



LIGUE DE SKI PARIS-NORD-CENTRE
COMMISSION ALPINE
SOUS-COMMISSION JEUNES ALPINS

REGLEMENT JEUNES ALPINS – SAISON 2023-2024

La Ligue mène deux types d'actions distinctes pour les jeunes coureurs alpins :

1. Promotion de la pratique du ski de compétition pour l'ensemble des jeunes licenciés dans l'un de ses clubs (identifiés, de manière extensive, jusqu'aux U21 compte-tenu de notre volonté de contrer la disparition des licenciés à partir des U18)
2. Encadrement et organisation de la pratique du ski de compétition pour une équipe resserrée de jeunes compétiteurs sélectionnés parmi les licenciés des clubs de la Ligue.

Ce règlement détaille les dispositions applicables au deuxième point cité ci-dessus.

I- PRESENTATION DES EQUIPES ET REGLES APPLICABLES

1. Equipe Elite (U14-U16)

L'équipe Elite rassemble un groupe serré de jeunes parmi les meilleurs et les plus motivés des clubs de notre Ligue, qui souhaitent s'investir pleinement dans la compétition de ski au niveau fédéral. Ils s'engagent sur le programme d'entraînement défini annuellement par la Ligue et sont amenés à participer aux courses de niveau national sur lesquelles ils seraient sélectionnés.

Catégories éligibles	U14 – U16
Sélection	Décision de la sous-commission jeunes alpins prise début novembre (par exception des membres peuvent être ajoutés en cours de saison)
Engagement entraînement	Participation au programme d'entraînement (sauf dérogation) Port de la tenue officielle (combinaison alternative autorisée)
Engagement courses	Participation aux courses sur sélection Port de la tenue officielle obligatoire
Avantages entraînement	20% de remise sur le coût des stages (sauf stages indoor ouverts à tous les licenciés)
Avantages courses	30€/ jour pour entraînement et participation aux courses nationales 100€/ jour pour participation aux Ben'J et Ecureuils d'Or 30€ / jour pour participation au Coq d'Or et à la Citizen
Autres avantages	40% de remise sur la tenue officielle de la Ligue dans la limite d'une unité de chaque textile par période, à la taille du jeune 20% de remise sur les autres textiles de la Ligue (en dehors de la tenue officielle) dans la limite d'une unité de chaque textile par période, à la taille du jeune 40% de remise sur les skis et chaussures proposés par nos partenaires, dans la limite d'une paire de skis slalom, une paire de skis géant et une paire de chaussures par période, à la taille du jeune

Le programme d'entraînement comprend l'entraînement sur skis mais aussi la préparation physique, qui pourra être menée hors Ligue mais fera l'objet d'un suivi tout au long de l'année.

En saison, des absences pourront être tolérées pour les entraînements sur ski pendant les vacances scolaires (vacances de Noël, février, Pâques) si le jeune s'entraîne avec son club d'appartenance ou sa structure d'entraînement d'origine (celle qu'il avait lorsqu'il a rejoint l'équipe Elite). En période de vacances scolaires, le / les stage(s) obligatoires seront précisés à l'avance. Dans la mesure du possible, il est demandé que l'entraîneur prenant en charge le jeune en équipe durant ces sessions puisse échanger avec l'entraîneur de la Ligue afin que nous puissions suivre ce qui a été réalisé.

Les jeunes qui souhaiteraient suivre des entraînements sur skis supplémentaires sont invités à en parler au préalable à l'entraîneur de l'équipe : son avis est nécessaire pour doser l'effort et s'assurer de la cohérence du programme d'ensemble.

La sélection officielle intervenant tardivement après l'intersaison, les avantages relatifs à cette équipe seront appliqués a posteriori. *Ex : si en septembre vous achetez une tenue complète et que vous êtes sélectionné en équipe Elite en novembre seulement, les réductions ne vous seront pas appliquées dès le mois de septembre mais lors de l'un des stages intervenant après la sélection en équipe Elite, par déduction sur le coût du stage.*

Si l'engagement n'est pas tenu par le jeune, en dehors des cas de force majeure évalués par la sous-commission jeunes alpins, une facturation complémentaire sera faite au jeune pour rembourser l'écart entre les avantages dont il a bénéficié en tant que membre de l'équipe Elite et ceux dont il aurait bénéficié en tant que membre de l'équipe Espoirs (s'il en remplit les conditions) ou en tant que simple licencié non membre de l'une des équipes de la Ligue (s'il ne remplit pas les conditions de l'équipe Espoirs).

