



**TEFAL
SKI CLUB**

INSCRIPTION AU COURS 2019

Quand les 22 et 29 Novembre et le 6 décembre de 17H15 à 18H30

Où Salle TOURNETTE (Bâtiment U8 = CPOAC)

Pour PERSONNEL TEFAL et EXTERIEURS

- Un certificat médical **de moins de 3 ans est obligatoire** pour l'inscription
- La licence FSGT **est obligatoire** sauf pour les inscrits à l'Ourson
- Les cours ne sont remboursés en aucun cas, sauf sur présentation d'un certificat médical.
- Règlement par chèque uniquement : **Merci de prévoir 2 chèques**

Peuvent bénéficier du **tarif TEFAL** : Tout le personnel TEFAL SAS et GSE (CDI, CDD jusqu'à fin février), le conjoint et les enfants à charge. Le personnel de GSF, les Intérimaires et les stagiaires auront le tarif Extérieur.

Badge	NOM	Prénom	Date de naissance	Téléphone	Certif	Niveau acquis	Cours

Les Tarifs (€)

⁽¹⁾ Support 2,00 € inclus pour les packs 6 forfait

⁽²⁾ 6 aller/retour au prix de 5

TEFAL	Obligatoire				Options		
	Adhésion	Cours	Licence FSGT (4mois)	Licence FSGT (année)	Pack 6 forfaits ⁽¹⁾		Pack 6 Cars ⁽²⁾
					½ journée	Journée	
Enfant (2013 et 2014)	2	20	Facultative	Facultative	38,00	62,00	24,00
Enfant (2006 et après)	2	20	10,00	22,00	38,00	62,00	24,00
Ado (entre 2001 et 2005)	2	20	15,00	32,00	38,00	62,00	24,00
Adulte (2000 et avant)	2	20	20,00	38,00	89,00	98,00	24,00

EXTERIEUR	Obligatoire				Options		
	Adhésion	Cours	Licence FSGT (4mois)	Licence FSGT (année)	Pack 6 forfaits ⁽¹⁾		Pack 6 Cars ⁽²⁾
					½ journée	Journée	
Enfant (2013 et 2014)	6	70	Facultative	Facultative	56,00	92,00	35,00
Enfant (2006 et après)	6	70	10,00	22,00	56,00	92,00	35,00
Ado (entre 2001 et 2005)	6	70	15,00	32,00	56,00	92,00	35,00
Adulte (2000 et avant)	6	70	20,00	38,00	128,00	140,00	35,00

ORGANISATION DES COURS








Quand	6 samedis après-midi : 05-12-19-26 Janvier et 02-09 Février
Où	LA CLUSAZ CHAMP GIGUET Départ des cours à 13h30 précises et retour des cours à 16h
Transport	CAR Départ de Rumilly 11H30 – Alby/Chéran autoroute 11h40 – Annecy ZA de dessus le Fier 11h55 Véhicule personnel Prévoir du temps pour se garer et pour la location du matériel
Le Matériel	Il devra être en bon état et adapté à l'enfant Habillement également contrôlé et adapté à la météo
Présence	Les absences lors des deux premiers cours seront considérées comme des abandons pour ne pas perturber la progression des groupes
Remarques générales	La participation à un cours de ski n'exclut pas une certaine autonomie de l'élève et ne le place pas, pour l'exécution de l'exercice demandé, dans l'étroite dépendance du moniteur. L'élève doit donc veiller personnellement à sa propre sécurité et à celle des autres. La pratique du ski hors-pistes comporte un risque que l'accompagnement par un moniteur ne saurait faire disparaître.

Retrouvez les informations sur le club, les cours et les sorties sur :

<http://skiclubtefal.ski74.net/>

<http://facebook.com/TefalSkiClub>

Enfants 4 à 15 ans inclus

		Cours Ski	Cours Snow
	<p>OURSON 4ans (révolu le 1er Janvier) ou OURSON 5 ans</p> <ul style="list-style-type: none"> Evolution serpentée en virages chasse-neige, matérialisée par 4 à 5 piquets. Parcours facile de type nordique. Trace directe face à la pente terminée par un virage chasse neige. 	01 Ourson	
	<p>FLOCON</p> <ul style="list-style-type: none"> Enchaînement de 7 à 8 virages chasse-neige avec retour des skis parallèles. Trace directe élémentaire en travers de la pente sur une trajectoire + ou - rectiligne. Test d'équilibre en glissement face à la pente (petits sauts). 	02 Flocon	Snow 0
	<p>1ÈRE ETOILE</p> <ul style="list-style-type: none"> Sur Pente moyenne, enchaînement de virages élémentaires dérapés sur un parcours matérialisé. Pas tournants sur pente faible Trace directe en traversée skis parallèles (maintien de l'angle de prises de carres). 	1*	Snow 1
	<p>2ÈME ETOILE</p> <ul style="list-style-type: none"> Enchaînement d'une dizaine de virages élémentaires affinés, sur un parcours matérialisé. Dérapage en biais de base. Pas de patineur de base. <p>J'évolue sur des pistes vertes et bleues.</p>	2*	Snow 2
	<p>3ÈME ETOILE</p> <ul style="list-style-type: none"> Enchaînement d'une dizaine de virages de base imposés par 10 à 12 piquets, sur pentes moyenne. Feston simple de base. Trace directe perfectionnée en recherche de vitesse, terminée par un dérapage frein. 	3*	Snow 3
	<p>ETOILE DE BRONZE</p> <ul style="list-style-type: none"> Parcours non chronométré évalué sur les capacités en virages de base affinés, avec changement de rythme. Godille de base. Passage de bosses avec léger décollage. 	4 *	Bronze
	<p>ETOILE D'OR</p> <ul style="list-style-type: none"> Petit slalom type géant chronométré. Enchaînement technique réalisé en virages et godilles perfectionnés sur terrains variés. 	5 * d'or	
Trip Ado Freeride (12 à 15 ans)	J'ai l'étoile d'or, je veux évoluer sur pistes damées ou non, bosses, Snow Park et autres lieux pour découvrir d'autres facettes du ski.	6 Trip Ado	
Perf Ado (12 à 15 ans)	J'ai l'étoile d'or, je veux me perfectionner sur piste et m'initier au stade de slalom.	7 Perf Ado	
Adulte à partir de 16 ans			Snow
Classe Débutants	Se familiariser avec le matériel et la neige. Equilibre en glissement sur terrain lisse en pente faible. Contrôle de la vitesse par des trajectoires serpentés.	Classe 0 Ad	Snow Ad 0
Classe 1	Je maîtrise le chasse neige et évolue sur piste verte. Descente en évolution élémentaire. Trace directe niveau 2. Evolution élémentaire. Pas tournants glissés vers l'amont.	Classe 1 Ad	Snow Ad 1
Classe 2	Je dérape sans problème, je tourne en virage parallèle trace large. J'évolue sur des pistes bleues ou rouges. Je suis un skieur moyen. Descente en évolution de base. Trace directe niveau 3. Recherche des appuis par prises de carres. Evolution parallèle de base. Pas de patineur.	Classe 2 Ad	Snow Ad 2
Classe 3	Je tourne facilement avec les skis parallèles sur toutes les pistes à bonne vitesse. Je suis un bon skieur et souhaite évoluer en toute neige. Amplitude du mouvement vertical. Virage et godille affiné	Classe 3 Ad	Snow Ad 3
FREERIDE	Je suis un bon skieur et souhaite perfectionner ma technique et me frotter aux piquets	Classe 4 freeride	