

# Adrénaline

Novembre 2010



## Sommaire

Le Mot du Président  
Premières Neiges ...  
Quelques nouvelles des travaux sur les pistes  
Les Stages  
Entraînements d'automne  
Ski Etudes et District  
Les Compétiteurs  
Infos et contacts



Journal réalisé grâce aux partenariats de la station de La Norma et de l'ESF.



## Le mot du Président

Une nouvelle saison commence, 7 ans déjà ! l'Adrénaline atteint l'âge de raison . Contrairement à un club voisin, le nombre de coureurs reste stable (60 coureurs environ).

Un seul problème le vieillissement des membres du bureau. Il serait souhaitable que des jeunes parents s'investissent, pour assurer la pérennité du club.

Grâce à la ténacité de Stéphanie, notre site internet commence à avoir beaucoup de visiteurs. La station l'a mis en ligne sur son site.

Cette année le club a dix coureurs en formation pour le monitorat.

Avant de se retrouver sur les pistes, je tiens à remercier les membres du bureau, les entraîneurs, tous les parents qui consacrent beaucoup de temps à la vie du club.

Un grand merci aussi, à tous nos partenaires, Communauté de Communes, Avrieux, Villarodin-Bourget, ESF, le personnel de la station, l'office du tourisme, les commerçants, nos sponsors, c'est grâce à leur soutien que le club peut vivre.

## Bonne saison

## Premières Neiges ...



*La piste de Norma 2 – 11.11.10*

Et voilà, les premières neiges sont là, avec une bonne sous-couche en formation sur la piste de Norma 2 pour ce 11 Novembre.



***Fartez et affutez vos planches !  
Le début de saison approche.***

*Poudre de rêve sur l'Arlette – 21.11.10*



Attention tout de même si vous n'avez pas la patience d'attendre l'ouverture des pistes...

*Avalanche de plaques en haut du couloir de Norma 2 (13/11/10).*

## Quelques nouvelles des travaux sur les pistes

Le télésiège de Norma 1 a été démonté, ce qui a agrandi la piste de Norma 2.

Le modelage du haut de la piste de Norma 2 permet de garder la neige même par grand vent : on n'a pas touché un seul caillou en ce 11 novembre.



*Sur Norma 2 – 20.11.10*



*La Combe – 28.11.10*

3

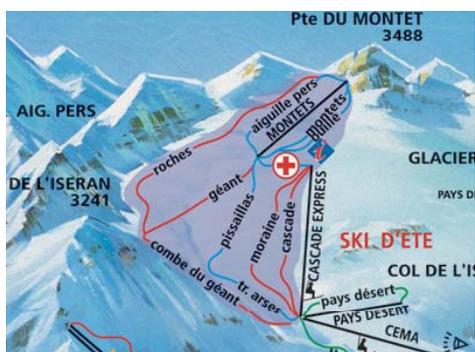


Le télésiège du Tétrás a disparu.

*Le Tétrás – 28.11.10*

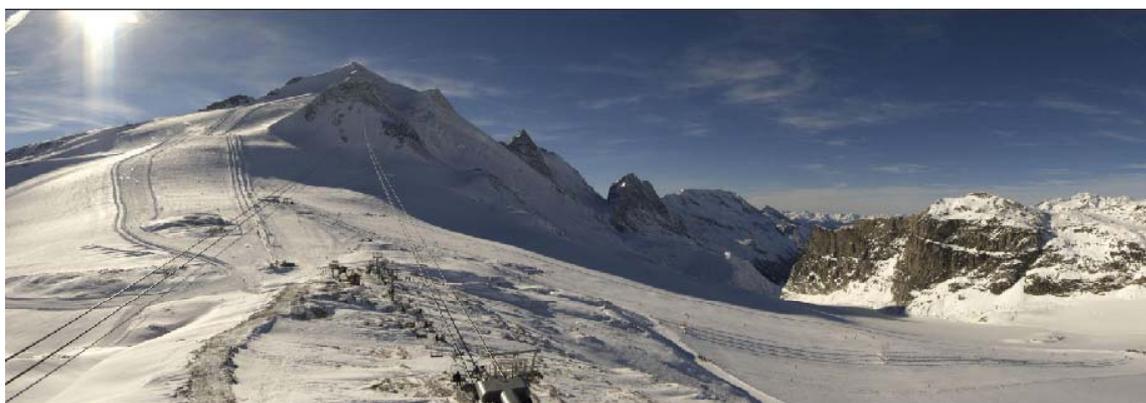
Le télésiège de la Combe s'est agrandi.

