

classes de ski

Des classes homogènes permettent de vous donner des cours plus efficaces ; les enfants notamment se sentiront plus en confiance et intégrés dans le groupe.

En **gras** est indiqué l'objectif à atteindre absolument pour passer au niveau supérieur.

nom des groupes selon Swiss Snow Sports	niveau AMG	objectifs
blue league prince/princesse	SKI 1	a. remonter la pente en escalier, en canard b. changement de position des skis parallèles à chasse-neige et vise et versa c. contrôler la vitesse (freiner en chasse-neige) d. premiers changements de direction en chasse-neige tournant
roi/reine	SKI 2	a. maîtriser une piste bleue b. virages chasse-neige c. exercices d'agilité dans la ligne de pente et descente dans la traversée avec les skis parallèles d. monter en télésiège de façon sûre
red league prince/princesse	SKI 3	a. maîtriser une piste rouge b. virages parallèles (dérapés) c. dérapé latéralement et s'arrêter depuis la descente en traversée. Idem dans la ligne de pente. d. bosses et dépressions
roi/reine	SKI 4	a. descendre librement une piste rouge en virages parallèles conduits b. virages courts sur terrain facile (rythme) c. virages sur un ski (ski intérieur ou ski extérieur) d. pas tournant et pas de patineur
black league prince/princesse	SKI 5	a. virages courts sur piste noire b. virages coupés (carving) sur piste rouge c. virages parallèles dans les bosses et en terrain non préparé. d. initiation au ski sans un snowpark et half-pipe.
	SKI 5HP	ADULTES UNIQUEMENT Pratique en hors piste. Cours adaptés aux randonneurs qui désirent perfectionner leur technique de ski hors piste (Barivox, pelle et sonde obligatoires)
roi/reine	SKI 6A	a. virages coupés sur piste noire b. virages courts dans les bosses et en neige non préparée c. ski dans un snowpark, initiation aux virages et aux sauts dans le half pipe
	SKI 6B	Classe réservée aux enfants. Initiation à la compétition : slalom géant, slalom spécial. Free-ride
	SKI 6HP	ADULTES UNIQUEMENT Pratique en hors piste. Classe réservée aux adultes de niveau avancé. Orientation free-ride.(Barivox, pelle et sonde obligatoires)