- Niveaux de ski : tous niveaux à partir de 7 ans (enfants nés avant le 31 décembre 2016)
- Groupes de ski : Adultes - Enfants - Adolescents.
- Niveaux de snowboard : niveau débutant (âge : minimum : 10 ans) - niveau pratiquant
- Groupes de snowboard : tous niveaux à partir de débutant

Rassemblement : Départ à 12h35 et 12h 45 au plus tard à la ZI de Sistrières à côté de l'hôtel AURENA à AURILLAC

Où à Vic-sur-Cère : terrain de sports vers 12h 50

Retour : 17h 20 à Vic sur Cère et 17h 45 à AURILLAC

Quelques consignes pour le bon fonctionnement des sorties :

- Il est important d'être à l'heure pour amener les enfants au point de rendez vous et pour les récupérer en fin d'après midi.
- Nous demandons aux enfants de se tenir correctement tout au long des trajets en car.
- Arrivée au Lioran vers 13h 30 : chaque skieur récupère ses chaussures et ses skis. (Les enfants doivent être capables de chausser seuls leurs chaussures de ski) les snowboarders vont louer leur matériel avec leur moniteur (magasin la godille intersports : location pour l'après midi : 8 €).
- Les moniteurs accompagnent les participants jusqu'à la prairie des Sagnes.
- Le ski ou le snowboard se déroule de 13h 45 jusqu'à 16h 50 par groupes de niveaux. 2 ou 3 moniteurs par groupes de niveau faible.
- Le goûter sera consommé à l'extérieur du car avant le départ du Lioran.
- Départ du car vers 17h 10.

2 – CONDITIONS DES SORTIES**Les tarifs proposés comprennent :**

Le transport, l'adhésion au club, les forfaits remontées mécaniques (sauf pour les adultes), la licence UFOLEP (assurance multisports), l'encadrement par des moniteurs UFOLEP OU FFS, l'initiation au slalom et slalom géant, le passage des tests de ski, l'adhésion au club.

Pour les jeunes : 8 sorties aux dates indiquées ci-dessous en fonction de l'enneigement.

Pour les adultes : 8 sorties + forfait ski groupe : **25,50 €**, à régler à chaque sortie.

DATES DES SORTIES (possibilités) : 8 dates en fonction de l'enneigement 3, 10 DECEMBRE 2023 – 13, 20, 27 JANVIER 2024 – 3, 10 FEVRIER – MARS éventuellement le 2 puis les 9 – 16 – 23.

Les 2 premières sorties pour les débutants et débutants débrouillés sont fortement recommandées pour ne pas freiner le groupe dans sa progression.

Si vous ne pouvez venir à une sortie, essayez de nous prévenir, merci.

3 – INSCRIPTIONS

- soit par courrier à l'adresse du club
- soit aux horaires d'ouverture du secrétariat (www.la-cantalienne.fr)

Pensez à amener un certificat médical pour la pratique du ski (obligatoire)

4 – Paiement : pour tous jeunes ou adultes : à l'inscription, chèque retiré dès la 1^{ère} sortie

Responsables : François Marquet : 04 71 48 87 82 – 06 89 09 25 79 ou Philippe Onno : 06 31 15 62 56

La décision d'annuler les sorties est prise le vendredi soir ou parfois le samedi matin si la météo est changeante :

Nous vous invitons donc à visiter le site de la Cantalienne :

www.la-cantalienne.fr rubrique section ski

ou téléphoner au 04 71 48 96 08

4 - TARIFS 2023 - 2024

Pour tout le monde (enfants et adultes) : **adhésion : 40 € - assurances : 30 €** payées une seule fois pour toutes les activités de la Canta : gym, basket, natation, ski, petits loups ou sport santé.

	<u>Enfants de 7 ans – 18 ans</u>	<u>Total enfants</u>	<u>Adultes</u>	<u>Total Adultes Sans forfait ski</u>
<u>Enfants de 7 ans à 18 ans</u>	<u>Activités ski ou surfs : 90 €</u>	40 € + 30 € + 90 € = 160 € <u>Adhésion + transport + Assurance + forfaits ski + Encadrement</u>	Activité : 63 € <u>Sans le Forfait</u>	40 € = 30 € + 63 € = 133 € <u>Adhésion + transport + Assurance + Encadrement</u> <u>forfait : 25,50 € à chaque sortie</u>

MATERIEL : Chaque participant s'occupe de son matériel : bourse aux skis ou location

Une bourse aux skis, surfs + vêtements est organisée dans les locaux du club au gymnase de la Jordanne dans la salle Jean Dimon **le Samedi 18 Novembre 2023** ; vous pouvez déposer du matériel : skis – chaussures – vêtements ou acheter du matériel. Nous devrions avoir + de matériels enfants que les autres années....avant de louer, venez voir à la bourse ... les prix sont très corrects.

POSSIBILITE DE LOCATION A LA SAISON (SKIS ET CHAUSSURES)
COUPON LOCATION AU CLUB (04-71-48-96-08) dans plusieurs magasins sur Aurillac: intersport ou au Lioran : la godille intersport

Des aides peuvent vous être accordées : **Pass cantal** etc

Rappel :

Les skis doivent être des skis paraboliques et ils doivent être fartés pour pouvoir glisser surtout chez les débutants.

Les bâtons et les skis seront mis dans des housses avec l'inscription du nom de l'enfant dessus : 7 à 8 € en moyenne.

Les chaussures seront dans des sacs plastiques ou des housses QUI SE FERMENT avec le nom dessus.

L'inscription aux sorties implique la capacité de gérer son matériel et la circulation en groupe aux remontées mécaniques.

Le port du casque est obligatoire pour les mineurs.

Attention : Si votre enfant passe au poste de secours au Lioran ; il faut par précaution toujours faire une déclaration d'accident auprès du bureau de la Cantalienne, le plus tôt possible, c'est-à-dire avant 5 jours. Cette déclaration doit être faite par les parents.

Quine de la Cantalienne : Vendredi 24 novembre 2023 à la halle de Lescudilliers à Aurillac

SKI: NIVEAU TECHNIQUE : l'estimation du niveau de ski de votre enfant nous permet de la placer au mieux dans un groupe de son niveau. Nous jugerons de son niveau réel dès la première sortie.

- 1 - Je suis capable d'adapter mes virages à toutes les pentes et à toutes les neiges : glace et neige poudreuse.**

- 2 - Je suis capable d'adapter mes virages à toutes les pentes : rouges et noires à moyenne vitesse : oui -non – à grande vitesse : oui -non**

- 3 - Je suis capable d'enchaîner des virages sur pente moyenne à forte (piste rouge) : Remberter ou Mur des Gardes : en position équilibrée : oui -non --- à moyenne vitesse : oui -non -- à grande vitesse : oui -non**

- 4 - Je suis capable d'enchaîner des virages sur pente faible à moyenne (piste bleue) ; je prends le télésiège de la grande familiale et je descends la piste en virages**

- 5 - Je suis capable d'enchaîner des virages sur pente faible (piste verte) : je prends le tapis roulant du bas de la familiale et je descends la piste du bas de la familiale en virages.**

- 6 - Je commence à changer de direction sur pente faible : je sais prendre le petit tapis roulant des débutants, au Lioran, et descendre la petite piste des débutants à côté de la piste de luge.**

- 7 - Je ne sais pas skier (je n'ai jamais fait de ski ou 1 ou 2 sorties seulement).**

Mettre le niveau sur la fiche d'inscription