# Les Stages



Les Poussins (Nolwenn, Emeric, Nelson, Carl et Alexis) et quelques Benjamins (Pacôme et Théo) ont encore pu profiter de la neige du glacier du Pissailles en Juin sur un week-end qui a dû être écourté pour cause de chutes de neige abondantes ! Impossible de rejoindre le col de l'Iseran le dimanche ☹.

Ils ont tout de même remis ça la 1<sup>ère</sup> semaine de Juillet grâce au stage organisé en commun entre le Club des Sports de La Norma et celui d'Aussois, sous l'œil de Lionel et de Patrick pour La Norma, de Jean-Marie et des 2 Benjamin pour Aussois. Nos jeunes coureurs ont pu profiter de bonnes conditions cette année et sont rentrés comme d'habitude ravis de leur séjour.



Les Poussins (Nolwenn, Emeric, Nelson) ont de nouveau pu profiter de la neige le week-end du 11 Novembre, toujours sous l'œil vigilant de Patrick.

Reprise des sensations de glisse et vérification du matériel étaient au programme pour optimiser la saison 2010/2011.

Le premier jour il ne faisait pas beau ☹ .....

les jours suivants le temps s'est amélioré ☺ (ouf).

## Entraînements d'automne

Comme chaque année, les coureurs du Club des Sports s'entraînent tous les mercredi et samedi à La Norma, histoire de bien préparer les muscles et être bien dynamiques dans les piquets cet hiver.

Comme l'an dernier, merci à Thomas qui prend le relais quand Jean-Michel n'est pas disponible.



## Ski Etudes et District

Pas de nouveaux coureurs de la Norma en ski études cette année, mais trois coureurs ont été pris au district : Gabin, Teddy et Killian.

## Les Compétiteurs

Cette saison 57 coureurs porteront les couleurs du Club de La Norma. Parmi eux, souhaitons la bienvenue aux nouveaux arrivants et ....

**BONNE SAISON A TOUS  
AVEC DE NOMBREUX PODIUMS EN PERSPECTIVE !**

## Infos et contacts

<b>Contact Club</b>	<b>04.79.20.35.70</b>	<b>cs.norma@free.fr</b>
Claude Vincendet (président)	06.60.47.07.88	claud.vincendet@wanadoo.fr
Stéphanie Deleforterie (secrétaire)	06.61.83.96.67	stephanie.deleforterie@laposte.net
Michel Monestier (vice-président)	06.61.87.48.72	mmonestier@free.fr
Jean Parmier (trésorier)	06.26.55.33.27	jean.parmier@free.fr
Thierry Mermoz	06.80.36.80.51	tmermoz@orange.fr
Alain Deschildre (chrono)	06.61.35.06.40	a.deschildre@bbox.fr
Edmond Bermond (chrono)	06.23.41.26.64	
Denis Parmier (matériel)	06.85.39.78.04	denis.parmier@wanadoo.fr
Serge Favre (matériel)	06.30.75.25.93	favre.se@orange.fr
Jean-Claude Blondon (matériel)	06.88.11.60.09	marieannick.blondon@wanadoo.fr
Philippe Noraz	06.82.04.39.26	philippe.noraz@wanadoo.fr
Philippe Portaz	04.79.20.37.37	
<b>Contact entraîneurs</b>		
Patrick Bellissand	06.08.37.37.00	patbelliss@hotmail.fr
Jean-Michel Lathoud	06.50.24.05.99	jm.lathoud@aliceadsl.fr
Lionel Lathoud	06.27.60.18.75	lionel.lathoud@neuf.fr
<b>Contact journal / site internet</b>		
Nathalie Monin	06.85.43.96.90	nathalie.monin@lrf-sas.com
Xavier Darmendrail	06.85.43.97.02	Darmendrail.xavier@neuf.fr
<b>Contact sponsors</b>		
Hervé Deleforterie	06.71.99.93.44	herve.deleforterie@frejustunnel.eu
Claude Vincendet	06.60.47.07.88	claud.vincendet@wanadoo.fr

**[www.cs.norma.free.fr](http://www.cs.norma.free.fr)**

**MGL DIFFUSION**

LABORATOIRE  
**dermophil**  
indien

**BANQUE POPULAIRE  
DES ALPES**



*Banque et populaire à la fois.*