

Cours collectifs Adultes

Réservé > Licencié / Carte neige et Parents de membres des Clubs

Nicolas Bellabouvier (Diplôme d'état ski nordique)

Deux cours différents :

❖ Mardi Soir > COURS DEBUTANT

Le cours concerne les personnes qui désirent acquérir les bases des pas du ski nordique en Skating (classique si demande en nombre) :

- Apprentissage de tous les pas du ski nordique
- Se déplacer sur tous genres de pistes
- Maîtrise des descentes
- Savoir freiner et réagir aux situations complexes

❖ Jeudi soir > COURS DE PERFECTIONNEMENT

Le cours s'adresse aux skieurs qui se déplace facilement et qui pratique le ski régulièrement mais qui désire se perfectionner en Skating ou Classique si demande en nombre :

- Révisions de la gestuelle sur tous les pas du ski nordique
- Travail individuel pour une amélioration technique général
- Skier en s'adaptant aux différents terrains

Horaires et lieu :

Les cours auront lieu de 19h30 à 20h30 sur le site de la coupe aux Fourgs (Piste éclairée)

Tarifs et fonctionnement :

Type d'adhésion	Nombre de séance	Tarifs
Simple 1 pers.	6	100€
Famille 2 pers.		175€
Licencié ou carte neige		Déduction 20€

- Carnet de 6 séances
- Cours de Janvier à la fin de saison
- Possibilités de rater un cours (au total 10 séances environs)
- Pas de remboursements
- Règlement à la première séance (*Espèce uniquement*)

Inscription :

Pour vous inscrire envoyer Nom, Prénom et Numéro de téléphone avec le cours auxquelles vous voulez participer à : **(limité à 20 personnes par soir)**

Mail : nicolas.bellabouvier@gmail.com

Téléphone : 06/84/43/57/49 (SMS uniquement)

