

JOURNÉES DE DÉCOUVERTE PARA SKI ALPIN ADAPTÉ

JEUDI 9 MARS 2023

GOURETTE



*Laisir
découverte*



PROGRAMME

10h30 : Accueil des groupes devant la billetterie

11h30 à 13h30 : Cours ESF

13h30-14h00 : Repas

14h00 - 15h30 : Découverte de la course en parallèle ou Cours ESF

15h30 : Fin de la journée





LIGUE SPORT ADAPTE NOUVELLE-AQUITAINE

Maison Régionale des sports
2 avenue de l'Université 33400 TALENCE
Tel : 05 57 22 42 18
E-mail : secretariat@lsana.org



Talence le 17 janvier 2023,

Mesdames, Messieurs les Responsables des Associations du Sport Adapté,

En partenariat avec la **station de Gourette**, l'**Ecole de Ski Française** et le **Comité Départemental Sport Adapté des Pyrénées-Atlantiques**, la **Ligue Sport Adapté Nouvelle-Aquitaine** organise une :

Journée de découverte Para Ski Alpin Adapté Sport Adapté Jeunes (nés en 2002, 2003, et avant) **INTERRÉGIONAL**

JEUDI 9 mars 2023
Station de Gourette

PROGRAMME SPORTIF

- | | |
|---------------|--|
| 10h00 | - Accueil des groupes
- Location du matériel si besoin (Intersport – Gourette) – Voir tarifs sur la fiche d'informations
- Distribution des forfaits |
| 11h00 | Prise des remontées |
| 11h30 - 13h30 | Cours ESF – Espace débutants (4 niveaux de pratique avec 4 moniteurs ESF) |
| 13h30 - 14h00 | Pique-Nique issus de vos paniers ou repas au restaurant d'altitude (voir tarif sur fiche informations) |
| 14h00 - 15h30 | Initiation loisir à la course en parallèle (face à face) ou Cours ESF (1 moniteur) |

CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

- Les Licences 2022/2023 devront être à jour
- **Equipement véhicule obligatoire, remplir fiche d'inscription et fiche d'informations**
- Les inscriptions sont à retourner **avant le 3 mars 2023** à secretariat@lsana.org
- Journée limitée à **40 inscriptions**

Contacts : Anaïs Feillard (06-19-45-20-69) et Aline Agorrody (06-26-95-75-17)

Dans l'attente et au plaisir de vous rencontrer lors de cette journée, recevez, cher(e)s collègues, l'expression de nos sentiments sportifs les plus cordiaux.

Soutenu
par



Les organisateurs





LIGUE SPORT ADAPTE NOUVELLE-AQUITAINE

Maison Régionale des sports
2 avenue de l'Université 33400 TALENCE
Tel : 05 57 22 42 18
E-mail : secretariat@lsana.org



Informations importantes

Equipements :

- Prévoir des vêtements de ski : combinaison ou pantalon et manteau de ski
- Gants, bonnet et écharpe
- Boots ou baskets avec chaussures et chaussettes de rechange

Restauration :

Possibilité de prendre le repas au restaurant du Cairn qui est situé sur le plateau du Bézou, au niveau du secteur débutant. **A réserver sur la fiche d'inscription. A régler sur place par vos soins.**

Tarif : 15€/pers (plat, dessert, boisson)

Sinon vous pouvez amener vos propres pique-niques. Vous aurez la possibilité de les prendre sur la terrasse si le temps le permet ou à l'intérieur.

Location de matériel – Tarifs :

Pack complet (ski, bâtons, casque)

- Renseigner les besoins sur la fiche Location pour faciliter le passage en magasin
- Le paiement sera à effectuer directement par vos soins, sur place au magasin partenaire, Intersport Gourette

<u>7-12 ans</u> : 6.50€/pers
<u>13-17 ans</u> : 9€/pers
<u>Adultes</u> : 11.50€/pers

Groupes de niveau :

Afin de constituer des groupes de niveau pour adapter au mieux la prise en charge par les moniteurs/trices, nous constituerons des groupes de niveau

Niveau 1 : Je fais des virages avec les skis parallèles et maîtrise ma vitesse

Niveau 2 : Je fais des virages en chasse-neige

Niveau 3 : J'ai déjà skié 1 ou 2 fois

Niveau 4 : Je n'ai jamais fait de ski

A renseigner sur le **fiche d'inscription**

Informations « Course »

La course en parallèle de 14h à 15h30 est une course loisir avec un départ à deux, sur deux tracés identiques. L'objectif est d'initier les jeunes à la course dans des conditions ludiques.

Les niveaux 1, 2 et 3 peuvent y participer.

[Voir vidéo](#) en pj

Si les jeunes ne veulent pas y participer, possibilité de reprendre un cours ESF (inscription limitée)

Soutenu par



