

Le club Piou-Piou



Piou-Piou

L'objectif principal du Club Piou-Piou est d'initier l'enfant au ski et à jouer dans l'espace neige en rentrant dans son monde « imaginaire ». Ce concept pédagogique propre à esf repose sur les notions de plaisir, de liberté et de jeux par la mise en œuvre d'un apprentissage adapté et sans contrainte.

Avec Piou-Piou, je découvre la neige :

- Je me déplace dans la neige, à pied ou à skis.
- Et comme les grands, j'apprends à mettre et enlever mes skis tout seul !

Bonhommes de neige, luge, premiers pas à skis, je découvre tout mon matériel de petit skieur !



Blanchot

Avec Blanchot, je fais mes premières glissades :

- Je sais reconnaître mon équipement de skieur.
- Je me déplace sur terrain plat et je glisse face à la pente.



Sifflote

Avec Sifflote, je glisse et je contrôle ma vitesse :

- J'apprends à descendre la pente en faisant le chasse-neige avec mes skis.
- J'utilise mes premières remontées mécaniques.



Garolou

Pour éviter Garolou, je sais changer de direction :

- Je chausse et déchausse mes skis tout seul.
- Avec mes skis, j'apprends à faire des virages en chasse-neige, à gauche et à droite. Comme ça, j'évite la tanière de Garolou sur mon chemin !

Les tests enfants



Ourson

Tu as 4 ans, tu as déjà skié au Club Piou-Piou, ou bien tu découvres tout juste le ski ? Avec le niveau "Ourson", tu commenceras à entrer dans la cour des grands ! Ce qui signifie que tu sauras déjà faire beaucoup de choses tout seul. Si tu suis les bons conseils de Titourson, c'est sûr, tu obtiendras ta médaille ! Et tu pourras même suivre tes parents sur les pistes vertes.

Voici tes missions pour obtenir ta médaille :

- Évolution "serpentée" en virages chasse-neige, matérialisée par 4 à 5 piquets.
- Parcours facile de type nordique.



Flocon

Tu as déjà ta médaille "Ourson" dans la poche. Alors tu peux tenter d'atteindre le niveau "Flocon".

Tes premières missions :

- Savoir contrôler ta vitesse, freiner, t'arrêter.
- Descendre en travers de la pente, sur une ligne plus ou moins droite.
- Et aussi, commencer à dérapier !



1^{er} Etoile

Tu as atteint le niveau "Flocon" : tu peux maintenant te préparer pour obtenir ta 1ère Étoile. Tu apprendras à améliorer ton équilibre, à enchaîner les virages et même à faire tes premiers dérapages !

Voici tes missions :

- Glisser sur des pentes légères ou moyennes et rester en équilibre.
- Descendre en ligne droite sur une pente légère et faire des petits pas pour tourner.
- Faire plusieurs virages simples en dérapant (en arrondi ou en biais), et bien sûr en faisant attention à ce qui se passe autour de toi (les autres skieurs, les reliefs de la piste, etc.) !



2ème Étoile

Tu as atteint ou obtenu le niveau première Étoile. Tu vas maintenant apprendre à franchir les bosses, les creux, les virages. Avec un peu d'entraînement, tu remporteras ta 2e Étoile !

Voici tes missions :

- Franchir des passages en creux ou en bosses, face à la pente ou en travers, tout en restant en équilibre.
- Faire le pas du patineur, c'est-à-dire avancer sur une piste plate en poussant sur la jambe gauche puis sur la jambe droite.
- Enchaîner une dizaine de virages sur une pente moyenne, avec les skis parallèles, en faisant attention à ce qui se passe autour de toi (les autres skieurs, les reliefs de la piste, etc.) !
- Savoir prendre les virages en faisant un dérapage arrondi.



3ème Étoile

Tu as atteint ou obtenu le niveau 2ème Étoile. Avec ta 3e Étoile, tu commenceras à ressentir de superbes sensations sur la neige. Maîtriser les virages et filer tout schuss, c'est la base pour vivre ensuite de grandes aventures à ski !

Voici tes missions :

- Enchaîner plusieurs virages plus ou moins serrés entre des piquets, avec les skis parallèles, en faisant attention à ce qui se passe autour de toi (les autres skieurs, les reliefs de la piste, etc.).
- Maîtriser ton équilibre en schuss (c'est-à-dire en descendant tout droit face de la pente) sur plusieurs types de terrains : bosses, creux, etc.
- Prendre de la vitesse puis freiner par un dérapage.
- Réaliser des festons : c'est une succession de dérapages sur le côté, entrecoupés de descentes en trace directe.

Le team étoiles (un groupe qui comprend Bronze, Argent, Or)



Étoile de bronze

Tu as atteint ou obtenu le niveau 3e Étoile. Avec l'Étoile de bronze, tu pourras te sentir à l'aise sur tout type de neige.

Voici tes missions :

- Enchaîner rapidement des virages plus ou moins serrés, en changeant de rythme, sur un parcours comportant 15 à 20 portes.
- Sur piste ou sur un terrain aménagé de type skiercross, rester en équilibre quand tu es en schuss (c'est-à-dire en descendant tout droit face de la pente) puis décoller sur des bosses légères.
- Savoir faire des virages en godille (des virages courts en utilisant tes bâtons), en faisant attention à ce qui se passe autour de toi : les autres skieurs, les reliefs de la piste, etc.
- Explorer différents types de neige.



Étoile d'argent

Tu as atteint ou obtenu le niveau Étoile de bronze. Avec l'Étoile d'argent, tu pourras te sentir à l'aise sur tout type de neige. Et l'Étoile d'or n'est plus très loin. Alors chausse tes skis, tu vas faire ton premier vrai parcours de skieur. C'est parti !

Voici tes missions :

- De moins en moins de dérapage pour aller vers une meilleure précision dans les grandes trajectoires.
- Entrer dans la catégorie compétition et réaliser son premier chrono
- Perfectionner ses appuis et son style pour affiner sa pratique de la godille.
- Réaliser ses premières figures simples en saut.



Étoile d'or

Tu as atteint ou obtenu le niveau Étoile d'argent. Prépare-toi maintenant pour l'Étoile d'or ! Quand tu l'auras obtenue, tu sauras pratiquer le ski alpin sous toutes ses formes. Avant cela, tu as rendez-vous en haut des pistes pour un vrai parcours chronométré. Prêt(e) pour la compétition ?

Voici tes missions :

- Skier sans t'arrêter sur des pistes assez pentues et sur tout type de neige, en faisant attention à ce qui se passe autour de toi : les autres skieurs, les reliefs de la piste, etc.
- Pouvoir te débrouiller sur un terrain aménagé : skiercross ou half-pipe.
- Enchaîner des virages et des godilles sur des terrains variés (différentes sortes de neige, différentes pistes plus ou moins pentues).
- Faire un mini-slalom géant chronométré.