



CENTRE SKI DE FOND - SAISON 2025-2026

CAMP 04 – Février 2026

Groupes

Cadre A, Cadre B, Partenaires d'entraînement

Lieu

Riale / Val Formazza / Italie

Départ

Date: Dimanche 22.02.2025

Heure: 9h30 à confirmer

Lieu: Ecole Champ Joly

Entraîneurs

Jean Lambert

mail:

n° tél: +41 76 381 94 19

Retour

Date: Vendredi 27.02.2025

Heure: 18h environ

Lieu: Ecole Champ Joly

Programme

Technique ski de fond dans les 2 styles, classique et skating ;

Analyse vidéo, endurance, intensité et force sur les skis ;

Condition physique, fartage, paraffinage, etc.

Matériel

Skis dans les 2 styles, habits de ski, gants, lunettes, crème solaire

Chaussures de gym pour la salle

Tenue de sport (prévoir pour le froid et pour la pluie)

Porte-gourde et montre cardio

Tapis, petit linge pour la gym et pantoufles

Trousse de toilette, linge, maillot de bain (+ bonnet de bain)

Réveil (les téléphones sont confiés à l'entraîneur pour la nuit)

Finances

6 jours CHF 540.-

inclus: Déplacement, encadrement, logement et repas.

pas inclus: Prévoir un pique-nique pour le dimanche midi (déplacement)

Logement

Aaltdorf Riale

Délai d'inscription

Dimanche 08.02.2026 à 18h00. Merci!

En ligne sur www.genevesnowsports.ch

Une facture sera générée en ligne à l'inscription.

L'inscription est considérée comme définitive à la réception du paiement.

