



SAISON 2023/ 2024

Site internet :

lacblancskinordique.jimdo.com

Chers parents, chers amis,

Depuis bientôt 40 ans, la section du Club vosgien d'Orbey encadre des jeunes qui pratiquent le ski de fond. Voici le fonctionnement du club et des activités proposées.

❖ INSCRIPTIONS :

Peuvent s'inscrire au club, les enfants à partir de 6 ans désireux de pratiquer le ski nordique en loisir ou en compétition.

Afin de créer un esprit d'équipe, une réelle motivation et une participation assidue aux entraînements sont souhaitables.

Le LBSN est un club de sport, on vient donc aux entraînements pour pratiquer une activité sportive.

❖ ENTRAÎNEMENTS :

- le RDV est généralement donné sur le parking de l'école primaire d'Orbey.
- Pour tous renseignements pratiques avant les sorties (horaire, type d'entraînement et catégorie, maintien, annulation, matériel à prévoir, ...), et pour s'inscrire aux entraînements, consultez le site internet : lacblancskinordique.jimdo.com
rubrique « Entraînements » : cliquez sur « <https://lbsn.vaentrainement.fr/events> »

- SORTIES PRE-HIVERNALES (de septembre jusqu'à l'arrivée de la neige) :

1. Entraînement du mercredi après-midi : de 14h à 16h30-17h pour tous

- Pour les primaires et débutants : Roller
- Pour les collégiens et plus : Ski-roue, VTT, PPG, renforcement musculaire, ...

2. Entraînement du samedi après-midi : de 14h à 16h30-17h pour tous

- Pour les primaires et débutants : Préparation physique et technique sous forme d'activités sportives variées.
- Pour les collégiens et lycéens : Entraînement (endurance, renforcement musculaire, ski-roue, etc...)

- SORTIES SUR NEIGE :

Pour tous : primaires, collégiens et lycéens, les mercredis et samedis après-midi de 13h30 à 17h00 environ. Démarrage des entraînements dès que les conditions le permettront.

Dans tous les cas, il faut vous inscrire : "IN" si vous venez à l'entraînement et "OUT" si vous ne venez pas.

Cela nous permet de prévoir le déplacement en camionnette et le nombre d'encadrants nécessaires pour l'après-midi.

❖ COURSES et COMPÉTITIONS : ATTENTION Nouvelles Catégories

▪ CATEGORIES : par année de naissance

U 20 : jeunes nés en 2005 ou 2004	Participent aux courses de la catégorie U 20
U 18 - 2 ^{ème} année : lycéens en T ^{ale} nés en 2006 U 18 - 1 ^{ère} année : lycéens en 1 ^{ère} nés en 2007	Participent aux courses de la catégorie U 18
U 16 : lycéens en 2 ^{de} nés en 2008	Participent aux courses de la catégorie U 16
U 15 - 2 ^{ème} année : collégiens en 3 ^{ème} nés en 2009 U 15 - 1 ^{ère} année : collégiens en 4 ^{ème} nés en 2010	Participent aux courses de la catégorie U 15
U 13 - 2 ^{ème} année : collégiens en 5 ^{ème} nés en 2011 U 13 - 1 ^{ère} année : collégiens en 6 ^{ème} nés en 2012	Participent aux courses de la catégorie U 13
U 11 - 2 ^{ème} année : primaires en CM2 nés en 2013 U 11 - 1 ^{ère} année : primaires en CM1 nés en 2014	Participent aux courses de la catégorie U 11
U 9 - 2 ^{ème} année : primaires en CE2 nés en 2015 U 9 - 1 ^{ère} année : primaires en CE1 nés en 2016	Participent aux rencontres de la catégorie U 9 (non chronométrées)

Les U 7 (nés en 2017) et U 6 (nés en 2018) ne sont pas classés dans des catégories.

Un calendrier détaillé des différentes courses sera mis en ligne sur le site (Rubrique COURSES) dès que les dates auront été arrêtées sachant que la réunion de mise en place des courses sur le massif aura lieu mi-octobre.

- **Les Courses** pour les U15 et + (et sans doute pour les U13) ont lieu en général le dimanche matin.

Chaque jeune doit **s'inscrire** s'il souhaite participer à une course.



Si un jeune s'inscrit à une course, il doit y participer obligatoirement car le club lui paie son inscription. En cas de non participation, sans justificatif valable, il devra rembourser l'inscription.

- L'inscription à une course se fait par l'intermédiaire du **site** sur « <https://lbsn.vaentrainement.fr/events> » en début de semaine pour la course du dimanche suivant.

Dans tous les cas, il faut vous inscrire : "IN" si vous venez à la course et "OUT" si vous ne venez pas.

