

QUESTIONS FRÉQUENTES

COURS DE **SKI & AUTRES ACTIVITÉS NORDIQUES** A LA VATTAY

J'aimerais prendre un cours de ski de fond, quelle démarche ?

Pour prendre un cours de ski de fond avec l'école de ski La Vattay, vous pouvez appeler ou envoyer un SMS au **+33(0)6.11.23.23.73**, ou envoyer un mail à esilafaucille@ecoledeski.fr. Vous pouvez également réserver votre cours de ski de fond via notre [vente en ligne](#).

A partir de quel âge peut-on commencer le ski de fond ?

Avec l'école de ski La Vattay vous pouvez commencer les cours de ski de fond à partir de l'âge de 3 ans.

Quelle différence y a t'il entre le ski de piste et le ski de fond ?

Le ski de piste se pratique à l'aide des remontées mécaniques, vous pouvez en pratiquer au site de la Faucille avec nos collègues Alpin. Le ski de fond se pratique sur tous les types de terrains avec du matériel léger en style skating, ou en style classique sur le domaine nordique de la Vattay.

Ou puis-je faire du ski de fond ?

Au site nordique de la Vattay. Lorsque les chutes de neige sont suffisantes, le domaine s'étend jusqu'au village de Mijoux, les pistes étant reliées.

Les cours de ski de fond sont-ils remboursés par manque de neige ?

Avec l'école de ski La Vattay nous privilégions les reports de cours de ski de fond (voir conditions dans nos CGV). Il est plus aisé de décaler des cours de ski de fond ultérieurement dans la saison qu'en ski alpin.

Je suis débutant(e), par quel style de ski de fond dois-je commencer ?

Pour une première expérience en ski de fond nous vous conseillons de choisir le style classique. un déplacement similaire à la marche à pied.

Quel matériel est-il nécessaire pour pratiquer le ski de fond ?

Le cours de ski de fond comprend uniquement l'encadrement, vous devez donc vous présenter avec l'équipement adapté soit : skis + chaussures + bâtons.

Quels vêtements faut-il porter en ski de fond ?

Il fait vite chaud en pratiquant le ski de fond : prévoyez des vêtements respirants, peu épais. N'oubliez pas de vous munir également d'une gourde.

Y a-t-il des cours de ski de fond tous les jours ?

Oui. L'équipe de l'école de ski La Vattay est présente tous les jours de 8h30 à 17h.

Quelle est la différence entre le skating et le classique ?

La technique classique est une adaptation de la marche à pied ou de la course à pied à un élément glissant. Il se pratique essentiellement dans les rails.

La Skating ressemble plus au roller ou au patin à glace, c'est mouvement latéral.

Faut-il louer du matériel de ski de fond avant le début du cours?

Oui le cours de ski de fond ne comprend pas la location du matériel, il faut vous en munir avant le début du cours.

A partir de combien de personnes un cours collectif de ski de fond peut-il débuter?

Les cours collectifs de ski de fond enfants et adultes peuvent commencer à partir de 4 personnes.

Où se situe le point de rendez-vous pour les cours de ski de fond ?

Le point de ralliement pour les cours de ski de fond se situe au chalet de l'école de ski La Vattay (banderoles bleues et oriflammes ESI) au départ des pistes.

NOS CONSEILS

La météo change rapidement en montagne, un bon équipement est indispensable ... alors prévoyez :

- Collant
- Sous pull (avec col roulé)
- Pull ou polaire
- Blouson, pantalon ou combinaison adaptée à la taille de l'enfant (suffisamment grand pour couvrir les chevilles et les poignets)
- Lunettes de soleil (nordique) , masque (alpin)
- Gants ou moufles
- Bandeau, bonnet (nordique)
- Tour de cou
- Crème solaire
- Casque (alpin)

Vérifiez que vos enfants se sentent à l'aise dans leurs chaussures de ski.

N'oublions pas qu'il s'agit d'une activité sportive de plein air, en montagne et la plupart du temps exposée au froid. N'hésitez pas à prévoir des collations à glisser dans la poche de vos enfants.