

PROGRAMMATION DES ACTIVITES - BIQUALIF SKI ALPIN HIVER 2023

2A-2MVC1	Mardi Aprem	Mercredi Journée	Jeudi ou Vendredi Aprem
Janvier/Février	SL	Tech-Péda puis SL	Tech-SL
Mars/Avril	SL	SL ou SL PRO	Snowboard

Stage d'une semaine snow du 16 au 20 janvier

1A-2MVC2	Lundi Journée	Mardi Matin	Vendredi Aprem
Janvier/Février	SL	SL	SL
Mars/Avril	SL (FF) ou GS (TT ok)	SL (FF) ou Tech-GS (TT ok)	SL (FF) ou Snow (TT ok)

Matériel conseillé en GS (Skis "Master"). Ex: Garçons : 183cm en 21m / Filles : 179cm en 19m

TA-1MVC3-TMCV4	Lundi Journée	Jeudi Matin	Vendredi Matin
Janvier/Février	SL (FF) ou Snow (pas 18 ans) ou Péda puis GS PRO (CP ou Eurotest)	Tech-SL (FF) ou TTTN H-P	SL (FF) ou GS
Mars/Avril	SL (FF) ou GS (Eurotest + pas 18 ans) ou Snow (CP)	SL (FF) ou Tech-GS	SL (FF) ou GS

FF= va au test technique / pas 18 ans= a le TT mais n'a pas 18 ans avant juillet 2023 / CP= ceux qui vont en CP entre janvier et juillet

Une journée d'initiation en ski de rando pour TA et TMCV4 fin mars

SECURITE MONTAGNE 2A/2MVC1 : formation DVA le 04/01/23 - Théorie le mardi 03/01 17h40

SECURITE MONTAGNE pour tous : **EVALUATION recherche mono-victime le 30/01/23 et le 01/02/23**

THEMATIQUES

SL	Entraînement en slalom spécial	Skis SL
GS	Entraînement en géant	Skis GS Master
Tech-Péda	Travail technique individuelle en s'appuyant sur classes déb, 1 et 2	Skis SL
SL PRO	Entraînement en slalom pro (portes de géant) sans protections	Skis SL
GS PRO	Entraînement en géant (tracé à 20m)	Skis GS Master
Snow	Perfectionnement individuel en snowboard	
Tech-GS	Travail technique individuelle : virage moniteur, descente libre (DL).	Skis GS Master
Tech-SL	Travail technique individuelle : virage moniteur, DL, godille expert	Skis SL
Péda	Perfectionnement individuel démo et mvts des classes déb, 1 et 2	Skis GS Master
TTTN H-P	Initiation tout terrain toutes neiges. Conduite groupe en hors-piste	<i>Pas de skis GS ni SL</i>

Remarque : en fonction des conditions météo et nivologiques, ce programme est susceptible d'être modifié.