2. Equipe Espoirs (U10-U16)

L'équipe Espoirs rassemble les jeunes skieurs intéressés par le programme de l'équipe Elite et identifiés par la Ligue mais non retenus dans les sélections de l'équipe Elite car n'en remplissant pas toutes les conditions : niveau de ski en deçà et/ou moindre disponibilité effective pour le ski tout au long de l'année.

Catégories éligibles	U10 – U12 – U14 – U16
Sélection	Décision de la sous-commission jeunes alpins prise en novembre (par exception des membres peuvent être ajoutés en cours de saison)
Engagement entraînement	Port de la tenue officielle recommandé
Engagement courses	Participation aux courses sur sélection Port de la tenue officielle recommandé (softshell ou veste obligatoire)
Avantages entraînement	10% de remise sur le coût des stages (sauf stages indoor ouverts à tous les licenciés)
Avantages courses	Pas d'avantage
Autres avantages	20% de remise sur les textiles de la Ligue dans la limite d'une unité de chaque textile par période, à la taille du jeune 20% de remise sur les skis et chaussures proposés par nos partenaires, dans la limite d'une paire de skis slalom, une paire de skis géant et une paire de chaussures par période, à la taille du jeune

Les jeunes sont sélectionnés par la commission alpine (sous-commission jeunes alpins) parmi les jeunes ayant au minima participé à deux sessions d'entraînement de l'équipe Elite (hors sessions sous dôme, qui ne sont pas spécifiques à l'équipe Elite) ou deux courses sur sélection de la Ligue.

Les avantages leur sont alors acquis, avec le principe de rétroactivité suivant :

- Application des avantages par déduction sur le coût d'un prochain événement (stage ou course) de l'équipe Elite
- Application des avantages sur l'ensemble des textiles et matériels acquis (dans les limites fixées dans le cadre ci-dessus)
- Application des avantages entraînement dès que la sélection est effective (ie dès la deuxième session d'entraînement si cette session est le déclencheur de la condition).

3. Autres groupes

- Jeunes U14-U16 sélectionnables mais ayant choisi une structure d'entraînement alternative
Les jeunes qui auraient choisi une structure d'entraînement alternative n'appartiennent à aucune des équipes de la Ligue.
Ils peuvent toutefois être sélectionnés par la Ligue pour certaines courses, selon les critères de sélection (résultats, forme physique...) et selon leur projet personnel.
Ce choix d'entraînement alternatif ayant une incidence fortement négative sur le groupe Ligue qu'ils privent d'un effet d'émulation bénéfique et d'optimisation financière, les jeunes concernés ne pourront bénéficier d'aide de la part de la Ligue. Des exceptions pourront être envisagées si certains efforts sont consentis (par ex : port de la tenue officielle de la Ligue, participation à certains stages...), soumis à délibération de la commission alpine (sous-commission jeunes alpins).
- Jeunes U14-U16 sélectionnables mais amenés à ne venir que de manière très ponctuelle (non intéressés par le programme de courses auxquelles nous participons)
Sur invitation, nous permettons à certains jeunes de bénéficier des entraînements de l'équipe Elite (sous réserve de capacité sur les stages) et d'avantages financiers associés à partir de leur deuxième session d'entraînement, à hauteur de 10% de réduction du montant du stage.
Ces jeunes ne seront pas sélectionnés pour les courses nationales. En cas de changement d'orientation, il sera possible de basculer sur l'une des équipes de la Ligue, sur décision de la commission alpine (sous-commission jeunes alpins).
- Jeunes ayant dépassé la catégorie U16 (catégories U18 et U21)
Faute de bénévoles en nombre suffisant, nous ne sommes pas en mesure d'ouvrir d'équipe spécifique pour les jeunes ayant dépassé la catégorie U16. Nous restons toutefois extrêmement attachés à ces jeunes, que nous avons formés ou bien connus pour la plupart et dont nous souhaitons encourager la pratique. Pour bénéficier du soutien de la Ligue, les jeunes devront présenter leur projet sportif personnel à la commission alpine (sous-commission jeunes alpins). Sous réserve de la mise en place effective de ce projet, avec justificatif, ils bénéficieront d'une réduction de 10% sur le montant des stages réalisés avec l'équipe Elite s'ils y participent et d'une aide de 10€/jour pour participation aux courses FFS dès lors qu'ils auront enregistré un minimum de 10 départs en courses FFS sur la saison, et dans la limite de 150€/ personne. Ils bénéficieront également d'une réduction (avec rétroactivité) sur les textiles de la Ligue à hauteur de 20% (dans la limite d'une unité de chaque textile par période, à la taille du jeune) et sur les matériels commandés via la Ligue à hauteur de 20% de remise sur les skis et chaussures proposés par nos partenaires (dans la limite d'une paire de skis slalom, une paire de skis géant et une paire de chaussures par période, à la taille du jeune).
- Jeunes U18 et U21 participant à des FIS (représentant la France)
Afin de soutenir la pratique de la compétition chez les jeunes (courses FIS ici), une aide est accordée aux jeunes U18 & U21 enregistrant un minimum de 8 départs en courses FIS sur la saison FIS. Les aides leur sont accordées de manière rétroactive, dès lors qu'ils remplissent cette condition et sur demande expresse de leur part auprès de la commission alpine (sous-commission jeunes).

