



DANS QUEL NIVEAU M'INSCRIRE ?

SKI DÉCOUVERTE

1

QUI ?

Le débutant "complet" qui n'a jamais fait de ski

OBJECTIF?

L'objectif du niveau 1 est la découverte des sensations de glisse et les premiers changements de direction en virage Chasse neige

2

QUI ?

Le skieur qui sait évoluer en chasse neige et qui a déjà fait 1 ou 2 séances.

OBJECTIF?

Etre à l'aise sur piste verte en utilisant Le virage Élémentaire : virage déclenché par une ouverture chasse neige puis conduit par un retour skis parallèles.



DANS QUEL NIVEAU M'INSCRIRE ?

SKI EXPÉRIENCE

3

QUI ?

Le skieur qui est à l'aise sur piste verte en réalisant un virage élémentaire en ramenant ses skis // en fin de virage, et sait évoluer sur piste bleue en contrôlant sa vitesse et sa direction.

OBJECTIF?

Etre à l'aise sur piste bleue en utilisant **le virage de base** : virage déclenché par une extension pivotée avec un planté de bâton et effectué skis //

4

QUI ?

Le skieur qui est à l'aise sur piste bleue en réalisant un virage ski // avec du jeu vertical (flexion pour contrôler ses skis et extension pour déclencher son virage) et sait évoluer sur piste rouge en contrôlant sa vitesse et sa direction

OBJECTIF?

Etre à l'aise sur piste rouge en utilisant: **le virage perfectionné** (rayon long et court).

5

QUI ?

Le skieur qui est à l'aise sur piste rouge en petits et grands virage sans déraper. Sait évoluer sur piste noire en contrôlant sa vitesse et sa direction.

OBJECTIF?

Etre à l'aise sur tous les terrains en utilisant tous les moyens techniques à sa disposition. **Le virage moniteur / carving**



DANS QUEL NIVEAU M'INSCRIRE ?

FREESTYLE

QUI ?

Accessible aux skieurs ayant validés le niveau 3

OBJECTIF?

Découverte ou approfondissement du freestyle
sur piste ou dans le snowpark.
