

QUELQUES PRECISIONS

Stage de ski dans les Alpes à CHATEL
Du Samedi 15 février au samedi 22 février 2020

Pour l'après-ski, votre tenue (chaude) de départ suffira, voir cependant à être chaussé de bonnes chaussures montantes et imperméables (pour les visites en ville si neige).

Sur place au chalet, vous avez gratuitement accès aux tables de ping-pong, baby-foot, salle vidéo, salle de jeux de société. Evitez d'amener jeux et objets dont la valeur pourrait attirer les convoitises (genre iPad et cie ...).

Pour le contact avec les familles, le portable 06 12 95 39 13 sera à votre disposition. Les parents pourront aussi appeler sur celui-ci à compter de 20h00 au moment du souper.

Précision : pour le ski, des groupes de niveaux sont constitués, il est donc souhaitable que tous les participants à ces stages aient au moins skié au minimum 4 sorties avec le club, afin que les animateurs se fassent une idée de votre niveau et de ... votre personnalité.

Cette année, les plus jeunes stagiaires niveau 1ère étoile, **ainsi que les adultes**, pourront bénéficier d'un horaire de ski adapté qui sera fonction de l'âge et de la forme du moment (départ reculé et retour avancé). Enfin le groupe « compétition » est réservé aux seuls compétiteurs inscrits au club afin qu'ils aient une progression dans leurs séances d'entraînement, de plus seule la licence compétition couvre les skieurs dans le cadre d'un entraînement.

Les Parents voudront bien prévenir le club des blessures et gros bobos qui surviendraient à l'enfant entre le moment où celui-ci a été inscrit et le jour précédant le départ. Enfin il est vivement conseillé de s'entretenir par un « vrai sport » tout au long de l'année pour ne pas arriver à ce stage complètement ... fébrile !

Petite info : vous vous inscrivez à un stage de ski : pour améliorer votre technique et surtout pour **FAIRE DU SKI** ! Alors les veillées du soir style colo de la paroisse, ce n'est pas ... notre truc, aussi après une bonne journée sur les pistes, un souper reconstituant c'est dodo pour tous, dans le silence ! Pas de zumba en soirée non plus !



SKI CLUB
LUNÉVILLE



Stage de ski dans les Alpes à CHATEL
Du Samedi 15 février au samedi 22 février 2020



Ski-Club de Lunéville,

Maison des associations - 64 rue de Viller 54300 LUNEVILLE

Président : Gérard CHAROY – tél. 0612953913 – Mail : ggskiclub@sfr.fr

Site internet : <https://skiclubluneville.clubffs.fr>

Le stage est ouvert à tous les adhérents du ski-club de Lunéville titulaire de la licence FFS avec assurance

- ✓ Les enfants à partir de 7 ans avec autorisation parentale et niveau 1^{ère} étoile esf minimum ou flocon pour les élèves de l'école de ski 2019
- ✓ les adolescents et les adultes
- ✓ Les familles

LIEU DU STAGE :

CHATEL dans un hébergement typique et confortable : **LA CHAUX LOISIRS EN ABONDANCE**. Les chambres de 2 à 6 lits avec sanitaires. Sur place au chalet : tennis de table, bibliothèque, babyfoot, jeux de société, vidéo-télévision.

ENCADREMENT :

9 moniteurs fédéraux expérimentés et un moniteur BAFA pour l'après-ski et la vie courante.

PRESTATIONS :

Le prix du stage comprend :

- ✓ Les transports A/R en bus vers CHATEL ainsi que les navettes sur place.
- ✓ L'hébergement en pension complète (Petit-déjeuner amélioré, repas pique-nique le midi en salle hors-sac ou sur les pistes, un goûter au retour du ski et le diner).
- ✓ Le forfait ski-pass pour le domaine CHATEL Liberté

LE SKI :

6 jours de ski par groupe de niveau sur le domaine de CHATEL LIBERTE encadrés par les moniteurs diplômés FFS. C'est 130 kilomètres de piste et 70 remontées mécaniques pour tous les niveaux.

