

classes de snowboard

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 board league prince/princesse	SURF 1	a. accoutumance à la planche b. glisser, dérapé, s'arrêter c. premiers changements de direction (basic turn) d. exercices pour monter au télési
roi/reine	SURF 2	a. virages dérapés sur une piste bleue b. variantes simples de rotation et bascules c. wheeling, slides, vases d. monter au télési de façon sûre
red board league prince/princesse	SURF 3	a. virages conduits sur une piste rouge b. variantes simples d'élévation et d'abaissement c. fakie (marche arrière) d. sauter à partir d'un Ollie (basic air)
roi/reine		a. virages carvés sur une piste rouge b. virages courts sur terrain facile c. rotation de 180° d. nose / tail turn (basic trick turn)
black board league prince/princesse	SURF 4	a. carving & turns: carving dynamique, carving en fakie sur terrain facile, etc. b. synchro & trick: virages courts, figures sur piste (slides, pops, spins, etc.), trick turns (Ollie turns, 180° turns, etc.) c. park & pipe: basic air dans un snowpark, sauter à partir d'un Ollie, basic run et traversées dans un pipe
roi/reine		freestyle & air freeride & moguls