

# Programme Saison 2022-2023



## ANNEE ANNIVERSAIRE



Dans ce dépliant, vous trouverez le programme de la saison 2022-23.

Nous espérons qu'il vous donnera pleinement satisfaction.

## **Changement d'adresses – email - site internet**

Si vous changez d'adresse, merci d'en informer la secrétaire

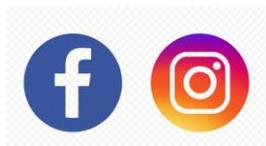
Magali Fatton - Batterie les Masses 185, 1987 Hérémente

 +41 79 730 76 67 ou  [secretariat@scheremencia.ch](mailto:secretariat@scheremencia.ch)

De plus si vous possédez une adresse email, nous vous remercions de nous faire parvenir un email à [secretariat@scheremencia.ch](mailto:secretariat@scheremencia.ch). Cela nous permettra de vous informer par courriel sur les activités du club et vous contribuerez ainsi quelque peu à la sauvegarde de notre planète et à la réduction des frais du ski-club.

Notre site et les réseaux sociaux avec toutes les informations sur la vie du club sont actualisé périodiquement et nous vous encourageons à les visiter régulièrement :

<http://www.scheremencia.ch>



<https://www.facebook.com/scheremencia>

[https://www.instagram.com/sc\\_heremencia/](https://www.instagram.com/sc_heremencia/)

Bien entendu que vous pouvez continuer à naviguer sur notre site de la cabane :

[www.essertze.ch](http://www.essertze.ch)



Nous vous souhaitons bien du plaisir !

Le comité

2

# Tableau des cotisations

Ci-dessous vous trouverez nos cotisations pour la saison 2022-2023 :

CATEGORIE	DESTINATAIRES	MONTANT
SENIOR INDIVIDUEL	Dès 20 ans, affiliés à Swiss-Ski	40.-
FAMILLE 1	Couple (au moins un parent) avec ou sans enfant(s) membres OJ. Une personne de la famille affiliée à Swiss-Ski ou non.	60.-
FAMILLE 2	Couple (au moins un parent) avec enfant(s) junior(s) (entre 16 et 19 ans). Une personne de la famille affiliée à Swiss-Ski ou non.	70.-
JUNIOR	De 16 à 19 ans, affiliés à Swiss-Ski	25.-
SUPPORTER	Membre individuel (junior ou senior) non affilié à Swiss-Ski	25.-

## Adhésion :

La demande d'adhésion est soumise à l'assemblée générale qui a lieu chaque année en octobre (consulter le programme).

La cotisation unique d'entrée se monte à CHF 300.00 (n'est pas demandée pour les personnes originaires d'Hérémece ainsi que ceux qui sont établis sur la commune).

## Coordonnées bancaires :

Banque : Raiffeisen Sion et Région, 1950 Sion

IBAN : CH07 8080 8009 8691 5488 3

# Programme général

## Programme des cours 13 étoiles

### **Cours 13\***

Si tu veux apprendre, te perfectionner et prendre du plaisir à skier avec des moniteurs dynamiques, ce cours est pour toi !

Onze cours planifiés tout au long de la saison, basés sur le concept de formation 13\*. Les débutants seront pris en charge au Jardin des Neiges à Thyon 2000. Les plus grands perfectionneront leurs connaissances et pratique du ski sur les pistes.

Les cours auront lieu le samedi matin à 9h00 et débiteront sur le plat de Thyon (à côté du jardin des neige)

### **Pré-compétition**

Tu veux intégrer le giron la saison prochaine ou simplement t'améliorer en vue des courses & compétitions de la saison ? Nous t'offrons plus! 11 à 14 cours seront planifiés (selon la disponibilité des infrastructures) où tu apprendras, en plus de la technique de base du ski, l'approche d'une compétition et le travail avec les « piquets ». Les cours auront lieu le samedi matin horaires et lieux de RV à définir.

