

# INSCRIPTIONS MONOLITHE SKI DE FOND

## SAISON 2014-2015

Si vous êtes intéressé pour nous rejoindre, voici les différentes formules que nous proposons :

### Formule Loisir: " découverte ":

Pour les enfants de 7 à 10 ans (né entre 2004 et 2007)

Pour glisser, s'équilibrer, se défouler, jouer.....et bien sûr parfois ... tomber !! Le tout dans la joie et la bonne humeur. Le ski de fond en groupe, c'est bien plus rigolo qu'avec les parents.

Cette formule comprend :

- des entraînements hebdomadaires dès les vacances de la Toussaint
- des mini stages pendant les vacances
- la participation aux mini-coups district (sans obligation)
- la participation aux courses populaires de la vallée (Marathon de Bessans, Trace du Monolithe)
- la location d'une paire de ski de fond classique et d'une paire de bâtons

	Année de Naissance	Adhésion club	Licence FFS Licence carte neige loisir
Microbes	2007	100 €	37€
Poussin(e)s	2006-2005	100 €	37€
Benjamin(e)s	2004	100 €	37€

### Formule Loisir: " adulte ":

Pour les adultes à partir de 18 ans (1996 et avant)

A destination de celles et ceux qui souhaitent découvrir et/ou approfondir le ski de fond (skating, classique,...), participer aux courses populaires, ...

Adhésion club	Licence FFS	Licence carte neige loisir
35 €	111 €	39 €

Cette formule ne comprend ni la prise en charge par le club des frais d'inscriptions aux compétitions (course populaires, challenge, ...), ni la mise à disposition du fartage par le club.

### Formules Club:

A destination des sportives et sportifs qui souhaitent vivre une « vie de club », approfondir toutes les facettes du ski de fond (skating, classique, biathlon), s'entraîner toute l'année, pratiquer (même ponctuellement et avec des ambitions diverses) la compétition, progresser et s'épanouir dans un groupe à son niveau.

Trois formules, « jeunes compétiteurs », « Je/Ju/Se 1 » et « Je/Ju/Se 2 », en fonction de l'âge et du projet sportif :

**Formule jeunes compétiteurs**  
**Benjamins 2/ Minimes/ Cadets (1999-2003)**

	Année de Naissance	Adhésion club	Licence FFS
Benjamin(e)s 2	2003	115 €	88 €
Minimes	2002-2001	115 €	88 €
Cadet(te)s	2000-1999	130 €	88 €

**Formule Je/Ju/Se 1**  
**Jeunes / Juniors / Séniors (1998 et avant)**

	Année de Naissance	Adhésion club	Licence FFS
Jeunes	1998-1997	130 €	111 €
Juniors	1996-1995		
Séniors	1995 et avant		

***Pour ces deux formules :***

- En été et en automne : préparation physique, course à pied, ski-roues, VTT, marche nordique, sports collectifs, stages, raids en montagne,...
- En hiver : entraînements sur skis mercredi après-midi, samedi après-midi ou matin, et pendant les vacances scolaires
- Accès aux stages tout au long de l'année (sur avis de l'entraîneur et dans la limite des places disponibles)
- Prêt de skis de classique pour l'entraînement et pour la compétition
- Participation au challenge régional : frais d'inscriptions pris en charge par le club, fartage club (sauf pour la formule JE/JU/SE 2)

**Formule Je/Ju/Se 2**  
**Jeunes / Juniors / Séniors (1998 et avant)**

	Année de Naissance	Adhésion club	Licence FFS	Licence carte neige
Jeunes	1998-1997	100 €	111 €	39 €
Juniors	1996-1995			
Séniors	1995 et avant			

***Pour cette formule :***

- En automne : préparation physique, course à pied, ski-roues, VTT, marche nordique, sports collectifs, ... (sur avis de l'entraîneur)
- En hiver : environ 8 entraînements sur skis avec un moniteur diplômé + possibilité sur avis de l'entraîneur d'intégrer les entraînements des deux groupes précédents
- Frais d'inscription offerts pour la participation à la Trace du Monolithe
- Participation au challenge régional : frais d'inscriptions pris en charge par le club, fartage club (sous réserve d'avoir souscrit la licence FFS)