

## INTERSAISON INDOOR 2024

Le ski alpin est un sport exigeant d'un point de vue physique, n'attendez pas le mois de décembre pour rechausser vos skis ! Cette année comme les précédentes, la Ligue de Ski PNC (Paris-Nord-Centre) organise son intersaison sous dôme, au Snowworld d'Amnéville (France).

Deux week-ends d'entraînement sont organisés, les 23 et 24/09/2023 puis 07 et 08/10/2023. Un troisième week-end est à l'étude et pourrait être organisé les 25 et 26 novembre, selon la demande.

Ces entraînements sont ouverts aux licenciés compétiteurs de tous nos clubs, toutes catégories et donc tous âges confondus (dans la limite des places disponibles, selon le nombre de couloirs). L'objectif est de permettre à chacun de se remettre en jambes avant le début de saison et les premières courses.

Vous trouverez ci-dessous tous les éléments d'information nécessaires pour participer à cette intersaison INDOOR 2024. Si vous avez besoin de renseignements complémentaires, n'hésitez pas à nous contacter :

- |                            |                |                                                                      |
|----------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| ○ Marie-Isabelle de LUMLEY | 01.44.75.46.75 | <a href="mailto:secretariat@ffs-lpnc.fr">secretariat@ffs-lpnc.fr</a> |
| ○ Valérie THIRIET          | 07.63.69.03.45 | <a href="mailto:v.thiriet@ffs-lpnc.fr">v.thiriet@ffs-lpnc.fr</a>     |
| ○ Cédric CHILTON           | 06.63.76.42.63 | <a href="mailto:c.chilton@ffs-lpnc.fr">c.chilton@ffs-lpnc.fr</a>     |





## CALENDRIER

23 & 24 septembre 2023

07 & 08 octobre 2023

Troisième date à l'étude

## LIEU

SnowWorld

Chem. des Terrasses du Soleil

57360 Amnéville, France

Dans le dôme, les conditions pour l'entraînement au slalom sont remarquables, voire idéales : la neige est d'excellente qualité, le fond est dur, la température sous dôme est comprise entre -3 et -6 °C. Une piste du dôme est exclusivement réservée aux entraînements et un couloir nous est attribué, ce qui nous permet de tracer un slalom mais aussi d'installer un chrono électronique.

## ENCADREMENT

La présence d'au moins un dirigeant de la Ligue de Ski est assurée à chaque entraînement ainsi que celle d'au moins un entraîneur (deux selon le nombre de participants).

## ORGANISATION

- Transport libre entre domicile et dôme ou assuré par la Ligue entre Paris et le dôme sur demande selon disponibilités et avec participation (notamment pour les plus jeunes). Covoiturage proposé selon disponibilités.
  - o Avec le forfait transport par la Ligue : départ de Paris le samedi matin, retour à Paris le dimanche en fin d'après-midi.
- Accès aux pistes du dôme; échauffement, ski libre.
- Quatre sessions de deux heures d'entraînement sur tout le week-end
- Repas et hébergement assurés sur place
- Entraînements encadrés par un moniteur de ski, secondé par nos moniteurs fédéraux et nos bénévoles

## TARIFS

Le prix de l'entraînement comprend :

- L'accès au Ski-Dôme
- Les sessions d'entraînement
- Les repas (déjeuner et dîner du samedi, petit-déjeuner et déjeuner du dimanche)
- L'hébergement en hôtel en chambres de 2 places. Supplément à demander pour hébergement en chambre single.

|                                   |                                                                |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| JEUNES (jusqu'à 2008) :           | 295 Euros pour une prise en charge complète (hors transport)   |
| ADULTES (à partir de 2007) :      | 320 Euros pour une prise en charge complète (hors transport)   |
| ADULTES accompagnants avec skis : | 200 Euros (hors transport, avec entrée mais sans entraînement) |

Le transport (transport par la Ligue ou covoiturage) est organisé (coût de 70 euros / pers. AR) sur disponibilité.

### **ATTENTION**

- Les réservations sont acceptées dans la limite des places disponibles et jusqu'à 8 jours avant la date de l'entraînement.
- Aucune inscription ne sera retenue sans paiement complet du stage avant le départ.
- Les frais d'annulation (par participant) sont les suivants : sans frais jusqu'à 2 semaines avant la date de l'entraînement, 30€ entre la 2ème semaine et la 1ère semaine avant la date de l'entraînement, 60€ dans la semaine avant la date de l'entraînement, 180€ le jour avant le premier jour de la session. L'ensemble du stage sera facturé en cas d'annulation lors de l'un des jours du stage.
- L'organisation est susceptible d'être modifiée ou annulée en cas de force majeure.

**Fiche d'inscription ci-jointe, à retourner AU PLUS TARD 8 jours avant le début de l'entraînement  
à l'attention de Marie-Isabelle de LUMLEY à l'adresse du Comité.**

Nous attirons votre attention sur l'importance de ces entraînements et sur le nombre limité de places dont nous disposons.  
Ces places sont mises à la disposition de tous les clubs affiliés.

