



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

Liberté  
Égalité  
Fraternité

Collège Le Rochat  
Les Rousses



# COUPON D'INSCRIPTION POUR LES TESTS D'ENTREE SUR NEIGE

**A RENVOYER IMPERATIVEMENT POUR LE VENDREDI 6 MARS 2026**

Je, soussigné (Nom Prénom du responsable légal): .....

Domicilé (adresse).....

.....

Téléphone : ..... Portable : .....

adresse mail.....@.....

Responsable légal de (NOM Prénom de l'enfant).....

Né le : .....

Résidant à : (ne pas remplir si même adresse).....

.....

Actuellement scolarisé à : ..... en classe de .....

Sollicite l'inscription de mon enfant aux tests techniques pour la section sportive scolaire ski :

☐ ALPIN (dès la 6<sup>e</sup>)

☐ NORDIQUE (à partir de la 5<sup>e</sup>)

Qui se dérouleront le **mercredi 11 ou le mercredi 18 mars 2026** (décision prise d'ici quelques semaines). Les techniques de ski ainsi que les horaires et lieux vous seront communiqués sur la convocation.

**Afin de pallier à une éventuelle annulation des tests par manque de neige, nous vous conseillons vivement de préparer d'ores et déjà des vidéos montrant le niveau de ski de votre enfant (elle vous sera demandée en cas d'annulation). Vous trouverez toutes les informations utiles pour la vidéo en annexe jointe à ce document. Vous pouvez aussi vous rapprocher de votre club.**

A, ..... le, .....

SIGNATURE DU (DES) RESPONSABLE(S) LEGAL(AUX)

COLLEGE DES ROUSSES  
97 Montée du Rochat BP 20  
39220 LES ROUSSES

## Annexe création vidéo :

- **SKI ALPIN : 2 vidéos**

1. Vidéo en **course** sur un tracé ; environ 6/7 portes (visible suffisamment de près)
2. Vidéo **ski libre** : enchaînements de virages courts en pente relativement raide (mur, piste rouge minimum)

- **SKI NORDIQUE : 3 vidéos**

1. Vidéo en **skate** : démonstration des différents pas **enchaînés**. Combiné (à droite et à gauche), 1 temps, 2 temps (à droite et à gauche).
2. Vidéo en **classique** : démonstration **enchaînée** également. Poussée simultanée, pas de 1, alternatif
3. Vidéo d'**agilité** sur profil descendant avec pas tournants, petits sauts, demi-tour...

A envoyé au format JPEG à l'adresse suivante : [christine.parissi1207@gmail.com](mailto:christine.parissi1207@gmail.com).

Pour un gain de temps, le montage des vidéos entre-elles sera particulièrement apprécié !