

Initiation ski de pentes raides

Dimanche 8 avril Hohneck

Freeriders et skieurs de randonnée le savent, skier « dans le raide » est source de plaisir, mais ce n'est pas sans danger. On ne skie pas dans une pente raide comme dans un slalom, le « virage en pente raide » s'apprend. Savoir lire le terrain, choisir son passage, mettre en place des éléments de sécurité (assurance, main courante, etc...) est indispensable à tous skieurs souhaitant progresser en toute sécurité.

Conditions requises :

- Etre licencié FFS
- Avoir un « bon » niveau de ski (à l'aise sur pistes noires)
- Etre en bonne forme physique (On monte à pieds !)

« Le site du Hohneck et ses nombreux couloirs est un terrain de jeu idéal pour s'initier à la pente raide »



Matériel nécessaire :

- Paire de skis en bon état
- Petit sac à dos avec porte skis si possible
- Casse croûte pour le midi



Cette formation est gratuite pour les licenciés du Comité des Vosges. Elle est proposée par le Pôle Développement en coopération avec la commission ski de randonnée et le ski club Oxygène



DÉROULEMENT :

- RDV dimanche matin 9h au restaurant du Pied du Hohneck.
- Briefing sécurité et technique
- Déplacement sur le terrain : descentes / remontées à pied.
- Démonstration, exercices
- Mise en place de dispositif d'aide à la sécurité en pente raide (corps morts, mains courantes, etc..)



Renseignements / inscriptions :

Nombre de places limité !

Oxygène



Thierry JEANDEL



thierry.jeandel@gmail.com



06 86 32 89 47