**Attention : UNE LICENCE FFS PAR PARTICIPANT EST OBLIGATOIRE**



## RÈGLEMENT

- 1- Ces entraînements sont accessibles aux seuls licenciés disposant d'une licence à jour. La licence FFS 2022-2023 est valide jusqu'au 14 Octobre 2023.
- 2- Sur invitation, exceptionnellement, le Comité de Ski peut accepter la participation de licenciés FFS d'autres Comités disposant d'une licence à jour.
- 3- Un niveau minimum chamois de bronze ou flèche d'argent est requis.
- 4- **Ces entraînements ont pour objectif la participation aux compétitions. Ils ont un nombre limité de places. La Ligue de Ski se réserve le droit de sélectionner les demandes d'inscription suivant leur ordre d'arrivée et leur adéquation avec les critères sportifs de la Ligue : participation aux compétitions 2023, niveau et motivation de chaque candidat.**
- 5- Le tarif 'jeune' ne peut s'appliquer que pour les jeunes nés entre 2008 et 2014.
- 6- Le port du casque et de la dorsale sont obligatoires.
- 7- Les protections, tibia, main (poignées de slalom) et mentonnière, sont indispensables.
- 8- L'utilisation de skis de slalom préparés et en très bon état est nécessaire.
- 9- L'organisation est susceptible d'être modifiée en fonction des inscriptions ou annulée en cas de force majeure mais des entraînements, même « incomplets », seront organisés.

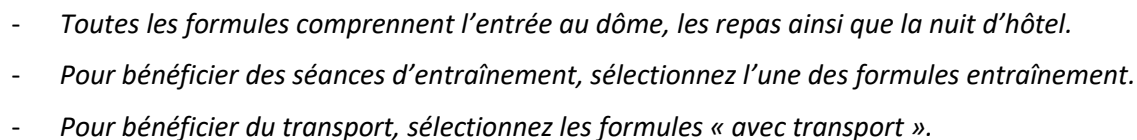
Pour tous renseignements (co-voiturage, etc...), s'adresser à :

- |                            |                |                                                                      |
|----------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| ○ Valérie THIRIET          | 07.63.69.03.45 | <a href="mailto:v.thiriet@ffs-lpnc.fr">v.thiriet@ffs-lpnc.fr</a>     |
| ○ Cédric CHILTON           | 06.63.76.42.63 | <a href="mailto:c.chilton@ffs-lpnc.fr">c.chilton@ffs-lpnc.fr</a>     |
| ○ Marie-Isabelle de LUMLEY | 01.44.75.46.75 | <a href="mailto:secretariat@ffs-lpnc.fr">secretariat@ffs-lpnc.fr</a> |

Les inscriptions sont à adresser exclusivement à notre secrétariat.

**Aucune inscription ne sera acceptée sans le règlement correspondant**

## FICHE D'INSCRIPTION ENTRAÎNEMENT COMPÉTITION SOUS DOME





**MERCI DE RENVoyer CETTE FICHE D'INSCRIPTION A :**

Comité de Ski Ile-de-France & Nord-Ouest  
2 passage du Guesclin  
75015 PARIS

ou (option préférée) par mail à [secretariat@ffs-lpnc.fr](mailto:secretariat@ffs-lpnc.fr)

**POUR LE PAIEMENT, DEUX POSSIBILITES :**

1. Option préférée : Virement bancaire à effectuer sur le compte ci-dessous en précisant « 2024 DOME » en objet

**BANQUE BNP PARIBAS**  
**IBAN: FR76 3000 4007 6000 0272 2628 692**  
**BIC: BNPAFRPPBY**

| BNP PARIBAS                                          |              | Relevé d'identité bancaire (RIB) : |         |
|------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------|---------|
| Domiciliation                                        |              |                                    |         |
| BNPPARB PARIS DUGOMMIER (00902)                      |              |                                    |         |
| Code Banque                                          | Code Guichet | Numéro de compte                   | Clé RIB |
| 30004                                                | 00760        | 00027226286                        | 92      |
| Numéro de compte bancaire international (IBAN) :     |              |                                    |         |
| FR76 3000 4007 6000 0272 2628 692                    |              |                                    |         |
| BIC (Bank Identification Code) : BNPAFRPPXXX         |              |                                    |         |
| COMITE REGIONAL DE SKI D ILE DE FRANCE ET NORD OUEST |              |                                    |         |

2. Chèque à l'ordre du Comité de ski Ile-de-France & Nord-Ouest, à envoyer à l'adresse suivante :  
Comité de Ski Ile-de-France & Nord-Ouest  
2 passage du Guesclin  
75015 PARIS

**CONDITIONS D'ANNULATION :**

Pour une annulation entre la 2ème semaine et la 1ère semaine avant la date de l'entraînement des frais d'annulation d'un montant de 30€ par participant seront retenus.

Pour une annulation dans la semaine avant la date de l'entraînement des frais d'annulation d'un montant de 60€ par participant seront retenus.

Les annulations le jour avant la date de l'entraînement impliquent des frais d'annulation d'un montant de 180€ par participant.