LES NEWS DU HAUTE SAVOIE NORDIC TEAM

NOUVELLE SAISON EN PRÉPARATION...

ILS NOUS SOUTIENNENT

SEPTEMBRE 2022 // NEWSLETTER NUMÉRO 3

APRÈS UNE COUPURE BIEN MÉRITÉE SUR TOUT LE MOIS D'AVRIL, IL EST TEMPS POUR NOS ATHLÈTES DE REPRENDRE LE CHEMIN DE L'ENTRAINEMENT.
ALORS QUE CERTAINS NOUS ONT QUITTÉ, DE NOUVELLES TÊTES FONT LEUR APPARITION POUR CETTE NOUVELLE SAISON. LES VOICI !

Chez les fondeurs :

Simon Chappaz
20 ans
SC La Clusaz

Hugo Malgrand
19 ans
SC Praz de Lys Sommand

Tania Kurek
21 ans
SC Pays Rochois

Chez les biathlètes :

Edgar Geny
19 ans
SC Sallanches

Mathieu Perrillat-Bottonet
22 ans
SC La Clusaz

Gaëtan Paturel
19 ans
SC Pays Rochois

Maxence Pialat
19 ans
SC La Clusaz

Violette Bony
19 ans
SC Dragons d'Annecy

Axel Garnier
19 ans
SC Sallanches

- LES STAGES -

ALORS QUE NOUS SOMMES DÉJÀ EN SEPTEMBRE, PLUSIEURS STAGES DE PRÉPARATION ONT ÉTÉ EFFECTUÉ CE PRINTEMPS ET CET ÉTÉ POUR LE TEAM. REVENONS SUR CHACUN D'EUX.

- CHÂTEL : DU 26 AU 28 MAI -

C'EST DU CÔTÉ DE CHÂTEL QUE NOUS AVONS ATTAQUÉ NOTRE PREMIER STAGE AVEC AU PROGRAMME : VÉLO, COURSE À PIED ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE. DE QUOI BIEN PROFITÉ DU TERRAIN DE JEU QUE NOUS OFFRE NOTRE DÉPARTEMENT ! ÇA A AUSSI ÉTÉ L'OCCASION DE DÉCOUVRIR ET D'ÉCHANGER ENTRE CHAQUE MEMBRE DU TEAM.

- TIGNES : DU 27 JUIN AU 2 JUILLET -

COMME À NOTRE HABITUDE À CETTE PÉRIODE, NOUS SOMMES ALLÉS CHERCHER LA NEIGE À TIGNES POUR UN STAGE EN ALTITUDE. IL PERMET DE TERMINER LE BLOC D'ENTRAINEMENT DU PRINTEMPS ET DE COMMENCER CELUI D'ÉTÉ. MALHEUREUSEMENT, NOUS N'AURONT TOUCHÉ CET OR BLANC QU'UNE MATINÉE, LES CONDITIONS DE NEIGE ÉTANT TROP FAIBLE...
MAIS LE TEAM NE SAIT PAS LAISSÉ ABATTRE ET À DONC SILLONNÉ LES COLS ET MONTAGNES DE SAVOIE AVEC LE SOURIRE ET L'ENVIE !

- LA FÉCLAZ : DU 20 AU 25 JUILLET -

NOUS SOMMES QUASIMENT MILIEU D'ÉTÉ ET LES HEURES D'ENTRAINEMENT S'EMPILENT LES UNES APRÈS LES AUTRES. POUR SORTIR DE NOTRE ROUTINE HAUTE-SAVOYARDE, C'EST AU DESSUS DU LAC DU BOURGET, À LA FÉCLAZ, QUE LE TEAM S'EST DONNÉ RENDEZ-VOUS POUR SON 3IÈME STAGE. LA-HAUT, UN PAS DE TIR PERMET À NOS BIATHLÈTES DE POUVOIR CONTINUER LEUR PRÉPARATION SEREINEMENT ET DE BELLES ROUTES PERMETTENT À TOUTE L'ÉQUIPE DE FAIRE DE BELLES SÉANCES. ET TOUJOURS AVEC DE BEAUX MOMENTS CONVIVIALES (AUTOUR DE BONNES CRÊPES PAR EXEMPLE !)

- LES PLANS D'HOTONNES : DU 8 AU 12 AOÛT -

ET POUR NOTRE DERNIER STAGE DE L'ÉTÉ, C'EST SUR LA PISTE DE SKI ROUE ET PAS DE TIR DES PLANS D'HOTONNES DANS L'AIN QUE NOUS DÉCIDONS D'ATTAQUER LE BLOC DE VOLUME D'AOÛT. UNE BELLE OCCASION POUR NOS FONDEURS DE REPÉRER LES LIEUX OÙ SE DÉROULERA FIN AOÛT LE CHALLENGE VINCENT VITTOZ.

