

43e FINALE DES FOYERS

**Samedi 31 mars 2018 – GLIERES**

INFORMATIONS

**INSCRIPTIONS**

Deux fichiers Excel sont joints à cet envoi :

* **Un fichier d'inscription *épreuves performances*** : concerne les enfants participant aux épreuves chronométrées **et** aux ateliers
* **Un fichier d'inscription *Jeux Nordiques*** : concerne les enfants participant uniquement aux Jeux. Possibilité d’inscrire les enfants des catégories microbes ou au-delà de 12 ans.

Remplir les deux fichiers Excel joint en respectant précisément les indications dont :

* **Utiliser les onglets années d’âge pour le fichier épreuves de performances**
* Emploi correct des majuscules / minuscules, taille de police !
* Séparer nom et prénom
* Sexe : G pour garçon et F pour fille

Envoi des inscriptions :

* Par mail à : admin@haute-savoie-nordic.com
* **Dernier délai vendredi 23 mars au soir**! Au-delà de ce délai, nous ne pourrons plus traiter de nouvelles demandes.

**TRANSPORT / PARKING / IMPLANTATION**

* Lieu de déroulement : Domaine nordique des Glières
* Procédure parking : respecter l’organisation du parking mise en place

**Des parkings spécifiques sont prévus pour les différents véhicules :**

* + Les cars se garent à l’emplacement prévu devant le centre nordique
	+ Les minibus des foyers pourront se garer au bout du parking, au niveau du bâtiment Mémoire du Maquis
	+ Les voitures individuelles se gareront au bout du parking, au niveau du bâtiment Mémoire du Maquis
	+ Installation des foyers : utiliser la zone installée par l’organisation (plus de précisions à venir).

**A VOTRE ARRIVEE**

* Accueil : sur site assuré à partir de 8h30 par Haute Savoie Nordic
* Important pour récupérer vos dossards :
* Indiquer à l’accueil les absents (mise à jour des fichiers chrono)
* Récupérez ensuite : dossards, feuille de route, lots de participation

**STYLE TECHNIQUE**

Le **skating** est retenu afin de favoriser l’accessibilité à la Finale et permettre à tous (encadrants et enfants) de profiter de cette rencontre.

LE DEROULEMENT

**ACCUEIL** : remise des dossards et consignes

**FOYERS** : préparation du matériel, consignes aux enfants, découverte du site.

A partir

De 8h30

De 8h30

à 9h45

Reconnaissance épreuve performance.

De 10h

à 13h

**EPREUVE PERFORMANCE** : Parcours nordique

**JEUX NORDIQUES** : biathlon, jeux de vitesse, saut, ski orientation, slalom, handi ski, hectomètre lancé…..

A partir de 12h30

**PAUSE REPAS**

(foyers, organisation, officiels)

De 13h30

à 15h

**JEUX NORDIQUES** : biathlon, jeux de vitesse, saut, ski orientation, slalom, handi ski, hectomètre lancé…..

Ce déroulement et les horaires représentent la trame générale.

Ils seront adaptés en fonction des conditions rencontrées le jour de l’événement.

De 15h

à 15h30

L’EPREUVE DE PERFORMANCE

**ATTENTION** : En 2018, La Finale évolue et propose désormais une unique épreuve de performance sous la forme d’un parcours varié mêlant plats, montées et descentes. Il permet de démontrer sa maîtrise du déplacement, l’adaptation au terrain et la gestion de l’effort.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **COMPETENCE** | **DUREE** | **TERRAIN** | **POINTS IMPORTANTS** |
| **PARCOURS NORDIQUE VARIE** | Je sais m’adapter rapidement à des terrains et à la vitesse.Je sais gérer mon effort et adapter mes gestes au terrain et au rythme de ski.Je sais skier dans différents types de neige. | 6’ à 12’ | Parcours d’effort ponctué de zones variées qui mettent en avant la maîtrise de la motricité : * montée forte,
* descente slalom,
* virage épingle,
* bosses alternées,
* saut,
* dévers,
* slalom montée,
* hors-piste,
* …
 | 4 à 5 ateliers sur le parcoursLes ateliers ne seront pas trop durs et accessibles à tousLe positionnement des ateliers sur le parcours sera équilibré |

Principes de déroulement :

* Ouvert aux catégories U9, U10, U11 et U12.
* Déroulement en matinée.
* Les catégories ont des horaires spécifiques sur chaque épreuve (horaires transmis avant la Finale).
* **Départs par catégorie et par sexe**
* Les skieurs rendent leur dossard après la course
* Ils se présentent au départ à horaire défini.
* Un seul essai
* Technique : style libre
* Modes de départ : départ toutes les 15’’ (à affiner selon les effectifs)

Ordre des départs par catégorie :

* L’ordre des départs se fera par catégorie tirée au sort et non plus par foyer

Les listes de départ vous seront transmises quelques jours avant la Finale.

LES JEUX NORDIQUES

Accessibles à tous, toute la journée, les Jeux Nordiques sont un moment fort de la Finale. Ils permettent de montrer son niveau de maîtrise et de découvrir de nouvelles activités nordiques.

THEMES DES JEUX NORDIQUES

|  |  |
| --- | --- |
| Glisse en pente | Saut, slalom parallèle, hectomètre lancé, creux et bosses… |
| Glisse au plat | Jeux de vitesse, whoops… |
| Tirer | Biathlon air comprimé et tir laser |
| La tête et les jambes | Ski orientation |
| Montagne | DVA, sécurité, igloo |
| Handi ski | Luge nordique, pulka, biathlon malvoyant |
| Autres glisses | Parcoursgymkana, hand ball ski… |

Les Jeux seront adaptés en fonction des espaces disponibles et de l’enneigement le jour de l’événement.

**IMPORTANT : l’encadrement des Jeux Nordiques**

Afin de valoriser le fonctionnement des Jeux Nordiques, l’encadrement a été renforcé avec la collaboration de partenaires pour assurer l’encadrement (USEP, comité Départemental handisport, Team HSN, ESF, moniteurs HSN…).

**La participation des foyers à l’animation des ateliers reste essentielle pour assurer leur bon déroulement, ainsi pour cette édition nous proposons de répartir l’encadrement de certains ateliers entre les différents foyers selon des créneaux définis :**

Exemple : Défi 10 secondes (2 personnes):

10-12h = Foyer de xx + Foyer de xx

13h-15h= Foyer de xx + Foyer de xx

Durant leur créneau d’animation, les foyers sont libres de s’organiser comme ils le souhaitent notamment pour permettre aux parents bénévoles de voir la course de leur enfant.

* Rôle : faire fonctionner un Jeu (avec les moniteurs, athlètes du team, l’Usep, etc…) : accueil, consignes, chronométrage, validation de la feuille de route, entretien du jeu….
* Profil de la personne déléguée : savoir skier, posséder quelques compétences avec les jeunes… et avoir envie qu’ils passent un bon moment !

Nous reviendrons très vite vers vous pour plus d’informations.

Nous définirons à l’avance la ventilation des bénévoles sur les différents ateliers et nous la transmettrons.

Merci d’avance pour votre participation !