



***Le comité départemental de Ski de Paris organise***

# **Stage de préparation à la compétition TIGNES 20 au 25 octobre 2019**

**Avec** Sébastien HAMADOU      Moniteur ESF - Entraîneur national citadins  
Julien DAGAND                      Moniteur ESF - Entraîneur CS Tignes (*selon effectif*)  
Xavier LABICHE                      Moniteur ESF - Coureur FIS - Entraîneur fédéral  
Eric GINESTY                              Organisation générale et logistique

**Tarif** pour les licenciés des clubs du comité de Paris à jour de leur cotisation.

- 1) Formule interne : **710 €** pour les **6 jours** d'activités avec forfait RM, 7 nuits et repas
- 2) Formule externe: **410 € les 6 jours** avec forfait RM ou **45 €** par jour entraînement seul

Ce stage s'adresse à tous les coureurs des clubs du comité de Paris (et autres selon disponibilités), motivés par le ski alpin de compétition :

- Age minimum de **11 ans** pour les internes
- niveau flèche d'argent / chamois de bronze
- skieurs titulaires de la licence FFS Compétiteur 2020 validée (délivrée par les clubs)

**Rendez-vous sur place.** Un voyage en groupe sera étudié si nécessaire

Attention, le nombre de place est limité ; les inscriptions seront closes dès le quota atteint et ne seront définitives qu'à réception du dossier complet et du chèque correspondant.

Programme type de la semaine (indicatif)

- 19/10 : accueil participants dans l'après midi
- 20 au 25/10 : ski 8h30-13h, sport ensuite (préparation physique, sports co, natation, etc), correction vidéo, préparation du matériel
- 26/10 : départ

**Les inscriptions doivent être faites auprès du comité départemental, bulletin d'inscription dûment rempli, accompagné du montant global du prix du stage. Règlement à l'ordre du « Comité Départemental de Ski de Paris »**

Hébergement chalet Atlas, repas midi «le panoramique» (glacier) / soir «le rendez-vous» (possibilité repas pour les externes)



**Renseignements** auprès des clubs, de Eric Ginesty : [eric@rcf-ski.com](mailto:eric@rcf-ski.com)  
Jean-Paul Lefèvre : [jean-paul.lefevre@neuf.fr](mailto:jean-paul.lefevre@neuf.fr)

**Inscriptions à adresser à :** Eric Ginesty 18 rue du mail 75002 PARIS

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE SKI DE PARIS**