Les dates exactes vous seront communiquées ultérieurement

**Cette offre s'adresse exclusivement aux enfants nés en 2015-2016**

**Condition pour la tenue de cette formation - au moins 5 enfants inscrits.**

Tous les enfants qui désirent participer aux cours 13 étoiles, et/ou aux cours Pré-compétition et aux courses et qui ne sont pas encore inscrits, sont priés de s'annoncer auprès de Carine Mayoraz +41 79 341 14 73 ou par mail :

[programme.13.etoiles@scheremencia.ch](mailto:programme.13.etoiles@scheremencia.ch)

**Jusqu'au 15 décembre 2022 au plus tard.**

Pour l'ensemble du programme, une contribution de **CHF 100.00** par enfant pour le 13\* et de **CHF 120.-** pour le groupe pré-compétition

IMPERATIF Cette somme est à régler au plus tard avant le 1<sup>er</sup> jour de cours.

Coordonnées bancaires :

**Banque : Raiffeisen Sion et Région, 1950 Sion**

**IBAN : CH07 8080 8009 8691 5488 3**

**OU EN CASCH le 1<sup>er</sup> jour de cours**

# Secteur ski de randonnée et loisirs

19.03.2023 Traditionnelle sortie randonnée le

04-05.02.2023 Sortie Adultes

A définir Sortie Jeunes

A définir Sortie Vétérans

Nous vous transmettrons les informations par courriel et sur notre site à temps voulu.

Renseignements et inscriptions : Alexandre Gauye [responsable.loisirs@cheremencia.ch](mailto:responsable.loisirs@cheremencia.ch)

## 100<sup>ème</sup> anniversaire

26.03.2023 Derby des « Masses », Concours interne et MagicMasses

10.06 2023 Assemblée de SkiValais et cross d'Hérémece

2-3.09.2023 Fête à Essertz

### Date

### Activité

### Lieu

#### Décembre 2022

**03-04, 10-11 et**

Formation moniteurs avec l'ESS

**Thyon**

**17-18.12.2022**

*impératif les 3 si volonté de travailler à l'ESS*

17-18.12.2022

VS Trophy Raiffeisen 1-2-3-4-5

Saas-Fee – Tzoumaz

**31.12.2022**

**Cours 13\***

*Info parents*

**Thyon**

*Péché Mignon Thyon*

#### Janvier 2023

**06-07.01.2023**

**Cours des Rois**

**Thyon**

07-08.01.2023

VS Trophy Raiffeisen 6-7

Riederalp

07.01.2023

Grand Prix Migros

Les Crosets

**14.01.2023**

**Cours 13\***

**Thyon**

14.01.2023

Course cadets JMV Cup 1

Grimentz

**21.01.2023**

**Cours 13\*** 2<sup>ème</sup> engin/cours avalanche

**Thyon**

21-22.01.2023

VS Trophy Raiffeisen 8-9

Vichères

28.01.2023

Course Hérens-Nendaz

Nax

## Février 2023

<b>04-05.02.2023</b>	<b>Sortie Adultes</b>	<b>Chamonix</b>
<b>04.02.2023</b>	<b>Cours 13*</b>	<b>Thyon</b>
04.02.2023	Grand Prix Migros	Grächen
04-05.02.2023	VS Trophy Raiffeisen 10-11	Loech les bains
<b>11.02.2023</b>	<b>Cours 13* sortie</b>	<b>surprise</b>
11.02.2023	Course cadets JMV Cup 2	Thyon
<b>18.02.2023</b>	<b>Course Hérens-Nendaz</b>	<b>Nendaz</b>
18-19.02.2023	VS Trophy Raiffeisen 12-13	?
<b>25.02.2023</b>	<b>Cours 13*</b>	<b>Thyon</b>