- LES COMPÉTITIONS D'ÉTÉ -

QUOI DE MIEUX L'ÉTÉ QUE D'ENFILER UN DOSSARD AFIN DE CASSER LA ROUTINE DE L'ENTRAINEMENT ET DE RETROUVER NOTRE AMI LE STRESS QUI NOUS MANQUE TANT À CETTE PÉRIODE. C'EST POUR CELA QUE LE TEAM C'EST ALIGNÉ SUR 3 COMPÉTITIONS : LE RELAIS NOCTURNE DE SAINT NICOLAS DE VÉROCE, LE TRAIL DU BÉLIER À LA CLUSAZ ET POUR NOS FONDEURS, LE CHALLENGE VINCENT VITTOZ AUX PLANS D'HOTONNES. ET NOTRE ÉQUIPE À RENOUER AUSSI AVEC LE PODIUM.

- LE RELAIS NOCTURNE -

FORMAT : 6 X 600 M EN RELAIS

CORALIE ET FÉLICIE : 1 ÈRE
HUGO ET SIMON : 2 ÈME

- LE BÉLIER -

FORMAT : 15KM

HUGO DEJOUR : 3 ÈME SCRATCH ET 1ER ESPOIR
SIMON CHAPPAZ : 4 ÈME SCRATCH ET 2 ÈME ESPOIR
MATHIEU PERRILLAT-BOTTONET : 6 ÈME SCRATCH ET 3 ÈME ESPOIR
TANGUY PERRILLAT-BOITEUX : 10 ÈME SCRATCH ET 5 ÈME ESPOIR
THOMAS BRIFFAZ : 14 ÈME SCRATCH ET 6 ÈME ESPOIR

TANIA KUREK : 2 ÈME SCRATCH ET 1 ÈRE ESPOIR
FÉLICIE CHAPPAZ : 5 ÈME SCRATCH ET 2 ÈME ESPOIR
CORALIE BENTZ - 6 ÈME SCRATCH ET 1 ÈRE SÉNIOR

FORMAT 27KM

GÉRARD AGNELLET : 16 ÈME SCRATCH

HAUTE SAVOIE NORDIC TEAM

- LE CHALLENGE VINCENT VITTOZ -

SAMEDI : PROLOGUE SKATE : 3KM POUR LES FILLES / 5KM POUR LES GARÇONS

CORALIE BENTZ - 1 ÈRE
TANIA KUREK : 2 ÈME
FÉLICIE CHAPPAZ : 4 ÈME

SIMON CHAPPAZ : 4 ÈME
HUGO DEJOUR : 10 ÈME
GÉRARD AGNELLET : 11 ÈME
TANGUY PERRILLAT-BOITEUX : 14 ÈME

DIMANCHE : POURSUITE CLASSIQUE EN BOSSE : 7KM POUR LES FILLES / 9KM POUR LES GARÇONS

TANIA KUREK : 1 ÈRE
CORALIE BENTZ - 3 ÈME

SIMON CHAPPAZ : 2 ÈME
GÉRARD AGNELLET : 8 ÈME
HUGO DEJOUR : 12 ÈME
TANGUY PERRILLAT-BOITEUX : 14 ÈME

UN MAGNIFIQUE WEEK-END DE COMPÉTITION POUR LE TEAM QUI PERMET AUX ATHLÈTES DE PRENDRE DES REPÈRES ET DE RÉCOMPENSER TOUT LEUR TRAVAIL DE CET ÉTÉ.

MAIS NOUS SOMMES ENCORE LOIN DES PREMIÈRES COURSES DE L'HIVER ET BEAUCOUP DE TRAVAIL RESTE À VENIR.

MAIS AVANT ÇA, NOS ATHLÈTES VONT AVOIR UNE BONNE SEMAINE DE REPOS AFIN DE RECHARGER LES BATTERIES POUR LE BLOC D'ENTRAINEMENT DE L'AUTOMNE.

- ILS REJOIGNENT L'AVENTURE -

POUR LES PLUS MALIN D'ENTRE VOUS, VOUS AVEZ PU REMARQUER SUR LE BANDEAU DES PARTENAIRES DE LA PREMIÈRE PAGE QU'UN NOUVEAU À FAIT SON APPARITION. ET CELUI-CI, DU FAIT DE SON HISTOIRE ET DE SON LIEN AVEC LE TEAM, COMPTE BEAUCOUP.

IL S'AGIT DE **PUTHOD PÉPINIÈRES**

PUTHOD PÉPINIÈRES
Conseils et services sur mesure

MERCI À EUX POUR LEUR CONFIANCE !

Merci à tous et à très bientôt !

Toute l'équipe du Haute Savoie Nordic Team
Contact Email : team74hsn@gmail.com