



PROSNEIGE TRAINING 2021 2022



FORMATION TEST TECHNIQUE
STAGE D'AUTOMNE À TIGNES



Prosneige Training est le centre de formation de moniteur de ski de l'école de ski Prosneige. Nous proposons **différentes formules d'entraînement** tout l'hiver sur les stades de slalom des **Menuires**, de **Tignes** et de **Val Thorens**.

LA STATION

Tignes



Grâce à son glacier, la station de Tignes est idéale pour préparer la saison. Cela permet d'entamer la période de formation hivernale avec un entraînement préalable et une condition physique optimale.

LES CONDITIONS D'ENTRAÎNEMENT

Stage d'avant saison, idéale pour prendre de l'avance sur votre préparation au test technique. Le ski d'automne est une phase que tout skieur professionnel (moniteurs, compétiteurs) connaît, cela donne les bases d'une saison réussie.



Prosneige
SINCE 1996

TRAINING

Mettez toutes les chances de votre côté.

Le D.E. de ski alpin est une formation exigeante qui nécessite de faire des sacrifices. **Un stage d'automne** aide grandement à la réussite du test technique.!



Du 18 octobre 2021 au 22 octobre 2021



5 jours d'entraînement



350€ hors frais de logement



Objectifs :

- Préparer sa saison en avance
- Découvrir la technique et l'attitude du slalomeur sur les skis

Un stage d'automne de formation au test technique nécessite **une excellente forme physique**. La première partie des journées se passe sur le ski et l'après midi est axée sur la préparation physique.

Nous proposons un entraînement à Temps Plein à raison de **7h par jour du Lundi au Vendredi**.

Le prix de la formation comprends :

- Le forfait de ski
- L'accès au centre sportif

LE COACH



Nicolas Jorcin

Moniteur de ski

Passionné

d'entraînement
Préparation mentale

CONTACT : raphael@prosneige.fr