

le bulletin d'inscription 2010

Nom Prénom

Année de naissance Niveau de ski

Adresse

Code Postal Ville

Téléphone (fixe si possible)

STAGE COMPÉTITION N° du au inclus

Soit une durée totale de jours

HÉBERGEMENT (à réserver directement auprès de l'hôtelier)

- Sans hôtel** hôtel ***
 douche bain-WC

NB : Il est conseillé de réserver l'hébergement au moins **3 semaines à l'avance**. Bulletin à renvoyer 15 jours au moins avant le début du stage. La totalité du coût du stage devra être réglée à l'arrivée des stagiaires à l'ESF (près du départ Jandri-Express), le samedi ou le dimanche soir.

AUTORISATION DES PARENTS pour les enfants mineurs

Je soussigné :
 autorise mon fils, ma fille à participer au stage de ski, durant la période mentionnée ci-contre et dégage la Direction des stages de toute responsabilité.

Fait à :
 Le : Signature :

Envoyer la somme de **130 € d'arrhes** (à l'ordre de l'E.S.F) avec le présent bulletin et 1 photo d'identité, à :

P.A. CARREL Stage Compétition
 103, avenue de la Muzelle - 38860 Les Deux Alpes - FRANCE
 Tél : 04 76 80 51 99 - 04 76 79 21 21 Fax : 04 76 79 23 34
www.carrelski.com

NOTA : la réservation ne devient effective qu'à partir du moment où nous enregistrons votre inscription accompagnée des arrhes demandées, ceci par stage et par personne.
ANNULATION : Cette somme est considérée comme arrhes et dédit par personne, pour tout dédit total ou partiel sur la durée du stage prévu. La direction se réserve le droit d'annuler ou repousser un stage, sur simple lettre, 6 jours avant le début du stage. L'inscription à l'un de nos stages implique l'adhésion à nos conditions générales.

les tarifs

Stage de 6 jours

- Entraînement
- + Tests
- + Forfait des remontées mécaniques

13-18 ans : 401 €
 +18 ans et adultes : 420 €

Possibilité de stage de 3, 4 ou 5 jours

Hébergement (selon la période)

HÔTEL ** 1/2 Pension sur demande

HÔTEL *** 1/2 Pension sur demande

Pour plus de renseignements concernant hébergement et réservation, contacter P.A. Carrel le soir après 18h. au 04 76 80 51 99 Fax 04 76 79 23 34

POUR LES GROUPES, ASSOCIATIONS, CLUBS : PRIX SPÉCIAL (NOUS CONSULTER).

Assurance

Assurance ski obligatoire licence F.F.S. ou carte-neige possibilité de la prendre au Club des Sports :

04 76 80 51 29

LES ALPES 3600



STAGES

compétition

Pierre Alain
CARREL
 2009
 2010



Photo - Photo Brian



Philippe Castelli
 Vainqueur National du Ski d'Or 2009
 2^{ème} de sa catégorie au ski d'Or 2008

Pierre Alain Carrel

et l'école de ski Français

Dans un souci d'améliorer votre technique et pour votre satisfaction, vous invitent à participer à leurs nouveaux stages compétition (initiation et perfectionnement). Vous découvrirez, dans une ambiance dynamique, les dernières techniques de glissement, d'anticipation et d'accélération, ainsi que les moyens d'accéder, avec aisance aux trophées du Ski Français.

Sensations et plaisirs du ski garantis.
Stages spécifiques Seniors et Juniors à partir de 13 ans

ENCADREMENT : Pierre-Alain CARREL

Moniteur diplômé 2nd degré - Entraîneur national de ski
Ex-entraîneur de l'équipe de France - Vainqueur du Challenge des moniteurs (équipe), 3^{ème} de sa catégorie au Challenge des moniteurs 1998 5^{ème} de la catégorie au Championnat de France des Moniteurs de Ski 2005 et entraîneur de :

- Philippe Castelli, 1^{er} de sa catégorie au Ski d'Or 2009, 2^e de sa catégorie au Ski d'Or 2008
- Christophe Herbin, 2^e de sa catégorie au Ski d'Or 2009
- L'équipe classée 3^e au Ski d'Or 2008
- Hélène Tachy, 3^e de sa catégorie au Ski d'Or 2007
- Cécile René, 1^{ère} du Super Géant au Ski d'Or 2007
- Manon Daraud, classée 2^e du Ski d'Or 2006, 3^e du Ski d'Or 2007
2^e de l'étoile d'Or 2003 et 2005
- Maxence Barbier, Vainqueur Ski d'Or 2005
- Dumond Mireille 2^e Challenge Régional des Moniteurs Fédéraux 2002,
- Barbier Laurianne Vice-Championne de France UGSEL 2002,
- Bellantonio Cyprien, 2^e du Coq d'Or 2000,
5^e du Critérium National Benjamin 2002,
- L'équipe classée 2^e du ski d'Or 1999,
- Hermine Lévêque, 4^e du Ski d'Or 1999, 1^{ère} du Ski d'Or 2000
- Sylvain Brun, 2^e du Ski d'Or 1998,
- L'équipe classée 3^e au Ski d'Or 1993,
- Jean-Marie Bidaud, 4^e du Ski d'Or 1993,
- Michel Mocochain, vainqueur national Ski d'Or 1992, 1994, 2^e du Ski d'Or 1997,
- Marie-Cécile Michallet, vainqueur national du Ski d'Or 1992.

