

# RAPPORT D'ACTIVITE COMMISION NORDIQUE

## AG DU 14/11/2020

La commission nordique est composée de :

Anne Laure Capelli, Céline Grosrey, Kirsten De Striker, Jean Christophe Savoie, Ferréol Cannard, Maxime Grenard, Pascal Moyses, Gérard Verguet, Thomas Grandjean, Rodolphe Bouton, Laurent Margreither

### Rappel hiver 2019/2020

Malgré un faible enneigement nous avons réussi à effectuer des entrainements à ski à partir de la mi-novembre (vive la forêt du massacre). Même si beaucoup de compétitions se sont déroulées aux tuffes, la majorité d'entre elles a pu avoir lieu. Encore une fois nous pouvons nous apercevoir que nous sommes sur notre territoire des privilégiés de la pratique du ski nordique. Notre saison s'est arrêté un peu prématurément, certaines épreuves n'ont pu avoir lieu (Chpt de France des clubs, individuels...) mais reste globalement satisfaisante.

Nous avons souhaité modifier l'organisation des entrainements : nous avons mis en place des groupes de couleurs qui tiennent plus compte des niveaux de chacun en lieu et place des groupes par catégories. Nous sommes conscients qu'il y a de grandes différences d'âge et que certains jeunes sont plutôt déçus, cependant c'est la solution la plus adapté que nous avons trouvé pour le moment. Nous sommes confrontés à des jeunes assidus tout au long de l'année et d'autres qui pratiquent occasionnellement, vous comprendrez qu'il est difficile de les faire évoluer ensemble.

Merci à Claire Moyses pour son implication la saison précédente en service civique.

### Compétitions

Nous avons toujours un peu de mal à mobiliser certains jeunes pour les courses du début de saison (notamment pendant les vacances de Noel). Des progrès restent à faire sur la ponctualité sur les compétitions pour faciliter les reconnaissances, sur la propreté des skis, mais des améliorations sont visibles. Il n'est pas toujours simple de former des parents au fartage le jour des courses car nous n'avons pas le temps d'expliquer les choses mais nous le ferons volontiers à d'autres moment, et nous ne sommes pas contre un peu d'aide, alors venez vous joindre à nous.

Une des satisfactions de cet hiver restera l'ambiance générale qui règne lors des courses sous notre tente, et l'implication des parents dans la mise en place, le rangement, les reconnaissances...

## **Biathlon**

En plus des séances estivales, nous avons pu organiser des séances de tir les vendredis soir (de 17h30 à 19h) dans le gymnase du village vacances de Lamoura à l'approche de l'hiver afin de préparer les U13 à leur compétition de biathlon. Malheureusement celle-ci n'a pas eu lieu, mais le travail effectué n'est pas perdu. Merci à Ferréol et Juliette

## **Cours adultes**

Les cours adultes ont été organisés en commun avec le ski club Saint Lupicin :

le mercredi soir en classique (encadré par HJS) et le samedi matin en skating (encadré par St Lupicin). Globalement, cette organisation a satisfait le plus grand nombre.

## **Principaux résultats du club**

### Championnat régional de relais :

U20/Sen Dames : 4<sup>ème</sup> place avec Claire, Mathilde et Lisa

U20 /Sen Hommes : 2<sup>ème</sup> place avec Camil, Téo et Quentin

U15/U17 Dames : 2<sup>ème</sup> place avec Agathe, Mélie et Myrtille

U15/U17 Hommes : 3<sup>ème</sup> place avec Milo, Tom et Ian

### Coupe du Jura :

Notre club est deuxième du classement général et deuxième du classement général féminin.

Il y a également 9 podiums par catégories : U11 D (2), U11 H (2), Agathe en U15 D (2), Mélie en U17 D (3), Tom en U17 H (2), Téo en U20 H (1), Mathilde (1), Claire (2) et Laurence (3) en Séniors D.

## **Principaux résultats individuels (épreuve Samse = épreuve nationale type Coupe de France)**

Valentin Chauvin :

2 demi-finales en coupe du monde de sprint : 12<sup>ème</sup> à Are en skating et 10<sup>ème</sup> à Oberstdorf en classique. 27<sup>ème</sup> du classement général du sprint.

2 places dans les points en distance à Nove Mesto (28<sup>ème</sup> en skate et 24<sup>ème</sup> en classique)

1 victoire en OPA Cup en sprint à Campra

Moyse Claire : 4<sup>ème</sup> du marathon ski tour Dames

Quentin Joly : une victoire sur un Samse, 4 podiums, vainqueur du classement général, une sélection en OPA avec la troisième place de la qualif du sprint

Bedez Camil : meilleure place sur un Samse 7<sup>ème</sup> et 12<sup>ème</sup> du classement général

Raffin Léo : une victoire au scratch (U19 à Séniors) sur un samse biathlon

Martinet Ian : 3 podiums et 4<sup>ème</sup> du classement général du Samse biathlon

Bouton Mélie : meilleure place sur un Samse 10<sup>ème</sup> et 21<sup>ème</sup> du classement général

Tom Reboullet, Milo Schmitt, et Gaston Savoie ont participé à la plupart des épreuves du Samse

Margreither Agathe : 7<sup>ème</sup> au rassemblement national U15

Groupe Gérard : en plus de défendre nos couleurs sur le massif Antoine, Téo, Killian et Lisa ont aussi pris part à un ou plusieurs Samse.

A cette occasion, nous mettons l'accent sur les résultats les plus remarquables, cependant nous souhaitons remercier l'ensemble de nos coureurs qui contribuent à notre force collective.

