



DES NOUVELLES DE HAUT-JURA SKI



Et voilà, nous sommes repartis pour une nouvelle saison et une deuxième où nous essayerons de retracer la saison au fur et à mesure dans ces newsletters. C'est également la troisième saison pour Youri en tant qu'entraîneur au club et la deuxième pour nos coprésidents : Anne-Laure, Jean-Christophe et Laurent.

Après deux dernières saisons pauvres en neige, il n'a pas été trop difficile pour Youri de remobiliser et remotiver les troupes dès la reprise des activités en proposant un panel très varié d'activités outdoor lors de cette première période, de mai à août. Bon nombre d'enfant ont ainsi pu découvrir de nouvelles activités comme le kayak, le trapèze volant, l'escalade ou encore le foot. Tout cela n'aurait pas été possible sans la proposition d'activités, l'organisation des séances et l'aide apportée par les différents parents sur les différents week-ends.



Les 1^{ers} entraînements ont commencé, jusqu'aux vacances d'été, le mercredi après-midi et le samedi matin pour les groupes blanc et rose. Pour les groupes gris, violet et jaune, ceux-ci étaient proposés le samedi après-midi. Quelques journées sont venues se rajouter le samedi ou le dimanche avec des marches ou du kayak. Mais également des séances de tirs le vendredi soir proposées par Vincent et Youri et des sorties à vélo pour le groupe rose et la team HJS, le dimanche avec en point d'orgue une sortie au Grand Colombier.

Au début des vacances d'été, ont eu lieu les 2 premiers stages : à Giron pour les blancs et roses et dans les Aravis pour les jaunes. Pendant l'été, des entraînements ont été proposés presque tous les jours pour les différents groupes. A la fin de celle-ci, 2 nouveaux stages sont venus clôturer les vacances : aux Plans d'Hotonnes pour les blancs et roses et à Chalain pour les violets et jaunes. Les plus grands (à partir de U15-2) ont pu participer au Challenge National Vincent Vittoz aux Plans d'Hotonnes après leur stage.

A la rentrée, le rythme habituel a recommencé et les jaunes ont pu aussi venir quelques fois le mercredi après-midi grâce aux différents encadrants présents en plus de Youri. Les U11/U13 ont eu la chance d'aller participer au Martin Fourcade Nordic Festival à Annecy avec des très beaux résultats. De leur côté à la mi-Septembre, les U15 et plus avaient rendez-vous aux Tuffes pour la course régionale d'ouverture de la saison 2024/2025 et début octobre à La Bresse pour les Championnats de France de ski roue. Toutes les catégories se sont ensuite réunies, fin octobre, aux Tuffes pour la seconde course régionale.





Haut-Jura Ski a aussi pu, comme cela est le cas depuis plusieurs années, participer au Forum des Associations de la ville de Saint-Claude le 14 septembre et organiser sa journée « portes ouvertes » le samedi suivant. Ces journées sont l'occasion pour les nouveaux d'essayer les différentes activités proposées par le club et les nouvelles tenues. Un petit moment convivial est offert par le club aux enfants présents avec le goûter. Plutôt dans l'année et en collaboration avec la ville de Saint-Claude et les autres associations Saint-Claudiennes, Haut-Jura Ski a participé à la Journée Paris 2024 organisée à Saint-Claude, le samedi 13 juillet.

Le mot de l'entraîneur, Youri SCHMITT :

La préparation a commencé en mai. Jusqu'à fin juin, on a proposé des activités diverses et variées pour multiplier un maximum l'entraînement et proposé un maximum de choses aux licenciés. A partir du mois de juillet les stages ont commencé et l'entraînement spécifique a repris, principalement pour le groupe blanc, notamment le ski roue et le travail d'allures. Fin Août, il y a eu le Challenge National Vincent Vittoz qui s'est très bien passé pour nos U15-2. On a ensuite enchainé avec le début de la période automnale où l'entraînement va de plus en plus s'intensifier et se spécialiser sur le ski roue pour avoir une adaptation rapide sur les skis.



