



Saison 2025 - 2026



*Hiver comme été, jeunes et adultes,
on s'entraîne au club pour le ski de fond et le biathlon !*



Nouveautés cette année :

Sections Loisirs pour tous les âges

Groupe Adultes Longues Distances

Organisation des entrainements

Objectifs et Activités

Le planning ci-dessous est donné à titre indicatif et évoluera en fonction des groupes inscrits, des courses et autres activités des jeunes, etc.

Catégories	Automne (à partir du 4 Octobre) <i>Ski roue, ski sur herbe, renforcement musculaire, marches en montagne, etc</i>	Hiver dès l'arrivée de la neige → ~ Fin Mars	Juin – Septembre
Pré-Club (2017→2020)		Du <u>samedi 13 Décembre</u> (en fonction de la neige) à la fin de la saison : 1h30 de ski tous les Samedis à 14h	
U9 (2017-18) U11 (2015-16)	Samedi 14h (pour tous)	Pour tous → Samedis 14h Section Compét' → + Mercredis 10h & Courses (~ 3-4, souvent dimanche)	
U13 (2013-14) U15 (2011-12) U16-U20 (2006-10)	Samedi 14h (pour tous)	Pour tous → Samedis matin Section Compét' → + Mercredis 14h & Courses (~ 7-10, souvent dimanche)	Samedis de Juin et Sept. + 3 stages été : ski roue, tir, marches, bivouac, plage, etc.
Seniors (≤ 2005)	<i>Ici se retrouvent les fondeurs qui veulent continuer à faire de la compétition, souvent sans entrainement au Club : nous contacter.</i>		
Adultes : Loisirs ou Initiation ou Longues distances	1 Samedi matin sur 2 Préparation physique (pré-ski)	Samedi matin technique skate et classique en fonction du niveau des groupes. Biathlon proposé environ 1 fois / mois Groupe Longues distances : horaires à confirmer avec le groupe	Sorties à vélo, Balades en montagne, etc

Les objectifs et activités :

- **Pré-club** : Découvrir la neige sur des skis de fond, la glisse, et le jeu avec les copains et copines. Matériel inclus pendant les séances.
- **U9-U11** : Découvrir le ski de fond et/ou améliorer sa technique et sa capacité physique en ski classique et skating. Premières initiations biathlon (laser puis plomb), et premières courses de ski de fond pour les sections « compétition ».
- **U13 / U15** : Skier mieux, plus vite et plus loin en ski de fond (classique et skating) et en biathlon. Premiers entrainements ski roue. Apprendre à entretenir son matériel. Et plus de courses pour les « compét' » mais le plaisir avant tout !
- **U16 / U20** : Continuer en loisir ou en compétition, et le plaisir, ... et pousser les limites en ski de fond et/ou biathlon. Pourquoi pas en visant un monitorat fédéral, et/ou d'état pour apprendre à transmettre aux plus ou moins jeunes !
- **Les adultes** : Pour le groupe loisirs : Continuer de s'améliorer techniquement et physiquement en skating, et aller aussi vers le classique. Pour le groupe initiation : Découvrir le ski de fond et/ou améliorer sa technique et sa capacité physique.

Et aussi, les Nouveautés 2025/2026 :

- **Loisirs OU Compét'** : Chacun son style et son rythme, **à tout âge** il y a l'option de participer au *groupe Compét'* (+ *mercredis + courses*), ou pas !
- **Groupe Adultes Longues Distances** : Entrainements spécifiques + Viser 1 ou 2 objectifs de course longue distance et aller s'y faire plaisir (voire faire une perf' ?!)



Combien coûte la cotisation ?

La cotisation à l'AS Edelweiss inclut :

*De U9 à U18 les skis, bâtons, farts sont fournis par le club.
Forfait saison Alpes du Sud inclus du Pré-Club à U20.*

Catégories / âge	Montant / Pratique	
	Loisir	Compétition
Pré-Club → 2017 à 2020	105€	
U9 → 2017-18	155€	180€
U11 → 2015-16	155€	200€
U13 → 2013-14	255€	380€
U15 → 2011-12	255€	410€
U16-U20 → 2006 à 2010	255€	410€
Adultes	145€	180€

Quelques situations particulières :

- Après le 1^{er} enfant, les suivants de la fratrie = 20% de réduction.
- Les U16-U20 qui s'entraînent au Pôle Espoir (ou autre) → cotisation Loisir.
- Les Pass'Sport sont acceptés.

Attention, 2025-2026 → **Coût total = Cotisation + Licence**

- Cette année tout le monde paie la licence en ligne (voir pages suivantes).
- Info tarifs : De 42€90 pour les jeunes loisirs sans assurance,
à 129€30 pour les adultes compétiteurs avec assurance Medium.

Nous Contacter et connaître nos actualités :

clubasedelweiss@gmail.com

06 81 89 83 64



Scanne-moi pour en savoir plus sur le club !

<https://as-edelweiss.clubffs.fr/>



AS Edelweiss 2025-2026, nouveauté Prise de licence en ligne

Cette année tout le monde paie sa licence en ligne.

Pourquoi ?

- Ceci nous permet d'être parfaitement en règle avec les assurances liées à la licence.
Pour plus de précisions, demande à un membre du bureau 😊
- Donc : **Coût total pour cette saison au Club = Cotisation + Licence**

Comment ?

1. Tout d'abord, tu dois faire l'inscription au Club, et payer ta cotisation
→ [Clique ici](#) ou retrouve la page Inscription du site du Club
2. Puis (=après ta cotisation, **et à partir du 1^{er} Octobre**) : va sur <https://monespace.ffs.fr/>
et suis les étapes du schéma préparé par la FFS (page suivante),
jusqu'au choix et au paiement de ta licence.

Quels choix ?

1. La licence

- **Compétition ou Loisir ?** C'est ton choix ! Assure-toi de bien faire coïncider « ta cotisation / ton groupe » avec ta licence.
- ① **U9 et U11** = licence Loisir pour tous, même pour le groupe compét'
- ① **Adultes « compét' »** : « courses fédérales » → licence compétition / « courses longues distances populaires » → licence loisir possible

2. L'assurance

- La Responsabilité Civile est incluse dans toutes les licences.
- Tu devras choisir une éventuelle assurance complémentaire – important, mais pas obligatoire pour le Club – tu décides selon ta situation.
- Pour info, l'année passée le Club avait choisi le niveau « Primo » pour la plupart des adhérents (= secours sur piste inclus), et « Medium » pour celles et ceux qui sont amenés à skier parfois hors de France (U13-U20).
(Pdf avec le détail des garanties sur la [page inscription](#) du site du Club)

Des questions, des doutes, besoin d'aide ? :



monespace.ffs.fr



J'AI DÉJÀ ÉTÉ LICENCIÉ(E) À LA FFS ?



UNE FOIS MA LICENCE VALIDÉE, J'ACTIVE MON COMPTE (B)

UNE FOIS SUR MON ESPACE, JE CLIQUE SUR « MA LICENCE » POUR LA RENOUVELER OU LA TÉLÉCHARGER

