

Commentaire stage 5 benjamins minimes Tignes

Samedi 21 novembre :

Reprise automnale avec les benjamins et minimes. Les conditions de neige sont excellentes, la météo clémente. Pendant ce week end, on travaille le volume de ski, avec de gros dénivelés, jusqu'à 1500m en une descente, ça fait du bien aux jambes !!

L'après midi, foot sur la neige avec Valmenier, bonne ambiance.

Dimanche 22 novembre :

Malgré une météo capricieuse, nous avons réussi à faire 5 heures de ski dans le jour blanc et la tempête au sommet du glacier. Les jeunes ont du rentrer légèrement fatigués, mais ils ont bien bossé !!