Plusieurs courses ont été proposées en septembre et octobre en ski roue. Une première à Arçon, mi-Septembre, les Championnat de France de Ski roue à La Bresse, début octobre et une course de ski roue, fin octobre, aux Tuffes. Le but est d'utiliser ses courses comme courses de préparation pour essayer que cet hiver tout soit au point comme l'échauffement, la gestion de course, la gestion du stress, la récupération. Pour les plus petites catégories, on essaye petit à petit, du mois de juillet à septembre, de faire du ski roue et proposer des entrainements plus tournés sur les jeux. Ces entrainements vont aussi petit à petit s'intensifier à l'approche de l'hiver mais toujours en restant dans un esprit ludique.

Pour toutes les catégories, on attend l'hiver avec impatience et les objectifs, un peu comme chaque année, sont de collectivement bien performer sur la Coupe du Jura (clubs, filles, par catégories) mais également sur le relais régional où nous aurons de belles équipes, particulièrement en U15/U16, capables de jouer devant et pourquoi pas décrocher un titre. Pour les U15, l'objectif sera bien évidemment le rassemblement national U15 où les résultats joueront un rôle dans le bilan de la saison. Et on garde aussi dans un coin de notre tête les Championnats de France des clubs à Autrans le dimanche 23 mars avec nos équipes féminines et masculines en D1, où l'objectif sera le maintien dans cette division.



Les Belles Combes 2024/2025 :



Après une annulation lors de la saison 2023/2024 faute de neige, nous revoilà pour une nouvelle édition, la 42^{ème}, le 21 et 22 décembre 2024. Cette date avancée permettra à la course d'avoir une envergure internationale car aucune course ne se déroulera en même temps. Différents athlètes ont déjà coché la date et sont pressenties au départ :

- Thomas JOLY (FRA), Team Ramudden (SUE), 2^{ème} au classement général de la WorldClassic et vainqueur de la Toppidrettsveka
- Thomas ODEGAARDEN (NOR), Team Ekjsjohus (SUE), vainqueur de la Marcialonga Artic Ski Race 2024 et 4^{ème} de la Vasaloppet 2024
- Jérémy ROYER (FRA), Team Ekjsjohus (SUE), plusieurs Top20 en Ski Classics et 9^{ème} de l'Alliansloppet 2023
- Hanna FINE (FRA), Team Ed System Vltava Fund (CZE), 12^{ème} à l'Alliansloppet 2024 et 2^{ème} sur la dernière édition des Belles Combes
- Laurie FLOCHON-JOLY (FRA), 17^{ème} de la Venosta Criterium 2024 et 3^{ème} de la dernière édition des Belles Combes
- Kati ROIVAS (FIN), Team Ekjsjohus (SUE), 3^{ème} de la Vasaloppet 2024 et 2^{ème} au classement général de la Ski Classics



Les Belles Combes feront parties, comme les années précédentes, des différents circuits « Longue Distance » : Ski Tour Massif Jurassien, Marathon Ski Tour et Ski Classics Challengers. Elle sera même la seule course en classique comptant pour le Marathon Ski Tour.

Nouveauté cette année, à la fin de la course, différents dossards seront attribués : un dossard jaune pour le 1^{er} et la 1^{ère} et un dossard vert pour le 1^{er} et la 1^{ère} du sprint.

Pour plus de renseignements et d'infos, vous pouvez consulter le site Internet <https://www.lesbellescombes.fr/> et si vous avez des remarques ou suggestions, contacter nous par mail : info@lesbellescombes.fr



Présentation des athlètes appartenant aux différents groupes :

