

ORGANISATION DE LA SAISON 2024 - 2025

Veillez prendre le temps de lire ces lignes attentivement :
Ne déposer les feuilles d'inscription ski qu'après le 15 septembre 2024

1 – Généralités :

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 7 décembre 2024 sauf pendant les vacances scolaires.

- Niveaux de ski : tous niveaux à partir de 7 ans (enfants nés avant le 31 décembre 2017)
- 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 : à **AURILLAC** : Départ à **12h35 et 12h 45** au plus tard : **ZI de Sistrières** à côté de l'hôtel **AURENA**

ou 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 snowboardeurs vont louer leur matériel avec leur moniteur (magasin la Godille Intersport : 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 17h10.

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 (assurances), 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 la météo et de l'enneigement.

Pour les adultes : 8 sorties + forfait ski groupe : **26.90 €**, à régler à chaque sortie.

DATES DES SORTIES ÉVENTUELLES : 8 dates en fonction de l'enneigement et de la météo
Possibilités : 7 – 14 DECEMBRE 2024 - 11 -18 -25 JANVIER 2025 - 1 -8 - 15 FEVRIER – 15- 22 MARS

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** : (dès que possible)

- soit par courrier à l'adresse du club
- soit aux horaires d'ouverture du secrétariat.

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 section ski : maintien des sorties, ou téléphoner au
04 71 48 96 08

4 - TARIFS 2024 - 2025

Pour tout le monde (enfants et adultes) : **Adhésion : 40 € + Assurances : 32 €**
payés une seule fois pour toutes les activités de la Canta : gym, natation, ski,
petits loup sauf basket et sport santé.

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

	<u>Enfants de</u> <u>7 ans – 18 ans</u>	<u>Total enfants</u>	<u>Adultes</u>	<u>Total Adultes</u> <u>Sans forfait ski</u>
<u>Enfants de 7 ans à 18</u> <u>ans</u>	<u>Activités ski ou</u> <u>surfs :</u> 95 €	40 € + 32 € + 95 € = 167 € <u>Adhésion +</u> <u>transport +</u> <u>Assurances + forfaits</u> <u>ski + encadrement</u>	Activité : 68 € <u>Sans le Forfait ski</u>	<u>Total : 140 €</u> <u>Sans le forfait ski :</u> <u>26.90 € à chaque sortie</u>

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

- Une bourse aux skis, surfs et vêtements est organisée dans les locaux du club, salle Jean Dimon au gymnase de la Jordanne **le Samedi 23 Novembre 2024** ; vous pouvez déposer du matériel : skis – chaussures – vêtements ou acheter du matériel. Nous devrions avoir + de matériel 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

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 15 novembre 2024 à 20h30 à la halle de Lescudilliers à Aurillac

SKI : NIVEAU TECHNIQUE : l'estimation du niveau de ski de votre enfant nous permet de le 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

