



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

Programme Jeunes Terresens FFS Compte-rendu Camp Filles

Date : 06/06/08/12/18
Lieu : ST FOY
Années d'âge : 2003/2004 Filles
Logement : Appartements dans la station

Encadrement :

BORNAT PIERRE	FFS
BURDIN ROBERT	FFS
GUTH BRICE	MV
BELLIN GUILLAUME	SA
RUDLOFF GUILLAUME	SA
BLANC PATRICK	MB
PERISSIN SALOMON	MB
DUBOIS JEREMY	MB
BREMONT QUENTIN	AP
CHAMPIOT ROBIN	AP

JOURS	CRENEAU de : 9h à 11h30	CRENEAU de : 13h30h à 16h00	Activités après midi	Réunion Bilan
Jeudi 06 Décembre 2018		Slalom : 2 ateliers successifs. 1 atelier 28 CD ds la pente. 1 atelier 20 CD « boys ». Conditions assez difficiles, pente forte, neige dure.	Vidéo/ footing de récup/ gainage/ étirements.	Bilan de l'après-midi. Installation des filles et du staff dans les appartements
Vendredi 07 Décembre 2018	Géant : 23 CD, 2 passages chronos + 3 passages sans chrono Neige : fond dur Beau temps	Slalom : 2 ateliers 1 atelier 32 CD Pente moyenne. 3 passages chronos + 1 passages sans chrono 1 atelier 20 CD « boys ».	Vidéo/ footing de récup/ gainage/ étirements.	Bilan de la journée information/débat par les entraîneurs sur les caractéristiques techniques du géant Bilan général des 2 stages PJT
Samedi 08 Décembre 2018	Géant : 1 atelier 20 CD Pente moyenne (partie haute de la piste). 3 passages chronos + 2 passages sans chrono Conditions correctes après quelques lissages	Slalom : 1 atelier 36 CD Pente moyenne. 3 passages chronos + 1 passages sans chrono Bonnes conditions après nettoyage de la neige fraîche	Fin de Stage	



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

Objectifs du stage :

- Deuxième stage PJT à la suite de celui de Bonneval. Renforcement du travail initié lors du 1^{er} stage. Faire des séances d'entraînement sur des profils différents (piste longue, terrain naturel...).
- Bénéficier d'un stade d'entraînement préparé de façon optimale.

Bilan :

- 2.5 journées d'entraînement dans des conditions pas faciles. Du fait du regel fort de Mercredi, le fond est resté très dur. Les filles ont eu quelques difficultés lors des premières séances mais au fil des passages elles ont pris confiance et nous ont montré du beau ski sur la fin du stage.
- Afin de varier les situations d'entraînement, nous avons souhaité varier les terrains. 2 séances de géant, « 1 ds la pente et la seconde sur un profil plus facile ». En slalom la première séance s'est déroulé sur une pente assez forte ; ce qui a amené beaucoup de retenue pour certaines filles. Les 2 séances suivantes ont été faites sur un profil plus vallonné sur une pente moyenne ; ce qui a engendré un ski plus engagé et plus intéressant.
- Pour cet automne les stages PJT sont terminés. Place maintenant à la première compétition nationale avec la coupe de Noël à Val Thorens les 18 et 19 Décembre 2018. Le prochain PJT pour les filles aura lieu sur la piste de vitesse à Orcières Merlette du 10 au 12 janvier 2019

Remerciements :

- **Aux Responsables de la Station de St Foy :** pour la mise en place de la piste d'entraînement. Production de neige de culture, préparation de la piste et damages réguliers, ouverture des remontées mécaniques.
- **A Vincent CHARRIERE :** Entraîneur du SKI CLUB DE ST FOY pour la coordination générale des entraînements, sa disponibilité et son adaptabilité rapide quand la météo est mauvaise
- **A Danielle CHAUDAN, Guy GONTHIER :** Propriétaires des hébergements qui ont accueillis les jeunes U16.
- **Au Restaurant « l'a Cœur » :** qui a ouvert l'établissement afin que les jeunes U16 et l'encadrement puissent manger.
- **Au Groupe TERRESENS :** Mécène du Programme Jeunes FFS.
- **Aux entraîneurs présents qui ont beaucoup travaillé sur les tracés afin de les rendre sécurisés et lisses pour faire de bon entraînements.**