Agathe MARGREITHER, U20-1
Groupe horizon 2030



Sports et Neige Lamoura

Manech VERNEREY, U20-1
Comité Ski Massif Jurassien



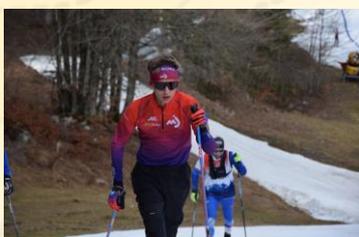
ES de Septmoncel

Lennie VINCENT, U23-1
Comité Ski Massif Jurassien



ES de Septmoncel

Thibaut MARGREITHER, U18-1
Comité Départemental Jura



Sports et Neige Lamoura

Nathan GUIENNET, U18-2
Comité Départemental Jura



USC de La Pesse

Nathan PONARD, U18-2
*Partenaire d'entraînement
Comité Départemental Jura*



Sports et Neige Lamoura

Armand NAUCHE, U16
Comité Départemental Jura



Sports et Neige Lamoura

Gaby THOMAS, U16
Comité Départemental Jura



USC de La Pesse

Tiebe DE STRYKER, U16
*Partenaire d'entraînement
Comité Départemental Jura*



AS des Moussières

Claire MOYSE, Sen
Team Nordic Expérience



Sports et Neige Lamoura

Antoine MILLET, U23G
Team Nordic Expérience



USC de La Pesse

Valentin CHAUVIN, SenG
Team Transju Intersport



AS du Haut-Jura

Emma PETITJEAN, U15F
Interclub U15



ES de Septmoncel

Myla PIERRAT, U15F
Interclub U15



USC de La Pesse

Gaston CREUZET, U17G
Comité Départemental Jura



ES de Septmoncel

Emy VENTURINI, U16F
Comité Départemental Jura



AS du Haut-Jura

Marie DALLOZ, U14F
Comité Départemental Jura



ES de Septmoncel

Noa HUMBERT, U17G
Comité Départemental Jura



ES de Septmoncel

Lander DE STRYKER, U14G
Comité Départemental Jura



AS des Moussières

Pablo VENTURINI, U14G
Comité Départemental Jura



AS du Haut-Jura

Giel DE STRYKER, U12G
Comité Départemental Jura



AS des Moussières

Bleu : Ski de fond
Violet : Ski de fond
Rose : Ski de fond
Vert : Ski de fond
Rouge : Ski de fond
Orange : Biathlon
Jaune : Ski Alpin

Quelques résultats de ce début de saison :

Que font les licenciés durant la préparation et les mois chargés de juin à août ? Pour certains c'est l'occasion de sortir les baskets, remettre un dossard et s'inscrire sur les différents trails du coin. Et il n'en manque pas, entre le challenge des Abadées du Haut-Jura, la Transju'trail, l'UTTJ ou encore UTMJ.



Pour les plus grands et moins ardues de course à pied, c'est aussi l'occasion de renfiler un dossard sur les différents cyclos du plateau. Et là aussi, ils ne sont pas déçus : la Cyclo de la Vache qui rit, la Cyclo du Pays de Gex, la Cyclo du Haut-Jura, la Grimpée de Cinquétral ou encore la Transju'Cyclo. Pour finir, certains licenciés, penchent sur d'autres courses plus ludiques comme les Kilomètre Vertical ou les Triathlon.



Les vacances d'Été marquent aussi la reprise des compétitions en ski roues avec l'organisation du Challenge Vincent VITTOZ aux Plans d'Hotonnes. Mais aussi à l'étranger avec la participation de Lennie et Manech au BlinkFestival à Sandnes (Norvège). Sans oublier les courses régionales organisée à Arçon, sous un format assez inédit pour les fondeurs et plus

classique pour les biathlètes, et une nouvelle fois aux Tuffes avec un sprint skate. Et bien évidemment pendant l'Automne, les courses Nationales reprennent : Championnat France de Ski roue à La Bresse et Summer Tour biathlon aux Tuffes et à Arçon. Ci-dessous les principaux résultats réalisés par les licenciés d'Haut-Jura Ski :

Le challenge des Abadées :

Athlètes	Courses	Place
Ina GUERRE, U14F	La Foulée de Chevry 3km	2° (catégorie)
Candice DOUSSOT, U16F	Trail du Chalam 9km	2° (général)
Nathalie FUMEY, SenF	Trail du Chalam 15km	4° (général)
Félicien SOULAGE, U18G	Trail de la Vallée du Tacon 8km	2° (général)
Thibault MARGREITHER, U18G	La Rubatée Verte 9km	5° (général)
Thomas GRANDJEAN, SenG	Foulée des Combes 11km	3° (général)
Thibaud PAGET, SenG	Trail des 7 Monts, 34km	4° (général)

Sans oublier tous les jeunes qui ont couru sur les différentes animations proposées !

