



Section sportive de « Plein Air » du Ski-Club Barr – Saison 2019/2020



Des activités toute l'année

Le Ski-Club de Barr propose aux jeunes né(e)s entre 2005 et 2012 un programme d'activités sportives de plein air tout au long de l'année, dans des disciplines variées et propices au développement des capacités du skieur. En hiver, selon son niveau ou ses appétences, chaque jeune complétera ce programme avec celui de l'Ecole de Ski, ou celui du groupe Pré-Compétition Ski Alpin ou Ski Nordique.

L'objectif : étant de favoriser la progression physique et le développement des aptitudes du skieur. Aussi, le programme proposé est de caractère sportif, où une présence régulière et un engagement des jeunes est demandé. Il n'y a pas de règle absolue pour s'inscrire, c'est plutôt les aptitudes, l'autonomie et la motivation des jeunes qui est prise en compte et évaluée lors des 1ères séances.

Le programme de septembre 2019 à juin 2020

Selon les activités, les séances se déroulent les samedis de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h.

Dates	Activités
21/09, 28/09, 5/10, 12/10	Roller et course d'orientation
9/11, 16/11, 23/11 et 29/11	Développement des capacités du skieurs (équilibres, mobilité, vitesse ...)
16/05, 23/05, 30/05, 6/06	VTT
13/06	Activité ludique et aquatique (wake-board ou canoë)
20 et 21/06	Week-end au refuge du club du Gaschney : rando et escalade

Ce programme est complété par celui du groupe pré-compétition, avec un stage de ski sur glacier lors des vacances de la Toussaint, et les séances de ski dès début décembre.

TARIF : 180€ pour l'inscription à l'année

Le tarif inclus : l'adhésion au club, les transports des activités du samedi, les frais d'encadrement, Licence Carte Neige incluant les assurances, prêt de certains matériels.

Attention, la section est réservée aux jeunes qui s'inscrivent aussi pour l'hiver au groupe Pré-Compétition alpin ou nordique.

Attention, nombre de place limité

Séances de découverte samedi 21 Septembre RDV 9h30 devant l'église Catholique à Barr



Renseignements et inscription : www.ski-club-barr.fr ou via courriel contact@ski-club-barr.fr

SKI CLUB BARR . Affilié à la Fédération Française de Ski sous le n°14003