

LA SECTION SPORTIVE SKI NORDIQUE Du LYCEE XAVIER MARMIER DE PONTARLIER

Situé au coeur du jura dans une contrée de moyenne montagne, le lycée XAVIER MARMIER de Pontarlier était tout désigné pour accueillir la *section sportive ski nordique*. Elle a pour objectif de permettre aux jeunes de poursuivre des études secondaires tout en pratiquant régulièrement des activités physiques et sportives en vue d'une préparation à la pratique du ski nordique en compétition.



Préparation automnale : maîtrise de ses émotions!



Elles sont VICE CHAMPIONNES DU MONDE SCOLAIRE 2008 !!!

PRÉSENTATION DE LA SECTION SPORTIVE

Section inter-régionale de 2ème cycle de fond spécial, biathlon et combiné nordique

- Préparation au baccalauréat L ES, S, STG
- Préparation au bac pro 3 ans (MRCU et MSA) : possibilité d'étudier quelques candidatures selon le profil de l'élève.

CAPACITÉ D'ACCUEIL : 30 élèves au total (de la seconde à la terminale)
intemat, demi-pension ou externat.

ADMISSION

- Après évaluation des capacités lors des tests sportifs qui se déroulent début juin.
- Sur examen du dossier scolaire, des résultats en ski nordique, biathlon et combiné nordique (FFS, UNSS) et du dossier médical par une commission de professeurs, cadres sportifs du comité régional de ski, médecin.

Les places disponibles sont limitées car elles dépendent, non seulement du niveau demandé à ski mais également du nombre de sortants (réussite aux examens, etc ...)

ELLE PEUT SE FAIRE : après la troisième, après la seconde, après la première.

La commission se réunissant autour du 15 juin, pensez à demander les dossiers de candidature assez tôt, au plus tard fin avril.

PARTICIPATION FINANCIERE

Une cotisation de 80 euros est demandée pour complément aux frais de fonctionnement de la section sportive ski nordique, au titre des dépenses engagées pour le compte des familles (exemple : licence UNSS, fartage, vêtements, petit matériel, stages). Le chèque sera libellé à l'ordre de la coopérative de la section ski nordique.

ENCADREMENT

Il est assuré par

- deux professeurs d'EPS spécialistes en ski nordique, **dont un affecté exclusivement à la SSSN**
- **les conseillers techniques ski nordique du comité régional de ski du Jura** des 3 disciplines : Fond, Biathlon, Saut.

ORGANISATION DES ÉTUDES

- Les emplois du temps sont aménagés, **ils permettent aux élèves de s'entraîner 2, 3 ou 4 fois par semaine** suivant la saison et les objectifs.
- les cours manqués pour les entraînements sont en partie remplacés. Une pédagogie de soutien peut être mise en place en cas de difficulté passagère de certains élèves et pour les absences dues aux compétitions.

Une véritable équipe pédagogique suit le travail des élèves et agit en concertation avec le responsable de la section.

ORGANISATION DE LA PRATIQUE SPORTIVE

Trois ou quatre entraînements hebdomadaires (6 à 10 heures) planifiés annuellement, en fonction de l'âge et des objectifs, effectués sur l'ensemble du massif jurassien ou dans les Alpes voisines selon les conditions météorologiques.

TROIS STAGES D'ENTRAINEMENT :

- ✓ **fin septembre** : 2 jours de marche en montagne,
- ✓ **début avril** : 2 jours de ski multi-glisses,
- ✓ **fin juin** : stage multi-activités de 5 jours.

La section se déplace en cas de manque de neige en début de saison et propose des entraînements sur le glacier des Diablerets (Suisse).

- Trois entraînements hebdomadaires pour les biathlètes (tir 22 long rifle ou air comprimé) avec des spécialistes (CTR, Compétiteurs).
- Deux entraînements spécifiques également pour les adeptes du saut et du combiné nordique sur les tremplins de Chaux Neuve.

AUTRES ACTIVITÉS SPORTIVES PRATIQUÉES: kayak, vélo, VTT, marche en montagne, course d'orientation, escalade, natation, voile, ski alpin, surf, triathlon.

SUIVI MÉDICAL

1 à 2 visites médicales par an et un suivi permanent par un médecin du sport,
Un suivi médical approfondi pour les élèves en liste ESPOIR dont une épreuve d'effort (VO2 MAX) au CHU de Besançon ou au C.N.S.F. de Prémanon

HÉBERGEMENT

Des locaux tout neufs depuis la rentrée 2002.

- Salle de musculation et salle de préparation du matériel
- Chambre études ou dortoirs surveillés
- Vestiaires, sanitaires et douches propres à la section.
- Supplément alimentaire quotidien et goûter spécial le mercredi.