Les autres compétitions à pied :

Romane PETITJEAN, 2013F	Transju'trail Des Marmots	2° (catégorie)
Gabin TEIL, 2013G	Transju'trail Des Marmots	4° (catégorie)
Emma PETITJEAN, MINF	Transju'Trail 5km	3° (général)
Nathan PONARD, U18G	UTTJ La Microscopic 9km	3° (général)
Nathan GUIENNET, U18G	UTTJ La Microscopic 9km	5° (général)

Sans oublier tous les licenciés qui ont couru sur les différentes animations proposées !



Les compétitions de vélo et autres :

Nathan GUIENNET, U18G	Cyclo de la Vache qui rit 80km	9° (général)
Adrien VINCENT, SenG	Triathlon de Langogne M relais	4° (général)
Nathan GUIENNET, U18G	Cyclo Haut-Jura	9° (général)
Antoine MILLET, SenG	Grimpée de Cinquétral	9° (général)
Romane PETITJEAN, 8/11F	Lamoura'thlon	3° (général)
Noé BILLET, 8/11G	Lamoura'thlon	3° (général)
Tim BELIARD, 8/11G	Lamoura'thlon	8° (général)
Elouan BILLET, 12/15G	Lamoura'thlon	3° (général)
Emma PETITJEAN, 12/15F	Lamoura'thlon	5° (général)
Raphael BILLET, SenG	Lamoura'thlon	2° (général)

Sans oublier tous les licenciés qui ont couru sur les différentes compétitions proposées !

Les compétitions de ski roue :

Blink Festivalen – 31/07 au 03/08, Sandnes (Norvège)		
Athlètes	Lysebotn Up skate	Blink Classics
Manech VERNEREY, U20G	25°	36°
Lennie VINCENT, SenG	41°	93°
Challenge National Vincent VITTOZ – 24/08 & 25/08, Plan d'Hotonnes		
Athlètes	Individuelle course à pied	Poursuite classique
Emma PETITJEAN, U15F	8°	7°
Myla PIERRAT, U15F	35°	25°
Thaïs LEAUTE, U15G	4°	8°
Mathis GUIENNET, U15G	12°	16°
Oscar CORTINOVIS, U15G	13°	17°
Athlètes	Individuelle skate	Mass-start classique
Candice DOUSSOT, U16F	27°	25°
Armand NAUCHE, U16G	6°	6°
Gaby THOMAS, U16G	5°	3°
Tiebe DE STRYKER, U16G	12°	17°
Nathan GUIENNET, U18G	7°	12°
Agathe MARGEITHER, U20F	5°	1°
Manech VERNEREY, U20G	28°	6°
Lennie VINCENT, SenG	32°	22°



Course régionale – 14/09, Arçon		
Athlètes	Qualification classique	Poursuite skate
Emma PETITJEAN, U15F	6°	2°
Philomene GIRARDOT, U15F	10°	11°
Thais LEAUTE, U15G	7°	9°
Mathis GUIENNET, U15G	10°	12°
Candice DOUSSOT, U16F	8°	8°
Suzon SOULAGE, U16F	10°	10°
Gaby THOMAS, U16G	1°	1°
Armand NAUCHE, U16G	3°	3°
Tiebe DE STRYKER, U16G	4°	4°
Nathan GUIENNET, U18G	7°	6°
Lennie VINCENT, SenG	3°	3°
Championnat de France de Ski roue – 04/10 & 05/10, La Bresse		
Athlètes	Sprint skate	Individuel classique
Emma PETITJEAN, U15F	44°	11°
Myla PIERRAT, U15F	25°	22°
Thais LEAUTE, U15G	42°	22°
Gaby THOMAS, U16G	3°	1°
Tiebe DE STRYKER, U16G	17°	13°
Armand NAUCHE, U16G	12°	9°
Nathan GUIENNET, U18G	40°	18°
Nathan PONARD, U18G	41°	22°
Agathe MARGREITHER, U20F	8°	1°
Manech VERNEREY, U20G	9°	17°
Lennie VINCENT, SenG	30°	23°





Journée Nordique - 26/10, Les Tuffes

Marius AUGÉ CHEVASSUS, U9	10°
Jade AUGÉ CHEVASSUS, U13F	1°
Souane GAUTHERET, U13F	9°
Myla PIERRAT, U15F	6°
Gaby THOMAS, U16G	1°
Gaston CREUZET, U16G	3°
Tiebe DE STRYKER, U16G	7°
Armand NAUCHE, U16G	10°
Agathe MARGREITHER, U20F	3°
Nathan GUIENNET, U18G	6°
Nathan PONARD, U18G	7°
Thibaud MARGREITHER, U18G	8°
Lennie VINCENT, SenG	4°

Sans oublier tous les licenciés qui ont couru sur les différentes compétitions proposées !