Robert Burdin
Responsable Programme Jeunes Terresens



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

CHRONOS GS Vendredi 07 décembre 16 23 CD Neige de culture compacte						
	NOM PRENOM	ANNEE	COMITE	CLUB	M1	M2
1	JALLAT ANABELLE	2003	SA	ST FRANCOIS	NF	35.41
2	OLLIER MARJOLAINE	2003	AP	SERRE CHEVALIER	35.38	35.35
3	GIRAUD AMELIE	2003	SA	VALLOIRE	34.80	35.94
4	DELOCHE LILA	2003	MB	GRAND BORNAND	35.95	36.40
5	HUOT MARCHAND KEALA	2003	AP	SERRE CHEVALIER	39.15	38.15
6	JAY MANON	2003	SA	LES MENUIRES	37.35	36.15
7	BRAUD LUCIE	2003	MB	LES HOUCHES	37.74	36.20
8	CURDY FAUSTINE	2003	SA	LA PLAGNE	36.77	ABD
9	ROLLAND EMMA	2003	SA	PRALOGNAN	34.88	35.26
10	JAY MARION	2003	SA	MENUIRES	35.80	35.41
11	GUILLAUME CAPUCINE	2003	SA	MENUIRES	35.01	ABD
12	VAUCELLE ELEONORE	2003	MB	MEGEVE	34.29	36.68
13	PHILIPART CLEMENCE	2003	SA	LES ARCS	35.57	35.80
14	PAGE ROMY	2004	AP	SERRE CHEVALIER	ABD	36.13
15	DOUAT ZOE	2004	PE	SKI TOY	34.69	34.36
16	GAIDET NOEMIE	2004	SA	LA ROSIERE	38.94	39.34
17	FONNE EGLANTINE	2004	MV	SC BONHOMME	ABD	36.32
18	KRUMB LILOU	2004	SA	LES MENUIRES	Arrêté	34.03 ?
19	LAFFONT CHARLOTTE	2004	MB	MEGEVE	38.84	39.56
20	ARRIGONI ALANIS	2004	MB	BOGEVE	ABD	36.06
21	BOUDY AGHATE	2004	MB	SAMOENS	PP	PP
22	LACREUSE EMMA	2002	SA	LES SAISIES	NF	NF



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

CHRONOS SL Vendredi 07 décembre 18 32 CD Neige de culture compacte							
	NOM PRENOM	ANNEE	COMITE	CLUB	M1	M2	M3
1	JALLAT ANABELLE	2003	SA	ST FRANCOIS	27.92	38.68	27.74
2	OLLIER MARJOLAINE	2003	AP	SERRE CHEVALIER	27.38	27.15	27.62
3	GIRAUD AMELIE	2003	SA	VALLOIRE	27.99	27.65	ABD
4	DELOCHE LILA	2003	MB	GRAND BORNAND	27.61	27.98	27.66
5	HUOT MARCHAND KEALA	2003	AP	SERRE CHEVALIER	ABD	29.87	28.96
6	JAY MANON	2003	SA	LES MENUIRES	27.36	ABD	27.11
7	BRAUD LUCIE	2003	MB	LES HOUCHES	ABD	28.18	28.37
8	CURDY FAUSTINE	2003	SA	LA PLAGNE	27.61	27.77	27.86
9	ROLLAND EMMA	2003	SA	PRALOGNAN	29.34	28.84	28.79
10	JAY MARION	2003	SA	MENUIRES	27.36	27.05	27.36
11	GUILLAUME CAPUCINE	2003	SA	MENUIRES	28.35	28.22	ABD
12	VAUCELLE ELEONORE	2003	MB	MEGEVE	28.47	27.67	28.22
13	PHILIPART CLEMENCE	2003	SA	LES ARCS	27.84	ABD	28.19
14	PAGE ROMY	2004	AP	SERRE CHEVALIER	ABD	ABD	27.96
15	DOUAT ZOE	2004	PE	SKI TOY	28.62	28.40	28.14
16	GAIDET NOEMIE	2004	SA	LA ROSIERE	ABD	29.66	ABD
17	FONNE EGLANTINE	2004	MV	SC BONHOMME	28.86	ABD	28.01
18	KRUMB LILOU	2004	SA	LES MENUIRES	28.87	29.11	28.56
19	LAFFONT CHARLOTTE	2004	MB	MEGEVE	29.86	30.52	30.84
20	ARRIGONI ALANIS	2004	MB	BOGEVE	28.69	PP	28.87
21	BOUDY AGHATE	2004	MB	SAMOENS	29.50	ABD	30.57
22	LACREUSE EMMA	2002	SA	LES SAISIES	NF	NF	NF



