SECTION SNOWBOARD - SKI-CLUB SAINT-GERVAIS

REJOINS TON GROUPE !



Du fun, du ride, de la progression et une super ambiance pour tous les niveaux.

Voici nos formules :

PRE SNOW CLUB

Pour les primaires (5/10 ans)

➡ Idéal pour débuter et progresser !

💡 *GROUPE 1 (nés en 2021 ou avant)*
Tu débutes ou tu as déjà essayé mais ne sais pas tourner ou peu.

💡 *GROUPE 2 (nés en 2020 ou avant)*
Tu sais enchaîner des virages.

🏂 **Programme d'entraînement**

GROUPE 1 ET 2 :
1 entraînement par semaine
(1 x 3h) : samedi après-midi

UNIQUEMENT GROUPE 2 :
Vacances de Noël :
1 stage de 5 jours
Vacances de février :
1 stage de 5 jours
Programme à confirmer

SNOW LOISIR

Pour les collégiens et lycéens (11/17 ans)

➡ Le snowboard plaisir, sans pression, sur tous les terrains !

💡 *Tu rides piste, hors-piste, snowpark.*

🏂 **Programme d'entraînement**

1 entraînement par semaine
(1 x 3h) : samedi matin ou après-midi
Vacances de Noël :
1 stage de 5 jours
Vacances de février :
1 stage de 5 jours
Programme à confirmer

SNOW CLUB ROOKIE

Pour les primaires (7/10 ans - nés en 2019 ou avant)

➡ Pour les jeunes motivés qui veulent goûter à la compétition

💡 *Tu maîtrises déjà tous types de terrain.*

🏂 **Programme d'entraînement**

1 à 2 entraînements par semaine
(1 ou 2 x 3h) : mercredi après-midi (1 fois sur 2, cf. calendrier) et samedi matin ou après-midi
Vacances de Noël :
1 stage de 5 jours
Vacances de février :
1 stage de 5 jours
Programme à confirmer

SNOW CLUB COMPETITION

Pour les collégiens et lycéens (11/17 ans)

➡ Vivre l'expérience des courses et progresser en équipe !

💡 *Tu rides partout, prêt à te challenger.*

🏂 **Programme d'entraînement**

1 à 2 entraînements par semaine
(1 ou 2 x 3h) : mercredi après-midi (1 fois sur 2, cf. calendrier) et samedi matin ou après-midi
Vacances de Noël :
1 stage de 5 jours
Vacances de février :
1 stage de 5 jours
Programme à confirmer

SNOW CLUB PERFORMANCE

Pour les collégiens et lycéens (11/17 ans)

➡ Pour les plus engagés : entraînements renforcés

💡 *Ouvert en priorité aux jeunes en section sportive. Accord de l'entraîneur requis.*

🏂 **Programme d'entraînement**

2 à 3 entraînements par semaine
(2 ou 3 x 3h) : mardi après-midi, mercredi après-midi et samedi matin
Vendredi après-midi en + pour la section du Lycée du Mont-Blanc
Vacances de Noël :
1 stage de 8 à 10 jours
Vacances de février :
1 stage de 8 à 10 jours
Programme à confirmer

Entraînements physiques possibles durant l'automne avec la section ski (pour les 2018 à 2011)

Maison de Saint-Gervais - 17 rue du Mont-Blanc - 74170 Saint-Gervais
sc.saintgervais@gmail.com