Les compétitions de biathlon :

Course régionale – 14/09, Arçon

Noa HUMBERT, U17G	3°
Gaston CREUZET, U17G	19°

Summer Tour – 21/09 & 22/09, Les Tuffes

Athlètes	Sprint	Individuelle
Gaston CREUZET, U17G	16°	34°
Noa HUMBERT, U17G	36°	36°

Summer Tour - 19/10 & 20/10, Arçon

Athlètes	Sprint	Poursuite
Noa HUMBERT, U17G	16°	18°
Gaston CREUZET, U17G	68°	X

Sans oublier Oscar qui a participé au Challenge National U15 à La Féclaz !



Les différentes rubriques du club

Les chiffres :

- 4, comme le nombre de stages réalisés pendant les vacances d'été : Giron, Aravis, Les Plans d'Hotonnes et Chalain,
- 10, comme le nombre d'activités proposées durant les 5 premiers mois (Mai à septembre) : Kayak, VTT, Foot, Trapèze volant, Escalade, Marche, Course A Pied, Ski roue, Agilité et coordination, Biathlon,
- 12, comme le nombre d'entraînements réalisés par Ina au cours des vacances d'été,
- 17, comme le nombre d'entraînements réalisés par Philomène au cours des mois de l'Automne,
- 21, comme le nombre de licenciés sélectionnés dans les différents groupes FFS, comité et Team privé,
- 78, comme le nombre de licenciés enfants présents aux différents entraînements entre mai et juin,



Préparation des nouveaux skis ou des skis restructurés :

1. Semelles noires

Enlever le film plastique ou racler la paraffine

Passer du fluorclean **TOKO** au chiffon

Brosser avec une brosse de nettoyage en métal souple **VOLA**

Repasser le chiffon de fluorclean puis **laisser sécher**

Brosser avec une brosse de nettoyage en métal souple

Paraffiner avec un **fart sans fluor** de couleur violet ou bleu ou Base Hard Vola

Laisser refroidir => Repasser le fer => Laisser refroidir => Racler

Brosser avec brosse base (métal puis nylon dur ou crin dur)

Répéter cette opération **au minimum deux fois** sans faire l'étape « fluorclean » !

2. Semelles blanches

Pour les semelles blanches, le **même protocole** est à réaliser. Cependant, il faut les « activer » au préalable. Pour plus d'informations, vous pouvez contacter **Maxime Grenard** (07 86 55 02 33 – maxime.grenard@gmail.com)



Hard Base
200g REF. 224130



Fine Steel REF. 012033



Le nouveau bus :

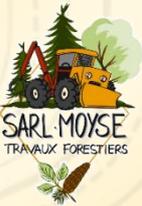
Comme certains ont pu le voir depuis mai, le club s'est équipé d'un nouveau minibus, même nombre de place mais avec un coffre plus grand et une hauteur plus grande. L'acquisition de ce nouveau véhicule, nous permet de nous projeter sereinement vers les prochaines saisons.



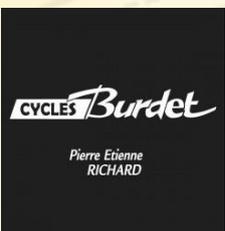
Quelques photos de ce début de saison :



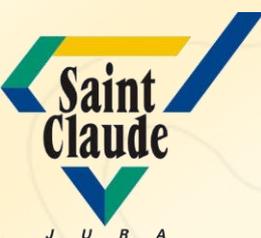
Merci à tous !



Florent GRANDCLEMENT Sylviculture & exploitation forestière



RÉGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE



Partenaires d'Haut Jura Ski et des Belles Combes