## Mars 2023

<b>04.03.2023</b>	<b>Cours 13* 2<sup>ème</sup> engin</b>	<b>Thyon</b>
04-05.03.2023	VS Trophy Raiffeisen 14-15	Les Crosets
11.03.2023	Course cadets JMV Cup 3	Anzère
<b>12.03.2023</b>	<b>Course Hérens-Nendaz</b>	<b>Thyon (finale)</b>
<b>18.03.2023</b>	<b>Cours 13*</b>	<b>Thyon</b>
18.03.2023	VS Trophy Raiffeisen 16-17	Nendaz
<b>19.03.2022</b>	<b>Sortie traditionnelle RANDO</b>	<b>?</b>
Organisation :	Alexandre 078 744 07 57 Magali 079 730 76 67	
25.03.2023	Grand Prix Migros	Nendaz
<b>25.03.2023</b>	<b>Derby des « Masses », Concours interne et MagicMasses</b>	

## Avril 2023

01-02.04.2023	Finale Grand-Prix Migros	Les Diablerets
15.04.2023	VS Trophy Raiffeisen 18-19	Veysonnaz
16.04.2022	JMV cadets (finale)	Veysonnaz

## **Juin 2023**

10.06 2023      **Assemblée de SkiValais et cross d'Hérémente**

## **Septembre 2023**

02-03.09.2023      **Fête à Essertz**

**A définir**              **Sortie Vétérans**

## **Octobre 2022**

**6.10.2023**              **Assemblée générale**                      **Hérémente**

Pour plus d'informations sur les autres compétitions inter régions, nationales, FIS ou internationales et si vous souhaitez suivre les compétiteurs du club, regardez sous

