Journal n°1 du 1er février 2010

Ski ?
Vous avez dit ski ?
(page 3)

la forêt monte en neige

Quel choc au réveil quand le responsable de l'auberge nous annonce qu'il fait -18° dehors. Malgré tout, l'envie de skier était tellement forte, que personne ne s'est plaint .

Nos impressions
(page 4)

EDITO :

Aujourd'hui les conditions de ski étaient vraiment très bonnes. Par conséquent, nous avons préféré profiter de ce contexte et annuler notre visite de Briançon pour aller skier.

Le groupe 5 à l'honneur aujourd'hui. L'après midi de ski en compagnie du soleil ! Vivement demain.

Ce journal est le fruit du travail des cinquièmes de Traînou en séjour ski à Serre Chevalier.

Que se passe t'il quand on lance de l'ail contre un mur ?
Il revient vers nous. C'est le retour du « jedi » !

INFORMATIONS PRATIQUES

Lundi 1er février 2010: Saint Hella

Menus : - Hier soir : pizza, spaghetti bolognaise, fromages, mousse au chocolat
- Ce matin : boisson chaude, céréales et tartines de beurre confiture.
- Ce midi: tomates, salade, lasagne, fromages, yaourt, fruits.
- Ce soir : betteraves maïs, steak haché, haricots verts

Météo : Soleil ce matin malgré une température à –19°c.
Cet après midi, il y eut du soleil et un peu de vent.

Moral : au beau fixe

Qualité de l'enneigement : bonne neige pour ce lundi 1er février, la hauteur de la neige est de 65 cm à l'auberge (1400m.). En montagne, à 2100 m. 160 cm de neige, à 2800 m., 170 cm de neige.

RECIT DE LA JOURNEE

48H chrono :

Dimanche 8H00: Départ en bus

Dimanche 10H00 : « Pause pipi »

Dimanche 12H00 : Pique-nique

Dimanche 14H00 : L'heure de la sieste dans le bus

Dimanche 16H00 : Nous nous arrêtons pour assouvir nos besoins

Dimanche 18H00 : Chants dans le bus et arrivée à l'auberge

Dimanche 20H00 : Dîner et prise des douches et des skis

Dimanche 22H00 : On dort

Lundi 8H00 : Déjeuner

Lundi 9H00 : Départ sur les pistes

Lundi 10H00 : Ski avec nos moniteurs

Lundi 12H00 : Retour à l'auberge pour déjeuner

Lundi 14H00 : Départ pour le ski

Lundi 16H00 : Ski avec les profs

Lundi 18H00 : Prise des douches

Lundi 20H00 : Dîner au self

Lundi 22H00 : On dort

LE SKI EN REVUE

Le ski, est un sport que nous pouvons pratiquer de différentes manières. Nous pratiquons durant ce séjour le ski alpin.
Il y a plusieurs sortes de skis alpins : le super G, la descente, le slalom et le hors piste. Les pieds sont fixés entièrement sur les skis. Luc Alphand a été un des plus grands champions de ski alpin français.

Quelles sont les autres formes de ski ?
Ski de fond : c'est un sport de randonnée où les talons ne sont pas fixés aux skis. Il peut aussi se pratiquer en compétition. Il existe : le pas de patineur et le ski alternatif.

Saut à ski : C'est une descente sur un tremplin, avec de très longs skis. Le but est de se pencher pour sauter le plus loin possible.

Boarder cross : Course à 4 en départ commun. Sur la piste il y a un slalom fait de bosses et de virages inclinés.

Ski de bosses : il consiste à franchir des bosses régulières ainsi que deux tremplins pour effectuer des grands sauts. Des juges donnent des notes sur les sauts et le temps mis pour la descente.

Ski acrobatique : C'est un ski à sensation. Il consiste à faire des sauts et des acrobaties qui seront notés par des juges.

Ski extrême : Il consiste à monter en haute altitude et descendre dans des crevasses, sauter des rochers en étant noté sur les tentatives de sauts et leurs réussites.

Biathlon : C'est une course avec des skis de fond, où l'on s'arrête pour tirer sur 5 cibles. Chaque échec donne une pénalité aux coureurs.

Télémark : C'est une sorte de ski où les talons ne sont pas fixés sur le ski. On doit faire des flexions de genou pour tourner.

Ces définitions ont été recueillies auprès de nos accompagnateurs ainsi que du personnel de l'auberge, quand nous ne connaissions pas.

NOS IMPRESSIONS

La neige à chaud et à froid:

La première des choses qui nous vient à l'esprit est la sensation agréable de glisse et de vitesse. Certains ont l'impression d'avoir atteint la vitesse de 60 / 65 km/h alors que d'autres 20 , 30 km/h.
D'après nos profs, nous sommes plus près des 20 km/h.
En gros, on peut dire qu'on a vu des lièvres et des tortues. Mais l'avantage, c'est que personne ne se moque. Il y a une bonne ambiance. Entre les élèves mais aussi avec les moniteurs et les profs. Ce qu'il y a d'amusant c'est de voir les autres tomber et faire des strikes avec d'autres élèves. En effet, c'est surtout amusant si personne ne se blesse.
Par contre, même si c'est très agréable, il y a des inconvénients : Marcher avec les chaussures de skis… et c'est encore pire quand on skie...
Ca fait très mal aux tibias, aux chevilles, froid aux mains et aux pieds. Ca fatigue beaucoup et ça donne faim. D'ailleurs Tony, au secours, car dans ta cantine, c'est meilleur !
En résumé, pour prendre du plaisir au ski, il faut accepter de souffrir… un peu. Nos profs nous disent même parfois qu'on devrait faire une cure de « moraline » et de « motivex ».

Les quilles sont en place …

STRIKE !!!