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

CHRONOS GS Samedi 08 décembre 18 20 CD Neige de culture compacte							
	NOM PRENOM	ANNEE	COMITE	CLUB	M1	M2	M3
1	JALLAT ANABELLE	2003	SA	ST FRANCOIS	31.79	31.35	31.47
2	OLLIER MARJOLAINE	2003	AP	SERRE CHEVALIER	NP	31.25	31.93
3	GIRAUD AMELIE	2003	SA	VALLOIRE	ABD	32.10	31.53
4	DELOCHE LILA	2003	MB	GRAND BORNAND	31.25	30.89	30.44
5	HUOT MARCHAND KEALA	2003	AP	SERRE CHEVALIER	32.82	32.27	32.41
6	JAY MANON	2003	SA	LES MENUIRES	32.47	ABD	ABD
7	BRAUD LUCIE	2003	MB	LES HOUCHES	ABS	ABS	ABS
8	CURDY FAUSTINE	2003	SA	LA PLAGNE	32.27	31.83	30.90
9	ROLLAND EMMA	2003	SA	PRALOGNAN	31.37	31.27	31.48
10	JAY MARION	2003	SA	MENUIRES	ABS	ABS	ABS
11	GUILLAUME CAPUCINE	2003	SA	MENUIRES	31.39	30.78	30.98
12	VAUCELLE ELEONORE	2003	MB	MEGEVE	31.42	31.13	31.39
13	PHILIPART CLEMENCE	2003	SA	LES ARCS	31.71	31.27	31.11
14	PAGE ROMY	2004	AP	SERRE CHEVALIER	ABS	ABS	ABS
15	DOUAT ZOE	2004	PE	SKI TOY	31.92	31.52	NP
16	GAIDET NOEMIE	2004	SA	LA ROSIERE	33.30	32.89	33.09
17	FONNE EGLANTINE	2004	MV	SC BONHOMME	31.55	31.46	32.71
18	KRUMB LILOU	2004	SA	LES MENUIRES	32.66 (DISQ)	31.80	31.61
19	LAFFONT CHARLOTTE	2004	MB	MEGEVE	32.37	32.28	31.58
20	ARRIGONI ALANIS	2004	MB	BOGEVE	32.00	31.11	30.48
21	BOUDY AGHATE	2004	MB	SAMOENS	32.79	32.12	32.12
22	LACREUSE EMMA	2002	SA	LES SAISIES	NF	NF	NF



Fédération Française de Ski

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

CHRONOS SL Samedi 08 décembre 18 36 CD Neige de culture compacte							
	NOM PRENOM	ANNEE	COMITE	CLUB	M1	M2	M3
1	JALLAT ANABELLE	2003	SA	ST FRANCOIS	ABD	ABD	36.66
2	OLLIER MARJOLAINE	2003	AP	SERRE CHEVALIER	36.36	36.74	35.66
3	GIRAUD AMELIE	2003	SA	VALLOIRE	37.28	ABD	36.86
4	DELOCHE LILA	2003	MB	GRAND BORNAND	37.29	36.52	36.96
5	HUOT MARCHAND KEALA	2003	AP	SERRE CHEVALIER	ABD	38.47	38.20
6	JAY MANON	2003	SA	LES MENUIRES	37.30	36.35	36.40
7	BRAUD LUCIE	2003	MB	LES HOUCHES	ABS	ABS	ABS
8	CURDY FAUSTINE	2003	SA	LA PLAGNE	36.98	36.19	35.49
9	ROLLAND EMMA	2003	SA	PRALOGNAN	38.34	37.32	37.04
10	JAY MARION	2003	SA	MENUIRES	ABS	ABS	ABS
11	GUILLAUME CAUCINE	2003	SA	MENUIRES	38.89	40.10	ABD
12	VAUCELLE ELEONORE	2003	MB	MEGEVE	ABD	37.29	37.39
13	PHILIPART CLEMENCE	2003	SA	LES ARCS	38.82	ABD	38.41
14	PAGE ROMY	2004	AP	SERRE CHEVALIER	ABS	ABS	ABS
15	DOUAT ZOE	2004	PE	SKI TOY	37.05	37.11	37.24
16	GAIDET NOEMIE	2004	SA	LA ROSIERE	ABD	39.03	NF
17	FONNE EGLANTINE	2004	MV	SC BONHOMME	ABS	ABS	ABS
18	KRUMB LILOU	2004	SA	LES MENUIRES	38.22	38.11	38.20
19	LAFFONT CHARLOTTE	2004	MB	MEGEVE	40.60	40.30	NF
20	ARRIGONI ALANIS	2004	MB	BOGEVE	38.15	37.97	37.17
21	BOUDY AGHATE	2004	MB	SAMOENS	ABS	ABS	ABS
22	LACREUSE EMMA	2002	SA	LES SAISIES	NF	NF	NF