ECHANGES SPORTIFS ET CULTURELS

La section sportive est impliquée dans des échanges avec

- un lycée sportif de **ROUMANIE**
- une classe sportive d'un lycée du **PAYS BASQUE ESPAGNOL**

Les élèves de seconde ont accueilli des skieurs correspondants roumains au mois de mars 2008 et se sont rendus en Roumanie (Bistrita) en septembre dernier.

- un échange avec un lycée sport-étude de ski nordique de Salzburg (**AUTRICHE**) est à l'étude.

POURSUITE D'ÉTUDES ET DÉBOUCHÉS

Poursuite d'études normales après le baccalauréat : Université, IUT, sections BTS et éventail des formations proposées par le POLE France à PREMANON. (Il existe au lycée un BTS Comptabilité Gestion des Organisations et un BTS Commerce International), Des formations au GRETA de pontarlier sont également proposées depuis la rentrée 2008.

ET EVENTUELLEMENT PRÉPARATION au Brevet d'Etat d'Educateur Sportif option ski nordique.

DOSSIERS DE CANDIDATURES

à demander au

LYCEE XAVIER MARMIER - 53, rue de Doubs - BP 269 - 25304 PONTARLIER CEDEX

☎ : 03.81.46.94.80 - Site Internet : [http://artic.ac-](http://artic.ac-besancon.fr/lycee_xavier_marmier)

[besancon.fr/lycee_xavier_marmier](http://artic.ac-besancon.fr/lycee_xavier_marmier)

Professeurs d'EPS chargés de la section :

- Monsieur **Gilles LAMPERT**, professeur d'EPS (BEES 1^{er} degré ski nordique) coordonnateur - Tél 06.85.70.29.90 pour des renseignements.
- Monsieur **Yves COSTE**, professeur d'EPS

EFFECTIF ANNEE SCOLAIRE 2009/2010

Au 04/09/2009, l'effectif est de 34 ELEVES : 13 filles* et 21 garçons

Classe	Nom Prénom	Né(e)	Ca	Discipline	Club	GROUPE
2de1	BELIARD CLEMENCE*	02039	C1	F	CSR Pontarlier	S.C.E
2de1	BESANCON ADRIEN	03099	C1	F	Olympic Mt d'Or	S.C
2de1	BILLET ADRIEN	17079	C1	B	SC Morbier	S.C
2de1	BUFFARD HUGO	12079	C1	C	Skieurs Rousseland	S.C
2de1	CHOPARD LALLIER	10049	C1	F	SCV Morteau	S.C
2de1	CLAUDE MAXIME	14049	C1	B	ESS Montbenoit	S.C
2de1	DENERVAUD VICTOR	30119	C1	B	AS Mouthe	S.C.
2de1	FAIVRE RAMPANT	11049	C1	C	SC les Fourgs	S.C
2de1	FILLON MAILLET	06059	C1	B	SC St Laurent	S.C.E
2de1	LAMPERT LEA*	25039	C1	B	CSR Pontarlier	S.C
2de1	SANCHEZ PABLO	07109	C1	F	SCD Nozeroy	S.C
2de1	THIONNET PIERRE-	19019	C1	B	Olympic Mt d'Or	S.C.E
2de1	TISSOT MARTIN	22119	C1	B	AS Oye et Pallet	S.C
2de1	TRUJON ANDREA*	27059	C1	F	SC Prémanon	S.C.E
2de1	VERGUET NOEMIE*	12039	C1	F	Ht jura ski	S.C
1STG2	CATTET ANNE-SOPHIE*	11019	J1	B	E.S.S.Montbenoit	S.C.E
1STG2	COUTURIER ANNE*	05029	J1	F	S.C. Boisd'Amont	S.
1S1	AMIZET STEVE	01099	J1	F	Sieurs Rousseld	S.C
1S1	BAILLY ROMAIN	00009	J1	A	S.C.Mt d'Or	S.C
1S1	BALLAND RICHARD	16099	J1	B	SC Morbier	S.
1S1	BLONDEAU CHARLIE	20059	J1	F	S.C Mont Noir	S.
1S1	CRETIN NOLWENN	18019	J1	F	SC Morbier	S.
1S1	DENERVAUD ALOIS	01089	J1	B	A.S.Mouthe	S.C.E
1S1	GODIN MARIE-	22119	J1	F	S.C. Boisd'Amont	S.C.E.
1S1	LACROIX FRANCOIS	21019	J1	B	S.C. Boisd'Amont	S.C.E.
1S1	PELLEGRINI CHLOE*	21089	J1	F	C.S.R.Pontarlier	S.C
1S1	PELLEGRINI ANTONIN	08029	J1	F	C.S.R.Pontarlier	S.C
1S1	SERETTE LAURIE-	20049	J1	B	S.C.P.Nozeroy	S.C.E.
1MSA 1	JACQUOT CORENTIN	27119 2	J2	F	E.S.S. Montbenoit	S.
TES2	SUTTER CORALIE*	13019 2	J2	F	SC Morbier Bellefontaine	S.C.E.
TS1	LACROIX ROXANE*	04019 2	J2	F	S.C. Boisd'Amont	S.C.E.
TS1	LAZZAROTTO JULIETTE*	09039 2	J2	B	E.S. Septmoncel	S.C.E.
TS1	ROBERT JULIEN	08039 2	J2	B	E.S.S. Montbenoit	S.C.E
TS1	SUTTER YOHANN	13019 2	J2	F	SC Morbier Bellefontaine	S.C.E

