

# **Haut Jura Ski :**

## **Compte rendu d'activité : saison 2009/10**

### **Encadrement et entraînement des jeunes**

**Les résultats sportifs ont été communiqués lors du bilan de fin de saison en avril 2010**

#### **Entraînement au cours de l'année :**

-Automne/hiver : Encadrement tous les samedis du 12 septembre au 13 mars 2010 en alternance dans les 5 villages.

2 entraînements en semi nocturne ont été proposés sur les pistes éclairées de Lamoura et La Pesse.

Il y a eu peu d'entraînement sur neige le mercredi. (1 à 2 séances seulement)

- Environ 15 jeunes en moyenne hors neige et 20/25 en ski (nette baisse d'effectif)
- Dès l'âge de 7 ans jusqu'à la catégorie cadet. Mais nous avons peu de cadet/ttes et donc c'est surtout des poussins et benjamins que nous encadrons.
- Les juniors ont été encadrés le samedi ou en période de vacances en collaboration avec le CD39.
- Alternance de marche, ski roue ou rollers, course d'orientation, tir.

-Eté 2010 :

2 séances par semaine :

- Le Mercredi 18 H au VCGM pour renforcement ou séance technique marche à ski
- Le Samedi 10 H à Lajoux en ski-roues
- Catégories concernées MIN 2, CAD, JEU, JU, SEN

Ces séances sont peu suivies en moyenne (de 3/5 le mercredi et pas ou peu le samedi)

#### **Stages :**

- Stage le 7 et 8/11/2009 au Cernois suivi par 22 jeunes. Marche à ski, ski roue (sous la pluie), jeux divers. Bonne ambiance et bon travail. ½ du coût pris en charge par HJS.
- Stage à Noël 2\*1 jours à Lajoux avec repas et crêpes pris en charge par HJS.
- Stage de découverte de la spéléologie en juillet. Très apprécié mais dommage qu'il n'y ait eu que 4 participants. (ouvert aux minimes/cadets)

#### **Encadrement sur les courses :**

Déplacement sur les courses régionales par les parents qui se regroupent et fartage et encadrement par les entraîneurs.

#### **Remerciements :**

Rappel que pour l'instant et depuis de nombreuses années les entraîneurs sont bénévoles. Donc un grand merci aux entraîneurs réguliers et occasionnels ; Virginie Gros, Capellazzi Anaïs, Catherine Volta, Perrine Blanc, Dom Bonavero, Sam Vernerey, Rodolphe Bouton, Claude, Michel et Gérard Verguet , Régis Grossiord, Hervé Regad-Pellagru, Patrick

Bonjour, Fabrice Bouvier, Patrick Duraffour, Thomas Schmitt, Maxime Grenard, Jean-Louis et les oubliés...

Rappel que toutes les personnes intéressées pour encadrer sont les bienvenues.

**Projet et début de saison 2010/11 :**

- Un entraîneur rémunéré a été recruté depuis octobre : Maxime Leclerc, bienvenue à lui.
- L'entraîneur du club a la responsabilité des entraînements : il en assure l'encadrement en dirigeant les séances et en s'appuyant sur les bénévoles du club qu'il veillera à coordonner. Claude est son interlocuteur privilégié pour le club.
- 3 référents ont été proposés par catégories :
  - jeunes/juniors : Fabrice
  - 11/15 ans : Claude
  - 7/10 ans : Jean-Louis
- Reprise des entraînements le 11/09 toujours en alternance entre les villages.
- Le village de vacances nous a redonné l'autorisation d'utiliser le gymnase pour les entraînements à Lamoura et lors de mauvaises conditions météo. Est-ce que cela durera ? Problème des regroupements lorsqu'il n'y a pas de salle de sport !!(merci au Village Vacances Lamoura)
- Stage traditionnel le 13/14 novembre à Bellecombe
- Suite des entraînements sur neige on l'espère avec sans doute une ou 2 journées aux vacances de Noël.
- Les enfants sont pris de 7 à 18 ans et l'hiver il est demandé que les enfants soient déjà débrouillés en ski. Déplacement regroupé en voitures par les parents sur les sites d'entraînement.

**Projet/amélioration :**

- Formation d'entraîneurs bénévoles avec le CR pour ceux que cela intéresse.
- Les sections doivent essayer de motiver du monde pour permettre une relève des entraîneurs et une dynamique dans les villages. Il est impératif que dans chaque village/section il y ait une ou plusieurs personnes relais pour le passage des infos, le recrutement et l'encadrement des jeunes. Cela permet aussi aux entraîneurs référents d'avoir un vivier de remplaçants.
- Le nombre de participants aux entraînements est plutôt en baisse. Il faut penser à motiver des jeunes dans chaque village.
- Il est dommage également que les 2 jeunes pratiquant le combiné ne puissent venir aux entraînements de fond. Il faudrait en discuter avec leurs entraîneurs mais ceux-ci misent plus (voire tout) sur l'apprentissage du saut.

Jean-Louis le 19 novembre 2010