Cela nous permet de prévoir le déplacement en camionnette et de finaliser l'inscription sur la course.

❖ **Tir 10 m à la carabine à plomb (air comprimé) : En automne et au printemps**

Quelques entrainements ponctuels (2 fois par mois) pour les jeunes U 9 à U 13 (nés en 2011 à 2016)

Le mercredi ou samedi après-midi lors des entrainements en fonction des disponibilités des encadrants.

Il n'y a PAS de cotisation supplémentaire pour le TIR, mais si un jeune U9 ou U11 souhaite participer à une course de Biathlon, il faudra compléter sa licence de ski en prenant une licence compétiteur Biathlon (+ 20 €)

- ❖ **STAGES VACANCES** : Différents stages seront proposés aux jeunes pendant les vacances de la Toussaint, de Noël, de février et durant les grandes vacances. → *Les modalités seront indiquées en temps voulu.*

❖ **ENCADREMENT** :

- ✓ **Responsable ski de fond** : Thomas SCHMITT
- ✓ **Responsable biathlon** : Caroline ROBIEZ (Initiatrice biathlon)
- ✓ **Encadrants Biathlon** : Régine ANCEL – Laurence BERNAUER – Valérie CALONEGO – Bruno JEANNINGROS – Monique LIMON – Sandrine MICLO – Cédric SCHUSTER – Rachel et Antoine TRISTRAM – Catherine WERNER
- ✓ **Le jeudi après-midi** (avec la section ski du collège) : Rachel TRISTRAM
- ✓ **Le mercredi après-midi et le samedi après-midi** : Isabelle et Emmanuel PHILIPPS – Rachel et Antoine TRISTRAM – Jean-Marc CHEMIN – Pierre BOMMENSATT – Guy ANCEL – Catherine WERNER – Laurence BERNAUER – Bernard JUCHS – Denis et Gaby ANCEL – Thierry NOEL – Catherine POISSON – et des parents accompagnateurs !

Tous les parents sont les bienvenus pour l'aide au transport et l'accompagnement.

Les parents accompagnateurs peuvent participer aux entrainements et venir s'initier au ski nordique.

❖ **MATERIEL et Location** :

- Contre un **chèque de caution de 80 €** (jusqu'en U13), il sera prêté à votre enfant des skis « classique » des bâtons, des chaussures ainsi que, pour les plus grands, des skis « skate », et du matériel de ski-roue

Les enfants de la catégorie **U13-2^{ème} année (en 5^e)** devront faire **l'acquisition** de leur propre matériel pour pratiquer le **ski classique** (skis, chaussures). L'année suivante, **en 4^e**, ils devront s'équiper pour pratiquer le **skate** (skis, chaussures).

➤ La **veste** et la **combinaison** du club sont proposées à la **location pour la saison au prix de 30 €**.

Le chèque de caution sera détruit à la restitution du matériel, de la veste et de la combinaison qui devront être rendus en bon état.

- Comme nos jeunes collégiens grandissent vite, le club propose de louer les bâtons aux jeunes (à partir de U13-2 en 5^{ème}) car ils doivent souvent changer et prendre des bâtons plus grands au cours de la saison.

➤ Montant de la location pour **une paire de bâtons : 15 €** (pour 2 paires : 30 €)

- Les jeunes (ou adultes) qui doivent acheter du matériel (skis, bâtons, chaussures, fart, matériel de départage) pourront se renseigner auprès de Denis ANCEL ou d'Antoine TRISTRAM, qui s'occupent des commandes à des prix club intéressants.

Les plus grands peuvent **revendre leur matériel** trop petit (chaussures, skis) aux plus jeunes : **une bourse interne de matériel pourra être organisée le au chalet.**

⇒ **Pour préparer cette bourse et savoir qui ? vend quoi ? vous pouvez compléter la rubrique « Matériel » sur le site. La liste des articles à vendre sera mise en ligne.**

- Les collégiens débutants pourront, dans la limite des stocks disponibles, louer pour la saison leur matériel au club (80 €)

- Les adultes doivent venir avec leur propre matériel.

Contact Matériel : Denis ANCEL : 03 89 71 25 62 ou 06 82 84 19 69 ou ancel.denis@orange.fr
Antoine TRISTRAM : 03 69 79 01 37 ou 06 19 82 78 03 ou rachtony@neuf.fr

- ❖ **TENUE VESTIMENTAIRE:** Nous rappelons l'importance d'une tenue adaptée à la météo du jour (gants de ski nordique (pas de gants trop épais de ski alpin), bonnet, veste, petit sac avec boisson chaude, ...).

