

La commission Ski de fond propose pour chaque sortie plusieurs activités :

- Ski de fond :

- Ski en ligne/classique : dans une trace
- Ski skating : à la manière d'un roller-skate
- Une initiation au biathlon vous sera proposée lors d'une sortie

- Raquettes en station:

- Les stations de ski de fond disposent de sentiers balisés et sécurisés en parallèle des pistes de ski

Aucun prérequis de forme physique n'est nécessaire, vous pratiquerez suivant votre niveau...et vous vous améliorerez.

Pourquoi pratiquer le ski de fond/raquettes ?

- C'est bon pour la santé : cardio, pas de traumatismes (tels ceux de la course à pieds), chutes bénignes en comparaison d'autres activités de montagne.
- Accessible à tout niveau et à tout âge
- Activité pratiquée en moyenne montagne, en plein air, sans aucun bruit (si ce n'est celui des oiseaux !), en pleine nature mais sans risque d'avalanche
- Un complément hivernal à votre sport habituel (vélo, course à pied, ski roues, randonnées, autre...)

Pourquoi adhérer et sortir avec le SLAT :

- Encadrement des sorties par des membres du bureau
- Vous ne serez jamais laissés seul-e-s...sauf si vous le souhaitez !
- Pris en charge par bus, ou à défaut un minibus de 9 places/covoiturage
- Prix identique et modéré pour chaque sortie le samedi
- Au choix de chacun, cours collectifs le matin, proposés pour tous niveaux, toutes techniques (sans surcoût)
- Découverte activité biathlon (1f/an)

Tenue/Matériel :

- Coupe-vent, bonnet, gants légers : la tenue est légère et peu onéreuse...vous êtes peut-être déjà équipés ! Vous pouvez reprendre la base de celle de vos randos estivales ou de votre jogging
- Skis : le bureau pourra vous assister et vous conseiller sur le matériel que vous souhaitez louer ou acheter

Location :

- Si vous ne disposez pas de matériel, possibilité de louer (ski/ chaussures/ raquettes) en station
- Modalité de remboursement avec la participation du SLAT en fin de saison

Organisation des sorties :

- Un Calendrier prévisionnel est publié pour les samedis (en fonction de l'enneigement) et figé pour les week-ends
- Inscription au SLAT est nécessaire (ou via le site du CE Airbus Operations)
- Information sur votre téléphone en cas d'annulation (intempéries....)
- Bus Départ/retour habituel au parking du Delivery Center à Colomiers

- Le midi, chacun déjeune avec son sandwich. Il y a aussi possibilité de déjeuner au restaurant de la station (la plupart de nos destinations en disposent)

Compétition :

- Vous voulez être le nouveau Vincent Fourcade...et il faut bien débiter un jour !
- Certains adhérents font des courses populaires pour le spectacle, l'ambiance et le plaisir de participer (Transjurassienne, Savoyarde, Marxa Beret, Beilloise, ...) : si l'une d'entre elles vous tente, joignez-vous à l'équipe !

Nous serons heureux de vous accueillir. Vous hésitez encore... vous avez des questions ?

N'hésitez pas à nous contacter ! (skidefond.slat@gmail.com)