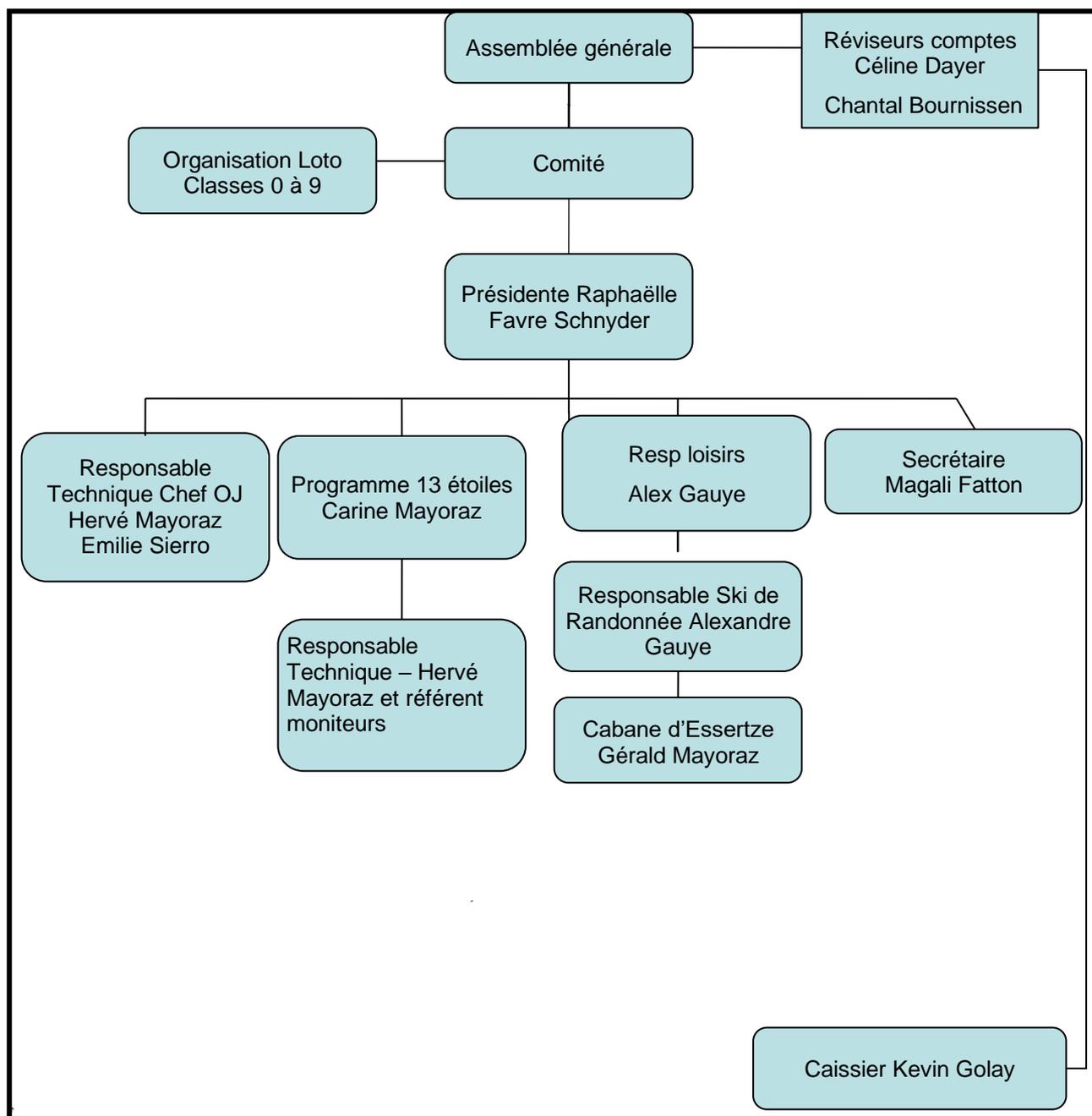
<https://thyongiron.ch/>

<https://www.swiss-ski-kwo.ch/kwo/tk/index.php?MPos=1101&Disz=AL>

<https://data.fis-ski.com/alpine-skiing/calendar.html>

<https://www.fis-ski.com/DB/telemark/calendar-results.html>

# COMPOSITION DU COMITE DU SKI-CLUB HEREMENCIA – SAISON 2022-2023



## Contacts membres du comité Ski-Club Hérémenca

	Prénom, Nom	Adresse	Email	Téléphone Fixe	Mobile
<b>Présidente</b>	Raphaëlle Favre Schnyder	Sanetch 28 1950 Sion	<a href="mailto:presidente@scheremencia.ch">presidente@scheremencia.ch</a>		+41 79 293 46 27
<b>Responsable Technique</b>	Hervé Mayoraz	Lousse 5 1987 Hérémenca	<a href="mailto:responsable.oj@scheremencia.ch">responsable.oj@scheremencia.ch</a>		+41 79 697 94 03
<b>Responsables programme 13 étoiles</b>	Emilie Sierro	Rte de la Condemine 40 1982	<a href="mailto:programme.13.etoiles@scheremencia.ch">programme.13.etoiles@scheremencia.ch</a>		+41 79 753 31 49
	Carine Mayoraz	Euseigne Ch. Des Maraudeurs 7 1967 Bramois	<a href="mailto:carine.mayoraz@bluewin.ch">carine.mayoraz@bluewin.ch</a>		+41 79 341 14 73
<b>Responsable Loisirs</b>	Alexandre Gauye	Rte devant l'Eglise 5 1981 Vex	<a href="mailto:responsable.loisirs@scheremencia.ch">responsable.loisirs@scheremencia.ch</a>		+41 78 744 07 57
	Magali Fattou	CP les Masses 185 1987 Hérémenca	<a href="mailto:secretariat@scheremencia.ch">secretariat@scheremencia.ch</a>		+41 79 730 76 67
<b>Responsable Ski de Randonnée</b>	Alexandre Gauye	Rte devant l'Eglise 5 1981 Vex	<a href="mailto:responsable.ski.rando@scheremencia.ch">responsable.ski.rando@scheremencia.ch</a>		+41 78 744 07 57
<b>Secrétaire</b>	Magali Fattou	CP les Masses 185 1987 Hérémenca	<a href="mailto:secretariat@scheremencia.ch">secretariat@scheremencia.ch</a>		+ 41 79 730 76 67
<b>Caissier</b>	Kevin Golay	Les Masses 1987 Hérémenca	<a href="mailto:caissiere@scheremencia.ch">caissiere@scheremencia.ch</a>		+41 76 556 67 79
<b>Cabane d'Essertze</b>	Gérald Mayoraz		<a href="mailto:info@essertze.ch">info@essertze.ch</a>		+41 79 368 96 08