* S=section sportive C=comité régional E=Pôle espoir FFS

POUR MEMOIRE

Liste non exhaustive de jeunes skieurs réputés et ayant déjà un palmarès en catégorie cadet et jeunes, élèves ou anciens élèves de la section, au cours des 20 dernières années dans les 3 disciplines :

- Fond
- Biathlon
- Combiné Nordique

Pour les garçons :

FERREUX L, GROSSIORD O, SANCHEZ P, BOUTHIAUX S, MARGUET G, REYMOND N et D, GUY F, LANQUETIN Y et X, FAIVRE H, GRANDJEAN N, BUEB L, DEFRASNE V, ROUSSELET A.,VANDEL L., GRAS N, CRETIN J, BOUILLET M, CANNARD F, PAGE L, JEANNEROT Y, COURVOISIER F, SAINTE MENE D, POIROT C, MICHAUD D, BAILLY-BASIN E, BAVEREL R, MARGUET A, MARUCCO V, GRILLON S, LACROIX S, JACQUIN L, SAINTE MENE R, HENRIET S, FORESTIER A, MARADAN J.C, TUETHEY R, VANDEL R, RAGUIN B, BESCOND A, ALPY Y., DAVID-RAISON J., PAILLARD R., PELLEGRINI T. BOUVERET J., GIRARD E., FORESTIER I., VACELET A., et des cadets prometteurs : REGNIER M., DUSSOUILLEZ C., JEANNEROD A., MOUGET L., PONCET C., SUTTER J., ROBERT J. ...et des cadets prometteurs : DENERVAUD A., LACROIX F., PELLEGRINI A., CRETIN N., BALLAND R., BLONDEAU C.

Pour les filles :

MANCINI I, SIMON S, JOUILLE C, PEGEOT M.L, BAVEREL F, BOURGEAT A.L, GUILLEMIN S, DREZET C, PANIER A , BOURGEOIS-PIN E, JEANTET A, FAIVRE L, VAUCHY E, MAZUEZ C, JACQUIN L, BLANC P, JEUNET C, LOCATELLI E, COSTE L, DROZ-VINCENT M, MARGUIER A, FAIVRE PICON A, ZANETTI M, ARBEZ A.F, BLANC C, BLONDEAU M, MERCIER L, BAVEREL C, BOUTERAON L., DAVID A., MARECHAL J., LOCATELLI E., CORDIER A, SALVI T., BARTHET S., VERGUET M., RABILLAUD M., THIONNET F., GUYON A., AYMONIER C., VAUCHIER J. SUTTER C., LACROIX R., LAZZAROTTO J., et des cadettes prometteuses :
GODIN M-C., SERETTE L-A,
CATTET A-S., PELLEGRINI C., COUTURIER A....

Les élèves en caractère « gras » sont les médaillés olympiques - TURIN 2006 .. et les Champions du monde (BESSANS 2005)

- ⇒ DES CHAMPIONNES ET DES CHAMPIONS DU MONDE !! (Biathlon)
- ⇒ DES CHAMPIONNES ET DES CHAMPIONS ... OLYMPIQUES !! (Biathlon)
- ⇒ DES VAINQUEURS DE COUPE DU MONDE! ! (Fond et Biathlon)

FEVRIER 2008 :

Les filles de la section ski du LXM sont VICE CHAMPIONNES DU MONDE SCOLAIRE à l'Alpe d'Huez

FEVRIER 2009 :

Célia AYMONIER et Alexis JEANNEROD, élèves de la section, sont sélectionnés pour les

CHAMPIONNATS DU MONDE JEUNES/JUNIORS !!

JANVIER 2010 :

Roxane LACROIX , élève de TS1 est également sélectionnée pour les
CHAMPIONNATS DU MONDE JEUNES/JUNIORS !!