## Saison 2020/2021

### Les sélectionnés dans les différents groupes

#### Ski de fond :

Equipe de France : Valentin Chauvin

Comité Régional : Bedez Camil

Comité Départemental : Mélie Bouton, Tom Reboullet, Milo Schmitt, Gaston Savoie (partenaire d'entraînement), Lenie Vincent en U17 et Agathe Margreither, Manech Vernerey en U15.

Féclaz formation longue distance : Quentin Joly. Son objectif principale reste de décrocher des sélections pour les OPA. Il reste évidemment licencié chez nous, c'est une des seules alternatives pour les séniors du massif jurassien pour raccrocher le haut niveau.

Team Décathlon Experience : Claire Moyse. Elle va participer au circuit Visma et courir sur des longues distances en skating.

#### Biathlon :

Comité Régional : Ian Martinet en U19 et Léo Raffin en Séniors

Comité Départemental : Vincent Gros en U17 (partenaire d'entraînement)

### **Nos entraîneurs restent les mêmes :**

- Thomas Grandjean (notre salarié)
- Gérard Verguet pour les U17 et plus

Merci à eux pour le travail qu'ils accomplissent, avec une mention spéciale pour Gérard qui est bénévole et sans lequel nous aurions du mal à être aussi performant en fartage sur nos courses en classique.

Nous restons attachés à suivre nos U17 et U20 qui ne sont pas dans une structure fédérale afin qu'ils puissent continuer leur pratique dans de bonnes conditions, et pour certains qu'ils s'engagent dans une formation de diplôme d'état.

**Ce qui a déjà été fait :**

Les entraînements ont repris dès qu'ils ont été autorisés suite à la sortie du confinement courant juin dans des conditions un peu particulières. La suppression des séances du printemps a eu pour conséquences de diminuer nos séances un peu moins spécifiques dites de « multi activités ». Durant les 2 mois de l'été des séances ont été organisées pour toutes les groupes, répartis du lundi au vendredi en fin d'après-midi et le samedi en journée.

Depuis début septembre, reprise des entraînements sur un rythme plus habituel :

- le mercredi de 14h30 à 16h30 pour le groupe blanc et jaune
- le samedi matin pour le groupe blanc
- le samedi après-midi pour les groupes jaune, violet et gris

Nous nous efforçons de varier les lieux d'entraînement (villages du Haut et Saint Claude) avant que la neige nous dicte nos choix.

Nous conservons les inscriptions sur notre site pour la participation aux entraînements et compétitions. Conditions d'accès : avoir 6 ans, être licencié et équipé (matériel de classique et skating). La composition des groupes a évolué et sera amenée à évoluer constamment en fonction de la présence, de l'implication et des progrès de chacun. Nous sommes cependant ouverts au dialogue et pas à l'abri de faire des erreurs alors n'hésitez pas à nous faire remonter des choses.

Malgré la disponibilité de notre entraîneur salarié, nous avons toujours besoin d'aide pour assurer un encadrement de bonne qualité (surtout mercredi et samedi après-midi) et nous pouvons continuer à former ceux qui le souhaitent.

Notre vision de formation des skieurs reste la même : HJS a pour vocation d'accueillir les jeunes de tous niveaux. Nous n'exigeons pas de pratique de compétition, mais nous regrettons que la pratique de certains reste vraiment occasionnel ! Le manque d'assiduité tend à freiner la progression globale des groupes. Une pratique du ski loisir mérite aussi de la régularité, d'autant plus que les hivers sont de plus en plus courts. Certains jeunes ne participent à aucune compétition et ont pleinement leur place au sein du club.

Stages :

- Les Cernois (du 6 au 9 juillet) groupe rose et blanc. 17 jeunes
- Bellecin (du 24 au 29 août) groupe rose, blanc, violet et gris (répartis sur la semaine). 46 jeunes
- Les plans d'Hotonnes (du 20 au 23 octobre) groupe rose et blanc. 19 jeunes
- centre Ecole des neiges Lamoura (du 26 au 28 octobre) groupe jaune, violet et gris. 25 jeunes.

Merci à nos jeunes qui s'impliquent dans l'encadrement lors des stages (Claire, Lisa et Antoine).

Remarque redondante : nous regrettons qu'il y a toujours quelques jeunes qui participent aux stages sans toutefois venir de façon régulière aux entraînements

### **Pour la suite ???**

Nous invitons les jeunes à rester mobilisé durant cette période compliquée. Nous espérons bien évidemment que la situation redevienne normale au plus vite, que nous pourrons chausser les skis au mois de décembre et que tout le travail de préparation physique effectué par nos jeunes soit récompensé cet hiver.

### **Biathlon :**

Quelques séances ont déjà eu lieu, mais nous n'avons plus accès au Village vacances depuis cet été. Nous sommes à la recherche d'un abri, hangar ou autre pour pouvoir effectuer nos séances de tir à 10 mètres (l'idéal serait d'avoir au moins 12 mètres en longueur, et de l'électricité afin de pouvoir brancher un éclairage). Si vous avez des idées nous sommes preneurs !

### **Cours adultes :**

Fonctionnement identique à la saison précédente à savoir le mercredi soir en classique (encadré par HJS) sur la piste éclairée de Lamoura et le samedi matin en skating (encadré par St Lupicin).

Cela peut être l'occasion pour les parents de découvrir ou d'approfondir les techniques du ski de fond.

### **Objectifs sportifs pour la saison à venir :**

- maintien en première division masculine (voir un top 10) au Chpt de France des clubs
- accès en première division féminine au Chpt de France des clubs
- classement général de la coupe du Jura

Notre commission est ouverte à toutes les bonnes volontés, pas besoin de faire parti du CA pour l'intégrer, si vous souhaitez nous rejoindre, c'est le moment !

Merci à l'ensemble de ses membres et à Anne Laure qui nous rédige les comptes rendus.