

BULLETIN INFOS 1 – saison 2019/2020

A) ENTRAÎNEMENT :

1ère séance : MARDI 15 octobre 19h30 / 21h gymnase collège G.COUSIN Nozeroy (arrivé et départ en fonction de votre disponibilité) Ouvert à tous (adultes et enfants) Depuis la fin de saison vous avez pratiqué différentes activités d'endurance (marche / footing / vtt / ...) A 2 mois de la neige, il est bon d'ajouter a cela de la technique afin d'être le plus performant et ne pas gaspiller votre énergie.

- entraînement personnalisé (physiologiquement et techniquement)

Invitez vos collègues et amis sportifs, venez faire un essai, tous ont progressé la saison dernière en se faisant plaisir.

B) ECOLE DE SKI :

L'actualisation des documents d'inscription est en cours et vous seront adressés par mail et seront visibles sur le site

IMPORTANT : si vous voulez bénéficier de la réduction sur la redevance d'accès aux pistes (badge) concernant les jeunes de 6 à 16 ans : 24 €... au lieu de 41 €

Dès sa réception et avant le 10 novembre retournez nous le document d'inscription à l'école de ski, suivez les indications et surtout préparez votre PHOTO qui sera scannée et vous sera rendue. Autre possibilité : photo par mail à l'adresse du club

C) VACANCES TOUSSAINT

:

Entraînement école de ski Rendez vous LUNDI 21 au gymnase de Nozeroy de 14h à 17h30 . INSCRIVEZ VOUS : sms 06 82 20 69 67 ou par mail georges.balanche@orange.fr Pour tous :initiation/perfectionnement ski roues et biathlon. Les parents peuvent participer. Suite à cette première séance et en fonction de vos dispo d'autres entraînements pourront être programmés pendant ces vacances.

D) LICENCE ou CARTE NEIGE

Merci à tous les compétiteurs longues distances (transju/eEnvolée/ HauteJ oux/etc...) de préférer adhérer au club avec une carte neige (45 € assurance annuelle) plutôt que de payer un ticket course (15 €) pour seulement la durée d'une course. Vous pouvez prendre votre licence ou carte directement sur notre site <https://skiclubduplateaudenozeroy.com/adhesion>

E) ASSEMBLEE GENERALE :

Nozeroy salle des jeunes 20h30, VENDREDI 29 novembre Vous recevrez une invitation.....merci de réserver cette soirée.....