→ *N'oubliez pas de consulter la météo !*

- ❖ **CONDITIONS FINANCIÈRES :**

Cette année encore certains d'entre vous seront éligibles au Pass'Sport (réduction de 50 €) ; Si vous êtes concernés, il faudra apporter, pour l'inscription, le courrier avec le code réduction qui vous a été adressé par « Jeunesse et Sport » en Août.

- Ecoliers avec Licence Carte Neige : 175 € (+ 20 € si licence compétiteur Biathlon) + 30 € si location veste et combinaison + chèque de caution de 80 €
- Collégiens avec Licence Compétiteur et carte massif : de 175 € à 235 € en fonction de la catégorie + locations diverses (+ 30 € veste et Combinaison + 15 € ou 30 € bâtons) + chèque de caution de 80 € (jusqu'en U 13-2)
- Lycéens avec Licence Compétiteur 155 € + locations diverses (+ 30 € veste et Combinaison + 15 € ou 30 € bâtons) + 56 € (tarif réduit) pour la carte massif.
- Lycéens avec Licence Praticant 115 € + locations diverses (+ 30 € veste et Combinaison + 15 € ou 30 € bâtons) + 56 € (tarif réduit) pour la carte massif.
- Adultes : tout dépend du choix de votre licence + 56 € (tarif réduit) pour la carte massif.
- Inscription simple au club (sans licence, avec cotisation CVO) : 40 €



Prendre une licence au club, permet de bénéficier du tarif réduit (56 €) pour la carte massif.

La participation financière qui vous est demandée couvre la cotisation au Club Vosgien (20 €), le coût de la licence, le coût de la carte massif pour les collégiens, ainsi qu'une partie des frais de transport, de location de matériel, de fartage et de l'entraîneur salarié.

Si vous le désirez, vous pouvez étaler votre paiement en établissant 2 (ou 3) chèques datés du jour de leur signature, libellés à l'ordre du LBSN. Ces chèques seront encaissés mi-octobre (et mi-novembre) et début décembre.

Il faut se mettre d'accord avec la trésorière du club (Régine ANCEL) sur le montant des chèques.

VENEZ VITE REJOINDRE LES FANS DE FOND ET DE FUN !

Rendez-vous au chalet du Blancrupt **le samedi 23 Septembre 2023**

➤ **A 14 h** : réunion d'informations pour **TOUS**.

➤ **De 14h à 17h** pour les **parents** : Incriptions ou Réinscriptions

(en parallèle, Activités pour les jeunes)

La feuille tarif sera complétée **sur place mais n'oubliez pas d'apporter** (en les ayant complétées à l'avance) :

1) la **Fiche de renseignements** (taille, poids, pointure, numéros de téléphones, adresse mail,...)



Pour nous permettre de préparer à chacun le matériel à distribuer



Merci d'écrire **lisiblement** les numéros et adresses mail

2) le **certificat médical** stipulant la non contre-indication à la pratique du ski nordique et du **BIATHLON (OBLIGATOIRE)** même pour les séances ponctuelles d'initiation ou d'entraînement au Tir)

⇒ **Si pas de certificat BIATHLON, pas de tir !**

3) la **fiche sanitaire** complétée pour les CM2 - collégiens et lycéens.

4) l'**autorisation de tir** à la carabine signée par les **2 parents (OBLIGATOIRE)**

⇒ **Si pas d'autorisation des 2 parents, pas de tir !**

5) l'**autorisations FFS** (parentales pour mineurs et pour adultes)

Une seule fiche à compléter **par famille** (avec le nom de chaque licencié)

6) **le courrier** et **le code** qui vous a été adressé par « Jeunesse et Sport » attestant votre éligibilité au **Pass'Sport** (Réduction de 50 €)

7) **une photo d'identité**

(uniquement pour les **nouveaux** collégiens, lycéens, et adultes : permet d'établir la carte massif)



8) **connaitre les numéros de téléphone et adresses mail** (2 parents et jeunes)

9) **connaitre la taille, le poids et la pointure de vos jeunes** (si feuille de renseignements non complétée)

10) Avoir lu le **Règlement Intérieur**

➤ Pour ceux qui souhaitent vendre du matériel et afin d'actualiser la liste sur le site :
merci de me dire ce qui n'est plus à vendre.

N'oubliez pas la **Vente de Fromages** (livraison le 7 Octobre 2023) !

Commandes à rendre pour le samedi **30 Septembre** dernier délai pour le fromage
(23 Septembre pour les saucisses de Morteau)



Feuilles de commande sur la page d'accueil du site.

Merci à tous d'y participer, cette rentrée d'argent nous permet de commencer sereinement la nouvelle saison !

Pour toute question, vous pouvez nous contacter :

Catherine Werner cgwerner@orange.fr 03 89 86 50 36 ou 06 72 42 72 46

Antoine Tristram rachtony@neuf.fr 06 19 82 78 03