



STAGE DE SKI DE FOND COGNE - Italie

17 au 19 février 2024

Lien inscription <https://forms.gle/qRMHCVHkMb9BxiZR9>

RDV : 7h15 au parking du Rosay le SAMEDI 17 FEVRIER 2024 (retour le 19 février en fin d'après-midi).

Nous skierons dès notre arrivée à Cogne --> il faudra donc être en tenue de ski dès le départ (les chaussures pourront rester dans un sac pour le trajet).

Prévoir également un pique-nique pour le repas du samedi midi.

Transport : Nous allons organiser les voitures et minibus → merci de m'informer si vous comptez utiliser votre véhicule personnel et m'indiquer le nombre de place disponibles.

Pensez également à prendre vos abonnements pour le passage du tunnel si vous en avez
Il est également important que les véhicules soient équipés pour la neige.

Hébergement :

Nous serons logés au Villaggio Alpino Don Bosco - Via GranParadiso 47 - Cogne.

- en pension complète (sauf repas du samedi midi).

Les chambres sont sous forme de dortoirs équipés de lits simples ou superposés.

Les draps et serviettes de toilettes sont fournis sur place.

Nous aurons à disposition un étage complet de dortoirs, un réfectoire, un salon.

Compte-tenu de la taille et de la diversité de notre groupe, il est demandé à tous de faire des efforts pour respecter les consignes qui seront communiquées sur place, ainsi que de garantir un minimum de calme dans le gîte (que nous ne serons sans doute pas seuls à occuper).

Matériel spécifique pour le ski à prévoir :

- 2 tenues complètes (changement entre le matin et l'après-midi) :
- paires de gants,
- paires de chaussettes,
- bonnet,
- bandeau,
- lunettes,
- crème solaire
- veste du club + veste chaude
- une gourde avec ceinture ou camelback,
- du papier journal pour faire sécher les chaussures,
- barres de céréales
- une lampe frontale au cas où..

Et comme toujours toutes vos paires de ski qui doivent être propres et fartées.

Selon la météo prévoir des vêtements en conséquence.

Prévoir des vêtements de rechange confortables pour le soir, une paire de chausson, et éventuellement, du linge de toilette de rechange.

Divers :

Pensez à prendre des jeux de sociétés (pas de consoles ou autres tablettes).

Vous pouvez amener aussi des gâteaux pour le petit déjeuner ou le goûter (même s'ils sont organisés par le gîte, c'est toujours sympas).

Toutes les activités seront encadrées par nos entraîneurs et nos moniteurs fédéraux.

NE PAS OUBLIER : LA CARTE D'IDENTITE + L'AUTORISATION DE SORTIE DE TERRITOIRE POUR TOUS LES MINEURS (même si accompagné des parents)

Bons préparatifs, et n'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions,

L'équipe Ski Club Sallanches Nordic

skiclubsallanchesnordic@gmail.com