

ANTIBES AZUR SKI



QUELQUES RAPPELS IMPORTANTS



ORGANISATION / HORAIRES / LIEUX :

Les sorties sont mises en ligne en début de semaine (le lundi voire mardi en fonction du planning des courses Comité ou autre...)

Les inscriptions se font sur le site **jusqu'au mercredi 18h (entraînement et course)**

Toujours vérifier la veille d'une sortie si modification sur le site (chgt type entraînement, pb météo, annulation course...)

Sauf avis contraire, le RV pour chaque sortie est à 6h45 sur le parking de Cérastone à St Laurent du Var pour un **départ à 7h précises** (les chauffeurs ont ordre de partir à l'heure même s'il manque un membre)

Pour le stop au Pont Nucera au Broc : RV à 7h10

Retour du ski : les jeunes préviennent eux-mêmes pour l'horaire d'arrivée

Pour les RV direct en station :

- AURON : 8h45 sur le parking inférieur de Chastellares
- ISOLA 2000 : 8h45 Parking P1
- VALBERG : 8h45 Parking des Eguilles (entre Beuil et Valberg)
- LA COLMIANE : 8h45 Parking sur la route du Suc (face au TS du Pic)

En cas d'urgence, il est possible de joindre le chauffeur du minibus, son n° de tél apparaît sur la sortie (merci de bien vouloir bannir au maximum les appels téléphoniques 📞)

Rappel : merci également de ne pas polluer le groupe AAS sur WhatsApp 🙏

Concernant le minibus , il est important d'en prendre soin : on ne pose pas ses skis ou bâtons dessus, on ne mange pas dedans   , bref tout un tas de recommandations qui paraissent évidentes mais on ne sait jamais 😊 ...

POUR CHAQUE SORTIE :

Merci de prévoir un petit sac à dos avec cape de pluie, gourde d'eau et barres céréales ou fruit etc...

Apporter le matériel en fonction du type d'entraînement ou course  (matériel qui, bien entendu sera préparé en amont : aiguisage, fartage...)

Vérifier que vous avez bien votre forfait 😊

(Ne jamais jeter le forfait ski en fin de saison car il sera réutilisé après encodage la saison suivante)

REGLEMENTATION MATERIEL :

TYPE DE CASQUE :

Le casque doit être obligatoirement homologué FIS (en GS, SG et DH) pour les coureurs des catégories U14 et + (attesté par l'étiquette de conformité normalisée, apposée de façon non amovible à l'arrière du casque, dans un endroit qui est et doit rester visible « Conforme aux spécifications FIS RH 2013 »).

Pour les coureurs des catégories U8 à U12, ils devront être porteur d'un casque répondant à la norme EN 1077 (classe A).

En SL toutes catégories, outre l'utilisation des modèles ci-dessus, les casques devront être certifiés conformément aux normes EN 1077 (classe B), ASTM 2040 ou SNELL 98. Les casques comprenant des couvertures d'oreilles en matériaux souples sont par ailleurs autorisés dans cette discipline.

PROTECTION DORSALE :

Le port d'une protection dorsale adaptée à la taille du coureur est OBLIGATOIRE dans les courses FFS, en compétition comme à l'entraînement, pour l'ensemble des disciplines, des niveaux d'épreuves et des catégories et doit être porté exclusivement sous la combinaison de course.

LONGUEUR DE SKIS : Consulter le site de la FFS

REGLEMENTATION COURSES

Lors de la reco, le dossard est obligatoire et doit être visible

Au moment où on entre dans l'aire de départ, on se concentre sur le tracé, on pense à bien respirer !

Sauf avis contraire, à la fin de la 1^{ère} manche, on remonte au départ retrouver le coach

Suite à la 2^{nde} manche, on rend son dossard à l'arrivée, si besoin on récupère son matériel (blouson, sac... laissés en haut) et on retrouve le coach à l'arrivée de la course

IMPORTANT :

Lors d'une reco, on ne passe jamais dans les cellules d'arrivée

En course, dès qu'il y a chute, on sort du tracé le plus rapidement possible (si cela est possible) et on ne passe surtout pas dans les cellules d'arrivée

Règlement passage ligne d'arrivée :

Il est possible de passer la ligne d'arrivée soit sur les 2 skis, soit sur un ski, soit avec les deux pieds en cas de chute entre la dernière porte et la ligne d'arrivée. Dans ce cas, le temps est pris lorsqu'une partie du corps du concurrent provoque une impulsion sur les installations de chronométrage.

En cas de gêne lors d'une course :

Le concurrent qui s'estime gêné, doit immédiatement s'arrêter, sortir du tracé et faire reconnaître cette gêne par le Juge de porte (ou un membre du Jury) le plus proche. Il ne doit en aucun cas avoir franchi l'arrivée

Cas de gêne :

- Obstruction de la piste (personnel, spectateur, animal, concurrent, ou autre obstacle)
- Objets sur la piste (skis, bâtons perdus par un coureur)
- Absence d'une porte non remise en place en temps utile

Si un compétiteur perd un ski sans avoir manqué de porte ou sans avoir marqué un arrêt complet, il peut continuer son parcours à condition qu'il ne gêne pas le concurrent suivant ou qu'il n'ait pas été dépassé par le concurrent suivant