FORMALITES :

- ✓ Adhésion ski-club de Lunéville et licence FFS
- ✓ Bulletin d'inscription
- ✓ Chèque d'acompte de 150 euros à l'inscription
- ✓ A l'inscription : Autorisation de Sortie du territoire pour les mineurs à faire sur Internet (Cerfa 15646.01) et Fiche Sanitaire de Liaison (Cerfa 10008.02) à joindre impérativement avec la fiche d'inscription.
- ✓ AU départ : Carte VITALE et Mutuelle, Carte Nationale d'Identité (*vérifier la validité car la Suisse refuse les 5 années supplémentaires*)

TARIF et PAIEMENT :

Forfait par participant : 590,00 euros

Réduction accordée aux familles de 4 personnes et plus.

Le paiement peut se faire par numéraire, chèque bancaire ou chèque vacances.

Acompte de 150 euros à l'inscription. **Le règlement complet devra être fait avant le 15 janvier 2020.**

Départ :

Le samedi 15 février 2020, rendez-vous sur le parking de Monsieur Bricolage 6, rue Clément Ader à Moncel à 6h30 pour le chargement des sacs et matériel de ski.

Retour :

Le samedi 22 février 2020 vers 17h sur le parking de Monsieur Bricolage.

Divers :

- ✓ Chaque participant doit disposer de son propre matériel de ski (casque, ski en bon état, chaussure de ski... dans des housses adaptées et étiquetées)
- ✓ Un seul sac de vêtements par participant (voir paquetage en annexe)
- ✓ Contact lors du stage (après 20h00) **0612953913**
- ✓ Priorité aux participants de l'année passée jusqu'au 30 décembre 2019

PAQUETAGE

Stage de ski dans les Alpes à CHATEL

Du Samedi 15 février au samedi 22 février 2020

Vos affaires et **uniquement celles indiquées ci-dessous** (vérification sur place) seront du voyage. Skis, chaussures et bâtons, obligatoirement dans leur housse, à part du sac ci-dessous (évités les regroupements d'équipements qui sont trop lourds).

Dans un SEUL sac de sport :

- ✓ 1 combinaison de ski (ou veste et pantalon de ski). Attention aux vêtements trop petits !!!,
- ✓ 1 casque
- ✓ 2 paires de gants imperméables et chauds, (pas de moufles pour les plus petits),
- ✓ 2 paires de chaussettes de ski (**dépassant** la chaussure de ski pour éviter les frottements),
- ✓ 1 bonnet, 1 cagoule (sans pompon pour le casque), 1 stick lèvres, 1 protection solaire, un tour de cou.
- ✓ 2 polaires ou pulls chauds, (2^e et 3^e couche sous la combi),
- ✓ 2 caleçons longs et maillots grandes manches type Odlo ou Damart (première couche très chaude près du corps),
- ✓ 1 drap de bain, 1 pyjama,
- ✓ 1 paire de lunettes de ski et 1 masque, une casquette,
- ✓ 1 trousse de toilette et serviette (ne pas oublier les cotons tiges),
- ✓ x' sous-vêtements, 2 tee-shirts et 1 sweet et 2 chaussettes autres que celles qui serviront au ski,
- ✓ 1 petit sac à dos (petites affaires perso),
- ✓ 1 paire de charentaises (obligatoires pour la vie au chalet), -1 frontale ou lampe électrique,
- ✓ 1 doudou (pour ceux qui en ont besoin, les animateurs ne chantent pas de berceuses),

Bulletin d'inscription

Stage de ski à Chatel du 15 au 22 février 2020

Noms et prénoms du (des) participant(s) :

Adresse :

Téléphone : _____

Autorisation des enfants à se rendre seul(s) à Chatel : OUI NON

Noms et prénoms des parents : _____

Ci-joint chèque de _____ euros (minimum de 150 € par participant), le solde devant être réglé avant le 15 janvier 2020.

Fait à _____ le _____

Signature :

**Bulletin à retourner à
Ski Club de Lunéville**

Maison des associations – 64 rue de Viller 54300 LUNEVILLE