

# FORMULE ADOS



Enfants avancés à experts

Age	Type	Inscription	Participants
11 – 15 ANS (2011 – 2007)	Cours et camps	7 septembre 2022	24

Date	Genre	Activité	Jour	Horaire	Lieu
20.09.22 OBLIGATOIRE	Séance des nouveaux parents Séance des tous les parents		Mardi	18 :30- 19 :30 19 :30 -20 :30	Collège de Villiers
07.09 – 21.12.22	Entraînement	Polysport	Mercredi	13 :30 -15 :30	SGD
17-18.09.22	Camp entraînement	Polysport	Sa au dimanche	09 :00 -16 :00	Chuffort
18.11-20.11.22	Camp entraînement	Ski	Ve au Dimanche	17 :00-19 :00	Zinal
02.12-04.12.22	Camp entraînement	Ski	Ve au dimanche	17 :00 -19 :00	Zinal
16.12-18.12.22	Camp entraînement	Ski	Ve au dimanche	17 :00 -19 :00	Zinal
28.12-30.12.22	<i>Entraînement fac.</i>	<i>Ski</i>	<i>Mercredi au vendredi</i>	<i>09:00 – 12 :00</i>	<i>Zinal</i>
11.01-05.04.23	Entraînement	Ski	Mercredi	13:30 -16 :30	SBS
03.01-05.01.23	<i>Entraînement fac.</i>	<i>Ski</i>	<i>Mardi au jeudi</i>	<i>09:00 – 12 :00</i>	<i>SBS</i>
14.01-01.04.23	<i>Entraînement fac.</i>	<i>Ski</i>	<i>Samedi</i>	<i>0 :00 -12 :00</i>	<i>SBS</i>
07.01.23	<i>Grand Prix Migros</i>	<i>Ski</i>	<i>Dimanche</i>	<i>06 :00-18 :00</i>	<i>Les Crosets</i>
21.01.23	Ragusa Ski Cup	Ski	Samedi	08:00-17 :00	Les Bugnenets
22.01.23	Ragusa Ski Cup	Ski	Dimanche	08:00-17 :00	Les Bugnenets
29.01.23	Coupe Didier Cuche	Ski	Dimanche	08:00-17:00	La Robella
11.02.23	Ragusa Ski Cup	Ski	Samedi	08:00-17:00	La Corbatière
12.02.23	Ragusa Ski Cup	Ski	Dimanche	08:00-17:00	La Corbatière
18.02.23	Coupe Didier Cuche	Ski	Samedi	08:00-17:00	Les Près-d'Orvin
19.02.23	Coupe Didier Cuche	Ski	Samedi	08:00-17:00	Les Près-d'Orvin
24.02.23	Trophée Nocture	Ski	Samedi	19:00-21:00	Le Crêt-du-Puy
04.03.23	Ragusa Ski Cup	Ski	Samedi	08:00-17:00	Les Près-d'Orvin
05.03.23	Coupe Didier Cuche	Ski	Dimanche	08:00-17:00	Les Près-d'Orvin
12.03.23	Grand Prix Migros	Ski	Dimanche	06 :00-18 :00	Grindelwald
26.04-31.05.23	Entraînement	Polysport	Mercredi	13:30-15:00	SGD

Attention, les entraînements n'ont pas lieu durant les vacances scolaires neuchâteloises.

## MISSION ET OBJECTIF

Cette formule a pour mission d'apporter du plaisir aux jeunes en proposant des expériences motrices spécifiques à la discipline et adaptées au stade de leur développement. L'objectif est de compléter le répertoire moteur des jeunes et de développer les qualités de coordination et de condition physique nécessaires à la progression de leur performance sportive.

La pratique d'un entraînement spécifique permet de réaliser des combinaisons de mouvements techniques complexes. Avec une coordination optimale, une variation de l'amplitude, de force, de vitesse et de temps, ils seront capables d'être performant dans des expériences positives en compétition.

## CONTENU DE LA FORMULE :

- Encadrement, coaching et soutien durant l'ensemble des activités de la formule ;
- Frais d'inscription aux compétitions et licence Swiss-Ski ;
- Participation aux frais de camps et des compétitions ;

**PRIX : CHF 250.- (Membre Famille : CHF 230.-)**

**+ achat d'une softshell ou/et veste du ski-club**

## ENCADREMENT

Julien Boss, entraîneur  
Entraîneur de club Swiss-Ski  
Moniteur J+S Sport des jeunes Ski

(les frais des camps d'entraînement et des compétitions ne sont pas compris)

- Nous vous rendons attentifs aux dispositions générales s'appliquant spécifiquement pour cette formule.
- En cas de manque de neige des entraînements polysportifs remplaceront les entraînements à ski.
- Matériel polysport : Equipement de sport intérieur et extérieur. Matériel ski : Equipement pour le ski.