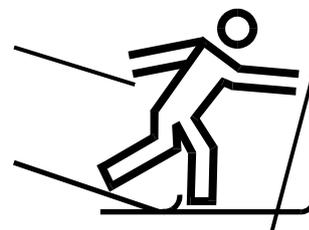


Ski nordique et raquettes



au sein du Ski Club International de Genève

Le ski nordique (ski de fond) et les raquettes (à neige) constituent l'une des trois activités proposées par le SCIG.

Randonnées

Les sorties prévues au programme d'un à deux jours (de niveau facile / moyenne / difficile) sont organisées sur piste et hors piste sous la conduite de chefs de courses bénévoles. Elles peuvent être modifiées ou annulées par le chef de course en cas de mauvaises conditions d'enneigement ou de mauvais temps. Une sortie à pied pourra remplacer la sortie à ski nordique ou à raquettes prévue.

Les sorties d'un jour ont normalement lieu les samedis ou dimanches de début décembre à mi-avril. Les sorties "week-ends" quittent Genève le samedi matin et y retournent le dimanche soir. Occasionnellement, le départ a lieu le vendredi soir après le travail. Une description détaillée de chaque sortie "week-end" est disponible aux permanences les jeudis soirs. Pendant les fêtes de fin d'année le SCIG n'organise pas de sortie.

Les moyens de transport utilisés pour ces sorties sont soit la voiture privée, soit le train (CFF).

L'heure et le lieu du départ sont donnés par le chef de course lors de l'inscription. Le lieu de rendez-vous pour les sorties en voitures privées varie selon la destination : rue de Varembe, ancien Touring Club Suisse (rue Pierre-Fatio), parking P/R Bachet-de-Pesey, etc. Pour les sorties utilisant le train comme moyen de transport, le lieu de rendez-vous est la gare principale (gare Cornavin).

La coordination de ces sorties est faite par le responsable de la section de ski nordique (voir brochure hiver ou site internet) qui, en cas de besoin, peut être contacté à la permanence les jeudis ou bien par courrier électronique.

Equipement

Au début le matériel peut se louer (skis ou raquettes, bâtons et chaussures). Pour ceux qui désirent acheter des skis nous recommandons des skis classiques (genre fibres de verre, semelle écailles, largeur 50 mm) et des chaussures montantes imperméables. Les raquettes sont de type plastique ou avec cadre métallique, le pied étant fixé sur une plaque articulée permettant de lever le talon.

Ce qu'il faut emporter : skis ou raquettes, chaussures appropriées, bâtons, vêtements chauds, anorak, gants, couvre-chef, lunettes de soleil, crème solaire protectrice, petit sac à dos, passeport (avec, le cas échéant, visa pour la France), argent suisse ou français, vêtements et chaussures de rechange (pourront être laissés dans la voiture), pique-nique (à vérifier lors de l'inscription), boissons.

Prix des randonnées

Ils sont variables en fonction de la distance et du logement (week-end) :

- Sorties d'un jour : CHF 15.- à CHF 35.- (transport et CHF 5.- taxe du club pour membres)
- Week-ends : CHF 80.- à CHF 200.- (transport, logement, repas du soir, petit-déjeuner et taxe du club)
- Surtaxe pour non-membres : CHF 5.- par jour

Cartes de "ski de fond"

Le traçage d'un réseau de pistes et itinéraires demande une organisation importante en personnel et matériel. L'accès aux pistes est donc payant et nécessite une carte de "ski de fond".

Des cartes journalières peuvent être achetées dans les centres de ski nordique suisses et français (au prix de CHF 10.- à CHF 15.- approximativement). Nous recommandons cependant les cartes de saison dont les tarifs sont les suivants :

- Carte de saison Suisse (toute la Suisse, ainsi que les départements de la France voisine : Ain, Jura, Doubs, Haute Savoie) : CHF 90.-.
- Carte de saison Jura Suisse (toute la chaîne du Jura suisse) : CHF 60.-.

- Carte de saison française départementale : approximativement EUR 70.-.
- Carte de saison française nationale : approximativement EUR 110.-.

Enfants

Les enfants accompagnés par un parent ou une personne qui en assume la responsabilité sont les bienvenus à condition qu'ils aient la résistance nécessaire pour terminer le parcours prévu. Le ski nordique et les raquettes se pratiquent dès le plus jeune âge. Des renseignements sur des cours et activités pour enfants peuvent être donnés à la permanence.

Inscriptions

Les chefs de course prennent les inscriptions à la permanence du Ski Club, le jeudi soir de 18h00 à 19h30 au Club de Tennis International, chemin Rigot (entre l'avenue de la Paix et l'avenue de France, la place des Nations et les voies de chemin de fer), par courrier électronique ou par téléphone (leurs adresses électroniques et leurs téléphones figurent dans la brochure hiver et sur le site internet du Ski Club, www.scig.ch).

Pour les sorties d'un jour, l'inscription se fait le jeudi avant la sortie. Pour les sorties de deux jours ou plus, les inscriptions sont prises dès l'ouverture de la saison jusqu'à dix jours, au plus tard, avant la sortie.

S'il y a trop d'inscriptions, la priorité sera donnée aux membres du club.

Assurance

Le club n'assure pas ses membres contre les accidents et ne couvre pas leur responsabilité civile. En Suisse, les salariés bénéficient généralement d'une assurance accidents collective; il est possible de prendre une assurance responsabilité civile auprès de l'une des nombreuses compagnies d'assurances à Genève ou en France. Il importe d'être couvert pour les risques propres au ski **avant** de se lancer sur les pistes.

En France, un grand nombre de magasins de sport et d'écoles de ski vendent la *carte neige* : celle-ci donne droit au remboursement des frais d'évacuation en cas d'accident sur les pistes, de rapatriement et de certains frais médicaux qui ne sont pas pris en charge par toutes les compagnies.

En tant que propriétaire d'automobile utilisée pour le transport des participants, veuillez vérifier que vous êtes bien couvert (assurance responsabilité civile, occupants).

Règles à observer pour participer à une course de ski nordique ou de raquettes

- Avoir l'entraînement et la condition physique nécessités par la nature de la course.
- Etre muni de l'équipement prescrit.
- Ne laisser aucun déchet en route, mais les emporter avec soi.
- Pendant la course, rester groupés entre le chef de course et l'assistant, lequel ferme la course, et garder le contact visuel avec les participants qui sont devant.
- Les chiens et autres animaux ne sont pas admis aux sorties.

Cours collectifs d'initiation et de perfectionnement (ski nordique)

Plusieurs cours collectifs sont organisés avec des moniteurs professionnels. Des sorties faciles, destinées aux débutants, sont également organisées (ski nordique et raquettes).

Leçons

Le club n'organise pas de leçons particulières de ski nordique, mais donne des renseignements à la permanence et fournit une liste des écoles de ski nordique dans les environs de Genève.

Ski alpin

Le SCIG organise des leçons, sorties et week-ends de ski alpin. Renseignements à la permanence.

Informations sur le club

Les programmes d'hiver et d'été du SCIG, ses statuts, ainsi que d'autres informations sur le club peuvent être obtenus à la permanence ou bien consultés sur son site internet (www.scig.ch).