

Programme du cours - SKI Candidat 2 (Niveau 2, Partie 2)

Des modifications peuvent être apportées au programme du cours en fonction des conditions situationnelles et du personnel.

Heure	07:00	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
07:00		Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner	Petit-déjeuner				
08:00													
09:00													
10:00	Ouverture du cours	Technique Formes dérapées - Pos. Haut dér. - Pos. Bas dér.	Technique Formes conduites - Pos. Bas dyn. - Pos. Haut dyn.	Technique Formes appliquées - Virage court	Methodologie Leçon modèle - par le professeur de classe	Methodologie (Gr 1) Leçons	Methodologie (Gr 2) Leçons	Methodologie (Gr 1) Leçons	Methodologie (Gr 2) Leçons				
11:00	Technique Formes dérapées - Pos. Chasse-neige			Photo de		Technique (Gr 2) Saut - Basic Air	Technique (Gr 1) Saut - Basic Air	Technique (Gr 2) Saut - Sauts de démonstration	Technique (Gr 1) Saut - Sauts de démonstration				
12:00		Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi	Pause de midi				
13:00	Pause de midi												
14:00	Technique Formes dérapées - Pos. Superman - Pos. VB 1 jambe - Pos. VB 2 jambes	Technique Formes conduites - Pos. Virage par basculement - Pos. Bas dyn. - Pos. Haut dyn.	Technique Formes freestyle - Fakie - Freestyle sur piste - 180°	Technique Formes appliquées - Bosses - Freeride	Theorie / Workshop Leçon modèle - Évaluation - Préparation pour Présentation	Methodologie (Gr 1) Leçons	Methodologie (Gr 2) Leçons	Methodologie (Gr 1) Leçons	Methodologie (Gr 2) Leçons		Analyse vidéo Évaluation de la leçon		
15:00	Vidéo	Vidéo	Vidéo			Technique (Gr 2) Saut - Basic Air	Technique (Gr 1) Saut - Basic Air	Technique (Gr 2) Saut - Sauts de démonstration	Technique (Gr 1) Saut - Sauts de démonstration				
16:00						Vidéo - Gr 2	Vidéo - Gr 1	Vidéo - Gr 2	Vidéo - Gr 1				
17:00	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook	Présentations Feedback	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook	Analyse vidéo Logbook				
18:00	Theorie / Workshop Attribution des questions	Questions	Questions	Questions	Admin - Theorie- Logbook	Theorie / Workshop Leçons - Évaluation & Planification	Theorie / Workshop Leçons - Évaluation & Planification	Theorie / Workshop Leçons - Évaluation & Planification	Theorie / Workshop Leçons - Évaluation & Planification				
19:00	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner				