



DANS QUEL NIVEAU M'INSCRIRE ?

SKI DÉCOUVERTE

0

QUI ?

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

OBJECTIF?

L'objectif du niveau 0 est la découverte des sensations de glisse et les premiers changements de direction en virage Chasse neige

1

QUI ?

Le débutant qui a déjà réalisé 1 ou 2 séances **mais qui ne maîtrise pas** le Virage Chasse neige

OBJECTIF?

L'objectif du niveau 1 est de maîtriser le 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.



IN WHICH LEVEL DO I ENROL ?

SKI DÉCOUVERTE

0

WHO ?

The “complete” beginner who has never skied

GOAL ?

The level 0 goal is to discover ride’s feeling and the firsts changes of direction by the snowplough curve

1

WHO ?

The beginner who has already done 1 or 2 sessions **but who doesn’t master** the snowplough curve.

GOAL ?

The level 1 goal is to master the snowplough curve

2

WHO ?

The skier who knows how to manoeuvre with the snowplough curve and who has already done 1 or 2 sessions.

GOAL ?

Be comfortable on green slope by using the elementary curve : curve triggered by a snowplough opening then led by a return with parallel skis.



IN WHICH LEVEL DO I ENROL ?

SKI EXPÉRIENCE

3

WHO ?

The skier who is comfortable on green slope by using the elementary curve with taking his skis parallel back at the end of the curve, and who knows how to manoeuvre on blue slope while controlling his speed and his direction.

GOAL ?

Be comfortable on blue slope by using *the basic curve* : curve triggered by a spinned expansion with stick planted and performed with parallel skis.

4

WHO ?

The skier who is comfortable on blue slope by making a curve with parallel skis with vertical game (flexion to control his skis and expansion to trigger his curve) and who knows how to manoeuvre on red slope while controlling his speed and his direction.

GOAL ?

Be comfortable on red slope by using : *the sophisticated curve* (long and short radius).

5

WHO ?

The skier who is comfortable on red slope with short and large curves without skidding, and knows how to manoeuvre on black slope while controlling his speed and his direction.

GOAL ?

Be comfortable on all the grounds by using all the technical tools at his disposal. *The monitor curve / carving*



IN WHICH LEVEL DO I ENROL ?

FREESTYLE

WHO ?

Accessible for level 3 skiers

GOAL ?

Discovery or in-depth look of freestyle on slope or in the snowpark.