Les avantages accordés sont :

- 30€/jour pour participation aux courses FIS (et entraînement proposé par la Ligue le cas échéant)
- 40% de remise sur les textiles officiels de la Ligue dans la limite d'une unité de chaque textile par période, à la taille du jeune
- 40% de remise sur les skis et chaussures proposés par nos partenaires, dans la limite d'une paire de skis slalom, une paire de skis géant et une paire de chaussures par période, à la taille du jeune
- 10% de remise sur les stages de l'équipe Elite (pas de rétroactivité)

Important : les règles applicables aux sélections pour les FIS demeurent inchangées par rapport à l'année dernière. En résumé :

- Sélection par la Commission Alpine
- Priorité donnée aux coureurs cumulant les critères suivants : demandeur déjà licencié compétiteur de l'un des clubs de notre Ligue depuis la saison précédant sa demande (avec une préférence pour les coureurs ayant défendu les couleurs de la Ligue dans les catégories U14-U16) et classement FFS en deçà de 180 points FFS pour les femmes et 130 points FFS pour les hommes à la date de sa demande d'inscription.

- Jeunes qualifiés pour le Coq d'Or (U12-U14)

Nous avons pour habitude de dépêcher un entraîneur de la Ligue et un bénévole sur le Coq d'Or pour accompagner les jeunes qui seraient qualifiés sur le Coq d'Or, quel que ce soit le mode de qualification (sélection commission alpine LPNC / sous-commission jeunes alpins, points ESF, circuit ESF), et de trouver des accords avec d'autres coaches pour couvrir l'ensemble des catégories sur place. Nous gérons l'ensemble du déplacement (transport, hébergement, coaching) pour les jeunes des équipes Elite et Espoirs et proposons cette facilité à l'ensemble des jeunes qualifiés licenciés de nos clubs, dans la limite de nos capacités. Le coût afférant est refacturé aux familles des participants.

Cette année toutefois, compte-tenu de la superposition de calendrier du Coq d'Or et de la Citizen, nous ne pouvons pas garantir cette organisation. Nous essaierons néanmoins de remédier à ce problème afin d'assurer de bonnes conditions de participation à nos jeunes.

- Jeunes qualifiés pour la Coupe de la Fédération (U14 à U21)

Un entraîneur de la Ligue et un bénévole seront dépêchés sur la Coupe de la Fédération pour accompagner les jeunes qui s'y seraient qualifiés, quel que ce soit le mode de qualification (Coupe LPNC, ESF...). Des accords seront trouvés avec d'autres coaches pour couvrir l'ensemble des catégories.