le programme

MATIN : 9 h - 12 h 15 : Ski
APRES-MIDI : 14 h - 17 h : Ski

Une heure de **corrections techniques sur vidéo** soit 40 heures de cours (horaires pouvant être modifiés en fonction de l'affluence et de l'enneigement. Nous consulter).

Echauffement - ski foncier - ski technique et éducatif - entraînement slalom, spécial, géant - initiation à la descente et au super-géant, tests chronométrés, flèche, chamois, prises de vues au magnétoscope de chaque stagiaire, avec corrections personnalisées par vidéos couleurs.

Ski en toutes neiges, tous terrains, (free-ride)... Entraînement en slaloms parallèles. Entraînement sur rapid gates et rotules courtes.

Des activités de repli sont prévues en cas de mauvaises conditions atmosphériques.

le calendrier

Durée : 6 jours

(Possibilité de participer au stage pour une durée de 3, 4 ou 5 jours)

Tarifs 6 jours : encadrement + remontées mécaniques

sans hébergement

13-18 ans : 401 €

+18 ans et adultes : 420 €

STAGES VACANCES DE NOEL

N° 1 du samedi 19 décembre 2009 au samedi 2 janvier 2010
stage en continu à la convenance de chacun
pour la durée (nombre de jours souhaités à préciser).

STAGES JANVIER

N° 2 du lundi 4 janvier au samedi 9 janvier 2010

N° 3 du lundi 11 janvier au samedi 16 janvier 2010

N° 4 du lundi 18 janvier au samedi 23 janvier 2010

N° 5 du lundi 25 janvier au samedi 30 janvier 2010

Stage comopétition + préparation test technique
+ ski d'or suivant la semaine

STAGES VACANCES DE FEVRIER - MARS

N° 6 du dimanche 7 février au samedi 13 février 2010

N° 7 du dimanche 14 février au samedi 20 février 2010

N° 8 du dimanche 21 février au samedi 27 février 2010

N° 9 du dimanche 28 février au samedi 6 mars 2010

STAGES MARS - AVRIL

N° 10 du lundi 8 mars au samedi 13 mars 2010

N° 11 du lundi 15 mars au samedi 20 mars 2010

N° 12 du lundi 22 mars au samedi 27 mars 2010

N° 13 du lundi 29 mars au samedi 3 avril 2010

Stage comopétition + préparation test technique
+ ski d'or suivant la semaine

STAGES VACANCES DE PÂQUES

N° 14 du dimanche 4 avril au samedi 10 avril 2010

N° 15 du dimanche 11 avril au samedi 17 avril 2010

N° 16 du dimanche 18 avril au samedi 24 avril 2010

le niveau

recommandé

Ces stages s'adressent à tous les skieurs et skieuses ayant un niveau technique minimum équivalent au cours 3 et compétition des ESF et ceci à partir de l'âge de 13 ans (équivalence flèche de bronze et fléchette).

Ils s'adressent également aux skieurs désireux d'améliorer leurs points Ski Open, ainsi que pour la préparation aux Brevets d'Etat de Ski : tests techniques et EUROTEST et également à la préparation de l'épreuve du Ski d'Or.



les conditions

générales des stages

Durée
6 jours

Accueil

Au bureau de l'ESF. Pendant les vacances scolaires, le samedi et le dimanche de 17 h 30 à 18 h 30.

Fin de stage

Le vendredi ou samedi à 17 h suivant période. Possibilité de participer à un stage de 3, 4, 5 jours, de prendre un stage à cheval sur 2 semaines, de prolonger à sa convenance (programme à la carte), ou de suivre les stages uniquement en encadrement.

Hébergement

En hôtel 2** ou 3***, possibilité de participer aux stages sans hébergement. Pour les personnes avec hébergement, l'arrivée à l'hôtel est prévue dès la veille au soir pour le dîner. Liste des différents hébergements sur demande.

Prix

Le prix du stage comprend : l'encadrement matin et après-midi, le forfait des remontées mécaniques, libre accès à la piscine et à la patinoire, corrections personnalisées pour chaque stagiaire, tests chronométrés du Chamois, Flèche, Record,...