

Avis d'entraînement

Saison 2026

DATE	LIEU/PISTE	CATÉGORIE	DISCIPLINE
2026-02-20	Walter-Moisan	U14	Super géant
INSCRIPTIONS et TARIF		Athlètes inscrits aux Grands Circuits : billets de remontée 20\$ sauf pour les athlètes du MSA Invités : 55 \$ + billets de remontée	
OUVERTURE DES REMONTÉS 8h30		ENDROIT Éclipse	HEURE 8h30
PISTE D'ENTRAÎNEMENT S/O		ENDROIT	HEURE
INSPECTION DU JURY S/O		ENDROIT	HEURE
JURY		DÉLÉGUÉ TECHNIQUE Richard Perron (Le Relais)	
		DIRECTEUR D'ÉPREUVE Jean-Philippe Villemaire	
		ARBITRE Ian Beaulieu (Mont Sainte-Anne)	

DIVERS

- Les billets de journée des athlètes de tous les clubs, à l'exception de ceux du Mont-Ste-Anne (gratuité de RCR), devront être achetés sur le site web du Club de ski Stoneham au montant de 20\$ avant la journée de compétition : <https://clubskistoneham.store.clubs.studio/fr/cart/select/17354>
- Pour être admissible aux courses du dimanche dans le cadre de l'épreuve Super-G, chaque athlète doit obligatoirement avoir participé à deux journées d'entraînement parmi celles prévues le jeudi, vendredi et samedi.
- Le port du dossard est obligatoire en tout temps durant l'entraînement.
- Réunion des entraîneurs :
 - 20 février Fin de l'entraînement / Aire d'arrivée
 - 21 février Fin de l'entraînement / 1^{er} étage du chalet du club
- En cas de mises à jour de l'horaire et autres changements à communiquer rapidement, ces informations seront partagées sur WhatsApp :



Horaire

- **8 h 15** : Échauffement hors ski des athlètes
- **8 h 30** : Ouverture des chaises et montée des athlètes
- Descente d'échauffement à basse et moyenne vitesse (pistes 4, 4B et 4C)
- Entraîneurs en position dans la Walter-Moisan
- **9 h 00 – Début des ateliers en groupes - Partie 1** (*Maximum de 15 minutes par atelier*)
- Départ chrono (sommet, 3 à 4 virages maximum) – fin au début du pitch
- Virages libres dans le pitch (4 à 5 virages) – freinage progressif dans le bas du pitch
- Bas du pitch et saut – aucun tracé (sans portes)
- Recherche de vitesse sur le plat dans le tracé – fin dans l'aire d'arrivée
- **10 h 30** : Retour vidéo et collation (15 minutes au chalet) / Traçage du pitch
- **11 h 00** : Début de la **partie 2** – secteur Nid du Hibou jusqu'à l'arrivée
- **12 h 00** : Dîner des athlètes / Finalisation du traçage jusqu'au départ
- **12 h 45** : Étude du parcours
- **13 h 15** : Super-G en parcours – **partie 3**
- **14 h 30** : Fin de l'entraînement
- **Note : plus de détails sur le déroulement des entraînements seront communiqués lors de la réunion des entraîneurs.**

INFORMATIONS	Skibec Alpin Marie-Andrée Simard 418 561 4514 masimard@skibecalpin.ca	Club Directeur d'épreuve : Jean-Philippe Villemaire 581.777.8077 / jpvillemaire@gmail.com Secrétariat : Katy Tremblay 418.928.6652 / katytremblay098@gmail.com
--------------	---	---