La Ligue s'engage à gérer l'ensemble du déplacement (transport, hébergement, coaching) pour les jeunes des équipes Elite et Espoirs et ouvre cette facilité à l'ensemble des jeunes qualifiés licenciés de nos clubs, dans la limite de 14 jeunes au total. Le coût afférant sera refacturé aux familles des participants.

- A noter, la sous-commission jeunes alpins pourra décider d'attribuer des aides ponctuelles supplémentaires, individuelles ou collectives (ex : financer une sortie spécifique).

II- PROGRAMME D'ENTRAINEMENTS

1. Liste des stages inclus dans le programme d'entraînement

INTERSAISON (02/05 – 03/12/2023)

- Stage Juillet 2023
- Stage Août 2023
- Stage indoor Septembre 2023 (également ouvert aux autres licenciés)
- Stage indoor Octobre 2023 (également ouvert aux autres licenciés)

- Stage Toussaint 2023
- Stage indoor Novembre 2023 (également ouvert aux autres licenciés)
- Stage fin d'intersaison 2023

SAISON (04/12/2023 – 06/05/2024)

- Stage Noël 2023
- Stage hiver 2024
- Stage Pâques 2024

2. Coût des stages

Le ski est un sport exigeant et onéreux, qui subit de surcroît de plein fouet les conséquences des événements récents (Covid19, guerre en Ukraine...). Plus que jamais, dans le choix des hébergements, dans les négociations avec nos partenaires, nous nous efforçons de tirer au plus bas les coûts pour que l'aspect financier ne soit pas un frein rédhibitoire pour les jeunes passionnés de ski.

A noter :

- Les frais liés aux encadrants bénévoles (coach MF ou parent accompagnateur : non rémunérés par nature) sont pris en charge par les stagiaires. Le nombre d'encadrants bénévoles est limité à un par déplacement ou deux en cas exceptionnel (selon le nombre de stagiaires, si besoin d'un encadrement spécifique des jeunes en raison de leur âge par exemple, pour suppléer l'absence exceptionnelle d'un moniteur...).
- La présence d'un moniteur au minimum est garantie sur chaque événement (les stagiaires seront prévenus dans le cas contraire).
- La Ligue met gracieusement à disposition son fourgon le cas échéant pour les déplacements : seuls seront refacturés, les frais d'essence et de péage. Ces frais sont refacturés à l'ensemble des participants du stage / du déplacement (même s'ils se déplacent par leurs propres moyens). Toutefois, compte-tenu du besoin impérieux qu'il y a eu à remplacer le fourgon en septembre 2023, il pourra être décidé d'appliquer un forfait à l'ensemble des participants d'un stage ou d'une course lors des déplacements.
- Les frais pour rejoindre le lieu de rdv sont à prévoir en sus du coût du stage.
- Pour rappel, notre Ligue est une association Loi 1901 à but non lucratif, sans revenus propres.

Les coûts des stages sont calculés a posteriori afin de se caler sur les dépenses réelles. Une avance pourra être demandée afin de soulager la trésorerie de notre association.

En cas de désistement dans les deux semaines précédant le stage, le coût du stage sera dû intégralement, à l'exception de la part variable si nous arrivons à l'annuler. Cette part variable comprend : l'hébergement, les repas, les forfaits et autres droits d'entrée pour les activités du stage.

Les factures sont payables à 30 jours après réception.

Les cas de force majeure seront étudiés par la sous-commission jeunes alpins.

3. Modalités d'inscription pour les entraînements

Le nombre de places disponibles pour les entraînements est limité. Les places sont réservées en priorité à l'équipe Elite puis à l'équipe Espoirs.

III- PROGRAMME DE COURSES

1. Liste des courses

U14	Coq d'or Coupe de France du Jeune Citadin (CFJC) Citizen Championnat de France U14 (Ben'j) Coupe de la Fédération	Qualification via Circuit LPNC
U16	Coupe de France du Jeune Citadin (CFJC) Citizen Championnat de France U16 (Ecureuils d'Or) Coupe de Noël Coupe de la Fédération	U16 2 ^{ème} année uniquement Qualification via Circuit LPNC
U18-U21	Coupe de la Fédération	Qualification via Circuit LPNC

Compte-tenu du niveau particulièrement élevé des courses nationales (Coq d'Or, Ben'j, Ecureuils d'Or, Coupe de Noël), notre quota n'est pas obligatoirement rempli si nos prétendants n'ont pas le niveau nécessaire.

