

**ORGANISATION DE LA SAISON 2022 -2023**

Veillez prendre le temps de lire ces lignes attentivement :  
Ne déposer les feuilles d'inscription ski qu'après le 15 septembre 2022

**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 3 décembre 2022 sauf pendant les vacances scolaires.

- Niveaux de ski : tous niveaux à partir de 7 ans (enfants nés avant le 31 décembre 2015 )
- 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 : AURILLAC : Départ à 12h35 et 12h 45 au plus tard : ZI de Sistrières à coté 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 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,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 : 23,90 € , à régler à chaque sortie .

- DATES DES SORTIES : 8 dates en fonction de l'enneigement : possibilités : 3 - 10 DECEMBRE 2021

7- 14 -21 – 25 - JANVIER 2023 - -25 FEVRIER 2023 – 4 – 11 18 25- Mars 2023 éventuellement ....

**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 le **2 décembre 2022**

**Responsables** : JM BOULARD : 04 71 47 77 45 –06 41 23 94 42 – F. Marquet : 04 71 48 87 82 –

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 :(répondeur)

#### **4 - TARIFS 2022 - 2023**

Pour tout le monde (enfants et adultes) : **Adhésion : 38 € - Assurance : 27 €**  
payés une seule fois pour toutes les activités de la Canta : gym , basket , natation  
, ski , petits loups .

	<b>Enfants de 7 ans – 18 ans</b>	<b>Total enfants</b>	<b>Adultes</b>	<b>Total Adultes Sans forfait ski</b>
<b>Enfants de 7 ans à 18 ans</b>	<b>Activités ski ou surfs : 88 €</b>	<b>38 € + 27 € +88 € =153 € Adhésion + car +Assurance +forfaits ski +Encadrement</b>	<b>Activité : 63 € Sans le Forfait</b>	<b>38€+27 €+63 €=128€  Adhésion +car +Assurance +Encadrement  forfait : 23,90 € à chaque sortie</b>

**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 : salle jean Dimon : gymnase de la jordanne **le Samedi 19 Novembre 2021** : 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 )**.

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 :**

**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

Vous pouvez remplir la feuille d' inscription

