


[Accueil](#)
[Photos et vidéos](#)
[Centre de ski Vallée Bleue](#)
[Pour nous joindre](#)

::: Navigation du site :::

[Billet hebdomadaire](#)
[Calendrier 2009-10](#)
[Coureurs](#)
[Entraîneurs](#)
[Résultats des courses](#)
[Mission du club](#)
[Conseil d'administration](#)
[Inscriptions](#)
[Annonces classées](#)
[Commanditaires](#)


::: Autres liens :::

[Division Laurentienne de Ski](#)
[Ski Québec Alpin](#)
[Alpin Canada](#)

Billet Hebdomadaire - Édition spéciale - Course

27 janvier 2010
préparé par: Hugues Forget

Bonjour à tous.

Tout d'abord, je tiens à féliciter toute l'équipe Intro qui a brillé lors de la course de dimanche dernier. Une première place devant Tremblant et St-Sauveur, ça se souligne.

Félicitation et merci également à tous les parents et amis du Club qui ont fourni temps et efforts pour que l'événement soit un succès. Une mention spéciale pour l'équipe de chronométrage qui a dû composer avec un chronomètre récalcitrant. En passant, le "bogue" du chronomètre a été résolu cette semaine par notre spécialiste Martin Blanchet.

Vous pouvez consulter tous les résultats de la course dans la section des [Résultats de course](#).

L'album [photos](#) a été mis à jour. Merci à Paul Uvary pour les splendides images.

Encore une grosse fin de semaine qui s'annonce avec la course K1. Je vous invite à lire la suite de ce billet pour connaître tous les détails

Voici donc le détail des événements du weekend prochain:

Samedi 30 janvier 2010

Tous les
coureurs

8h45 - 14h15: Entraînement à Vallée Bleue

***** Notez les nouvelles heures d'entraînement, le dîner est de 11h15 à 12h15 *****

De **12h15 à 14h15**, la piste Expert sera fermée et les coureurs K1/K2 pourront expérimenter le parcours du lendemain. Nicolas aura besoin de l'aide de quelques parents pour monter rapidement son parcours de 11h45 à 12h15 afin que nos coureurs puissent en profiter au maximum.

Les parents

16h00 - 17h30: Préparation de la piste de course

Dès que la station est fermée, la piste Expert sera damée en premier et nous procéderons à:

- Déploiement et installation des 18 filets de protection. (*Cette fois-ci, nous n'y échapperons pas*)
- Installation de la structure du gazébo au départ
- Installation des clôtures à l'aire d'arrivée

Si vous possédez des pinces de type "cutters", s.v.p. les apporter.

Notes: chaussez de bonnes bottes; un petit remontant sera offert aux parents présents.

Dimanche 31 janvier 2010

Tous les
parents

Veillez télécharger et imprimer: [Document d'assignation des bénévoles](#). Il vous renseignera sur l'horaire de la journée et sur "qui fait quoi. Si vous avez des questions, indisponibilités, veuillez communiquer avec Caroline ou Hugues le plus tôt possible s.v.p.

1. SVP soyez à 8h00 - au plus tard au local de compétition. Nous avons des trucs à vous remettre et s'il y a des informations à vous communiquer nous le ferons à ce moment. Nous aurons également besoin de quelques personnes le matin au départ/arrivée pour finaliser l'aire d'arrivée
2. Si vous avez des radios, apportez-les. La fréquence des parents est 7²
3. Prévoyez des vêtements chauds (tapis/gants/hot shot/...)
4. Prévoyez pour les jeunes un "quick snack/lunch" entre les 2 courses+ mitaine/bas de rechange/hot shots -- informez votre enfant où se trouve le sac
5. Après la course, on démantèle le parcours et on roule les 10 filets de protection qui doivent être retournés à la DLS. Ces filets seront à droite de l'Expert (lorsqu'on regarde du haut vers le bas)
6. Il y aura un léger goûter après la course au local pour les bénévoles

K1 garçons

Course SLALOM à Vallée Bleue ([avis de course](#))

Nicolas vous indiquera à quelle heure et à quel endroit le rencontrer pour votre étude de parcours. **La première manche compte pour la finale régionale des jeux du Québec. Bonne chance!**

K1 filles

Course SLALOM à Belle Neige ([avis de course](#))

Patricia vous indiquera à quelle heure et à quel endroit la rencontrer pour votre étude de parcours. **La première manche compte pour la finale régionale des jeux du Québec. Bonne chance!**

Introduction

8h45 - 14h15: Entraînement sur neige

Exceptionnellement, les entraîneurs Intro dîneront avec les enfants qui le souhaitent. SVP, déposez les lunchs dans la section arrière du chalet.

Le coin des entraîneurs

Les **entraîneurs Introduction** tiennent à féliciter les jeunes qui se sont relevés et ont remonté leur gate après être tombé dans la course dimanche dernier. On aime voir cette détermination! De même que **Isaac** et **Jeremy** qui sont les seuls de notre montagne à avoir réussi à améliorer leur positionnement de la 1ère à la 2ième manche! Bravo!

Patricia tient à dire Bravo à **Charlotte** et **Naomie** pour leur excellent travail lors de la course du weekend dernier.

Nicolas félicite **Maxime** pour ses efforts et ses progrès à l'entraînement.

Joyeux anniversaire...

31 janvier : **Frédéryke Robitaille**

5 février: **Clara Langelier**

Copyright © Club de ski Val Mont Bleu (2009-10). Tous droits Réservés..