2. Autres courses

Les jeunes sont libres de participer à d'autres courses, mais ne bénéficieront pas d'accompagnement spécifique de la part de la Ligue. Un cas particulier est à noter pour les courses du Circuit LPNC, pour lesquelles un accompagnement pourrait être ponctuellement proposé.

3. Sélection sur les courses

La sélection est réalisée par la sous-commission jeunes alpins de la commission alpine, en fonction des performances et de l'engagement des jeunes, ainsi que du nombre de places dont nous disposons.

4. Coût des courses

Voir le paragraphe dédié au coût des entraînements, dont l'ensemble des dispositions est applicable.

IV- TEXTILES ET MATERIEL

1. Textiles de la Ligue

La tenue officielle est composée des éléments suivants :

- Combinaison
- Softshell ou Veste
- Pantalon

D'autres textiles sont disponibles pour les jeunes qui le souhaitent :

- Short d'entraînement
- Cape de pluie
- T-shirts techniques
- Sweatshirt
- Doudoune avec ou sans manches

Des modèles de chaque taille sont disponibles dans les bureaux de la Ligue (2 passage du Guesclin Paris 15) ou dans notre stock à la Celle Saint Cloud mais les envois sont faits par colis si vous ne pouvez pas vous déplacer (des frais d'envoi de 8,5€ à 15€ sont à prévoir selon le poids du colis).

A noter, les textiles hors tenues officielles sont exclus des dispositifs de réduction (aucune réduction ne sera appliquée sur ces articles).

Les commandes sont à passer auprès d'Isabelle Hédoux (i.hedoux@ffs-lpnc.fr).

2. Matériel

Le matériel comprend a minima :

- Des chaussures de ski de compétition
- Une paire de skis de slalom
- Une paire de skis de géant
- Des bâtons de slalom
- Des bâtons de géant
- Un casque de ski avec mentonnière pour le slalom (le même casque peut être utilisé pour le géant si les oreilles sont rigides)
- Des protections pour les tibias
- Une dorsale
- Un sac de courses
- Le nécessaire pour farter, affuter...

Les équipements doivent respecter les réglementations en vigueur : voir le site de la FFS pour les détails : <https://ffs.fr/wp-content/uploads/FFSreg-alp6a.pdf>

Il est indispensable d'avoir du matériel en bon état et d'en prendre le plus grand soin. Nous avons des accords avec nos partenaires Dynastar (skis Dynastar et chaussures Lange) et Vola vous permettant de vous équiper. Le cas échéant, les commandes sont à passer auprès de Frédéric Artru (f.артру@ffs-lpnc.fr).

V- ENGAGEMENTS (EQUIPE ELITE)

1. Engagements des jeunes coureurs

Nous accordons une importance particulière au respect des engagements pris par les jeunes dès lors qu'ils acceptent leur sélection :

- Respect du programme d'entraînement, tel qu'il a été défini
- Participation aux courses : sauf cas de force majeure, la participation aux courses est obligatoire.
- Entretien du matériel : skis à la bonne taille, en bon état, toujours préparés avant les déplacements (ne comptez pas sur les autres pour s'en charger à votre place et ne le faites pas au dernier moment), ayez votre matériel d'entretien avec vous sur les déplacements, prenez soin de vos skis pendant les déplacements (housse, scratches...), juste après les courses (essuyez les skis, etc etc) et en fin de saison. Vérifiez l'état de vos casques, etc... Tout ça est de la responsabilité du jeune. Il apprendra au fur et à mesure, mais nous serons de moins en moins tolérants au fur et à mesure qu'il grandit.
- Etat d'esprit sportif : la raison de votre appartenance à cette équipe est d'accroître votre performance et de gagner : mettez en place tout ce que vous pouvez pour favoriser la performance : hygiène de vie saine (efforts physiques quotidiens, régime alimentaire, sommeil, absence de cigarette et d'alcool, propreté...), préparation physique... et veillez à limiter strictement l'utilisation de votre téléphone / vos appareils électroniques lors des sorties avec la Ligue.
- Esprit de groupe et respect : l'appartenance à un groupe vous offre de nombreux bénéfices : la protection contre les effets du stress, grâce au lien fort que vous allez développer au sein du groupe, l'accroissement de vos performances par émulation sportive et grâce aux expériences des autres... Nous tenons à un groupe bienveillant, où vous ferez preuve d'altruisme et de solidarité envers les autres. Le

