

Newsletter 5 équipe élite



03 octobre 2016

Manifestations

Entraînements

Stages

Compétitions

Scolarité

Formation

Presse

Rendez-vous



Des nouvelles régulières des skieurs de l'équipe élite du Ski club du Val de Morteau



Théoxane fait le point : « Me voici à la moitié de l'entraînement estival/automnal avec 25 jours de ski à mon actif. De très belles conditions sur les différents stages aux Deux Alpes et une semaine en Autriche à Hintertux. Les objectifs changent en fonction des périodes et nous voilà axés sur les points techniques dans les tracés avec quelques chronos et vidéos pour bien comprendre les choses. Toujours de bonnes sensations en géant et une progression en slalom. En ce qui concerne l'école, cette année sera relativement légère avec 21 semaines de cours. En effet, je termine mes journées à 12h ou 13h pour m'entraîner dès 14h avec un coach et les filles d'Orsatux ».

president@scvm.fr



Stage FFS à Oberhof du 26 septembre au 2 octobre pour les fondeurs.

Tous les groupes de la fédération française de ski se sont retrouvés pour un stage sur les installations Oberhof. Céline et Pierre ont pu chausser les skis pour la première fois de la saison dans le tunnel réfrigéré... bizarre mais sympa d'être sur la neige, même si « c'est déroutant que des gens payent un euro pour venir sur le balcon voir tourner les skieurs : c'est le zoo !... ».

12 séances : 7 sur neige, 2 en ski roues et 1 en musculation. 22 heures d'entraînement, 9h en classique et 3h30 de skate. En extérieur une piste de ski roues « où l'on peut s'entraîner 1h15 sans passer deux fois au même endroit : des installations énormes ! » Plusieurs séances de compétition : deux vitesses, un sprint, un team sprint, deux séances de football avec les skieurs de l'équipe A, un hôtel « classe » ... un bien beau stage dans ce haut lieu de l'entraînement des équipes nationales. <http://www.oberhof-skisporthalle.de/>

