

Stage de Noël 2018
Serre-Chevalier
Du 26 au 30 décembre 2018

Bonjour à tous,

Le stage de Noël 2018 sera la dernière préparation avant le début de la saison et la 1^{ère} étape GIRSA programmée les 05 et 06 janvier 2019 à Courchevel 1850.

Pour certains, le coup d'envoi sera donné un peu plus tôt, à l'occasion de la 1^{ère} Coupe de France des jeunes citadins aux Arcs les 15 et 16 décembre 2018.

Le comité de ski Cévennes/Languedoc, vous propose de participer au stage de Noël 2018. Cet événement concerne autant les membres de l'équipe du comité, que les compétiteurs de clubs qui souhaitent participer au circuit GIRSA.

L'organisation est orchestrée par le comité, mais le transport pour les clubs est à votre charge. Un référent par club est nécessaire à partir de 2 jeunes inscrits au stage.

Seuls les membres du comité ski Cévennes/Languedoc bénéficieront du transport organisé par nos soins. (En fonction des places disponibles, nous pourrons véhiculer une ou deux personnes isolées).

L'hébergement : Au gîte des Guibertes, Serre-Chevalier 1500 en ½ pension, dans une ambiance chaleureuse.

Les repas de la mi-journée seront pris au « Bivouac » restaurant d'altitude sympa.

Le Programme :-Départ de Castelnau le Lez et de Nîmes Ouest le mercredi 26/12 à 08h00.

Déjeuner au Gîte vers 13h00 et pour l'équipe régionale après midi ski nordique (14h30/16h30). Pour les autres, les plus téméraires pourront s'initier au ski de fond. Les autres s'installeront tranquillement dans chambres et iront avec leurs entraîneurs découvrir le village des Guibertes.

-Jeudi 27/12, vendredi 28/12, samedi 29/12 et dimanche 30/12
L'emploi du temps sera le suivant :

- Lever 7h30
- Petit Déjeuner 7h50
- Départ remontée mécaniques 8h30
- Entraînement 9h00 – 12h30 et 13H30 – 16h30.
- Goûter 17h00
- Diner 19h30
- Coucher 21H30

L'encadrement :

- Pierre Raymond référent STM
- Christophe BDLS /Président et entraîneur.
- Moi-même.

Coût du stage : Tout compris 424 euros/5jours

Inscriptions : Avant le 13/12/2018

Auprès de Christophe : Pour les clubs du Gard

Auprès de Nico et Pierre : Pour Ski Team Montpellier.

Auprès de Bruno : Pour tous les autres.

Merci et à Bientôt

Bruno Poupon

DT comité ski Cévennes/Languedoc