respect va de pair avec cet état d'esprit, et doit se manifester au quotidien envers toutes les personnes qui vous entoureront (coachs, accompagnateurs, organisateurs de courses, concurrents...).

- Port de la tenue officielle de la Ligue : en tant qu'Ambassadeurs de la Ligue, vous représentez la Ligue et portez ses couleurs. C'est vous qui la faites exister.

A noter : ces engagements sont applicables à tout jeune souhaitant rejoindre l'équipe Elite.

2. Engagements de la Ligue

Au-delà de la tenue de l'ensemble des dispositions mentionnées dans ce règlement, nous nous engageons à accompagner les jeunes avec toute notre énergie et notre bienveillance dès lorsqu'ils montrent leur motivation. Cela est bien entendu valable également pour l'ensemble des jeunes qui se joindraient à nous, au-delà de l'équipe Elite.

Pour les jeunes en équipe Elite, le programme inclut :

- Fixation des objectifs annuels de chaque jeune
- Suivi de performance après chaque échéance (stage et course)
- Définition d'un programme de préparation physique personnalisée et suivi mensuel d'activité

VI- PARENTS

Le rôle des parents est déterminant. Leur engagement personnel est décisif pour la réussite et le plaisir que leur enfant pourra trouver dans le ski de compétition.

Lorsque cela est possible, nous aimerions systématiser la participation d'un parent pour encadrer le groupe sur les aspects logistiques lors des déplacements (entraînements et courses). L'objectif est triple pour le parent : apporter son aide aux jeunes et aux encadrants, comprendre les contraintes et l'organisation de ces déplacements et... avoir le plaisir de vibrer aux côtés des jeunes !

- Rôle : faire appliquer les bonnes règles de vie en collectivité et être présent pour les jeunes en cas de difficulté. Les règles de vie en collectivité s'entendent de manière large, par exemple : respecter les horaires (de rdv, de coucher...), participer aux corvées (ex : faire la vaisselle, mettre la table, sortir les poubelles, ranger les affaires, charger le fourgon...), être poli et respectueux, prendre soin de son hygiène corporelle... Autres exemples de points à surveiller : s'assurer que les enfants n'oublient pas leurs affaires, font leurs devoirs, se couchent à une heure raisonnable, préviennent leurs parents pour les horaires de retour... (liste non exhaustive).
- On attend également du parent accompagnateur qu'il donne des nouvelles du déplacement aux autres parents via le(s) groupe(s) WhatsApp.
- Préparation : s'il doit aller sur les pistes, le parent doit idéalement avoir suivi la formation « Accompagnateur de club » proposée par la FFS, dont le descriptif est le suivant : « Cette qualification permet à son titulaire d'aider un moniteur fédéral dans ses activités d'organisation d'une sortie du club ou/et dans l'encadrement d'un groupe de skieurs placé sous sa responsabilité. L'accompagnateur ne peut être seul avec un groupe sur la piste sauf en cas de circonstances exceptionnelles liées à des problèmes sécuritaires. Il est placé sous la responsabilité directe d'un moniteur fédéral qui assume l'entière responsabilité du groupe et assure l'encadrement de celui-ci ainsi que l'enseignement adapté au niveau technique et physique des participants. »
- Planning : un planning est mis à disposition pour les parents qui se déclarent volontaires pour cette tâche.

Si vous souhaitez vous engager aux côtés de l'équipe de la sous-commission jeunes alpins, nous serons ravis de vous compter parmi nous. Merci de contacter Valérie Thiriet v.thiriet@ffs-lpnc.fr