



Voici les grandeurs de skis et les rayons **recommandés** par le club de compétition pour chacune des catégories d'âge pour la saison 2011-2012. Les recommandations concernent la majorité des participants de chacune des catégories d'âge. Il est possible que les grandeurs varient selon le poids, la force et l'habileté du skieur.

8 ans et moins

Ski court 120-130 cm idéalement avec un rayon de **10-12 mètres**.

Éviter les rayons trop courts (9m et moins)

Évitez l'utilisation de plaques de course.

9-10 ans

9 et 10 ans :

Ski de course de GS court 130-145 cm idéalement avec un rayon de **10-15 mètres**. **Éviter les rayons trop courts (10m et moins)**

10 ans :

Possibilité d'un ski de course de SL 120-130 cm. Le rayon doit être entre **7 et 10m**.

Si 1 seule paire de ski, choisissez le ski de **GS** avec un rayon de **10-15m**.

11-12 ans

Ski de course junior de GS entre 140 et 160 cm. Le rayon doit être entre **14 et 17m**.

Ski de course junior de SL entre 130 et 140 cm. Le rayon doit être entre **8 et 11m**.

Si 1 seule paire de ski, choisissez le ski de **GS** avec un rayon de **14-15m**.

Pour le SUPER-G : Ski de course de GS d'environ 175 cm. Le rayon devrait être entre **21 et 27m**.

13-14 ans

Ski de course junior/adulte de GS entre 160 et 180 cm. Le rayon doit être de **17m ou plus**.

Ski de course junior/adulte de SL entre 140 et 155 cm. Le rayon doit être entre **10 et 13m**.

Pour le SUPER-G : Ski de course de GS d'environ 185 cm. Le rayon devrait être entre **21 et 27m**. Dans certains cas, un vrai ski de Super-G d'environ 185 cm avec rayon d'environ **33m**.

15 ans et plus

Pour le SUPER-G : Ski de course de GS d'environ 185-195 cm. Le rayon devrait être entre **21 et 27m**. Idéalement, un vrai ski de Super-G d'environ 185-200 cm avec rayon d'environ **33m**.

Hommes :

Ski de course adulte de GS d'au moins 175 cm. Le rayon **minimum est 27m**.

Ski de course adulte de SL entre 155 et 165 cm. Le rayon est **d'environ 11-13m**.

Femmes :

Ski de course adulte de GS d'au moins 170 cm. Le rayon **minimum est de 21m**.

Ski de course adulte de SL entre 150 et 155 cm. Le rayon est **d'environ 10-12m**.

Pour plus d'information, veuillez me contacter, Merci.

Ian Goudreault
Entraîneur chef,
Club de ski Bromont
450-534-3448
ian.goudreault@clubskibromont.com
www.clubskibromont.com