

ANNEXE III

**De l'arrêté du 18 janvier 1993 relatif à la formation commune des pisteurs secouristes,
option ski alpin et ski nordique**

« Le test de qualification technique, option ski nordique, est destiné à évaluer la capacité du candidat à évoluer en ski de fond sur un parcours varié et son endurance à l'effort ».

1) Le parcours d'endurance

Le parcours d'endurance s'effectue sur une piste damée d'une longueur de 15 km, avec port d'un sac à dos de 10 kg, en style libre.

L'épreuve est chronométrée et le seuil d'admission correspond au temps réalisé par un ouvrier masculin majoré de :

- 50% pour les candidats
- 70% pour les candidates

L'ouvrier doit être moniteur de ski (titulaire de Brevet d'Etat d'Educateur Sportif premier degré, spécialité ski de fond). Il effectue le parcours dans les mêmes conditions que les candidats.

2) Ateliers techniques

Le parcours varié s'effectue en toutes neiges, avec le port d'un sac à dos de 10 kg. Il comprend :

- Une montée de 50 mètres de pente moyenne de 20% ;
- Une portion plate de 10 mètres environ ;
- Une descente de 100 mètres de longueur ayant un pourcentage moyen de pente égal à 15% sur une longueur de 30 mètres et permettant la réalisation de virages.

Le candidat a la possibilité de reconnaître le parcours avant l'épreuve.

Un jury composé de techniciens – maîtres pisteurs secouristes, option ski nordique, directeur du domaine nordique et moniteur de ski (titulaire du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif premier degré spécialité ski de fond) – apprécie les évolutions du candidat sur les portions de parcours situées :

- En terrain plat ;
- En montée ;
- En descente ;
- Et sur celles nécessitant des changements de direction.

3/ Admission

Le candidat doit réussir chacune des deux épreuves pour être admis au test de qualification technique option ski nordique.

Plus de renseignements :

Web : <https://www.nordicalpesdusud.com/metiers-formations/formations-pisteur>

Mail : formation@nordicalpesdusud.com

Informations complémentaires concernant le test de qualification technique.

OBJECTIFS DU TEST

D'une manière générale, le test doit permettre au candidat de démontrer sa capacité :

- de se comporter comme un skieur (équipement, attitude générale sur les skis, ...),
- de skier dans la durée (témoigner d'une condition physique minimale),
- de maîtriser un déplacement sur des terrains variés.

On n'est pas dans l'examen du test technique du monitorat de ski :

Celui-ci recherche exclusivement la performance physique et technique issue du haut niveau (notion extrême du détail et du rendement).

Mais on demande au candidat de témoigner d'un niveau de ski optimal puisque le pisteur est régulièrement amené à travailler ski aux pieds.

DETAILS

PARCOURS D'ENDURANCE	
Technique	Le candidat peut réaliser le parcours en technique classique ou en patinage. Les conditions de neige peuvent l'amener à privilégier une des 2 techniques.
Matériel	Skis : prévoir un matériel glissant donc entretenu ; éviter les skis à écailles excepté ceux destinés à la compétition. Vêtements : choisir des vêtements adaptés à la pratique (légers, chaud et près du corps). Sac à dos : utiliser un sac avec lequel vous êtes à l'aise.
Tracé	Le tracé se déroule majoritairement sur piste damée. Il comprend une boucle à répéter plusieurs fois. En fonction des conditions, le profil de la boucle recherchera la variété.
Reconnaissance	Le tracé est reconnu lors de l'échauffement.
Mode de départ	Départ groupé ou individuel.
Objectif	Parcourir la distance demandée en réalisant le déplacement le plus régulier. Etre dans les temps accordés par le résultat des ouvreurs.
PARCOURS VARIE	
Tracé	Le tracé peut être sur piste, hors piste ou les deux à la fois. Le candidat peut donc être confronté à des passages en neige profonde.
Technique et matériel	Le candidat choisit ce qui lui semble le mieux adapté.
Passages	En général deux passages sont possibles.
Reconnaissance	Le tracé est reconnu avant d'être évalué.
Déroulement	Départ individuel. Pas de chronométrage. Deux passages possibles. Le jury observe les passages sur différentes zones (plat, montée, descente, changements de direction).
Objectif	Déplacement glissé/continu en adaptant ses gestes au terrain. Trouver un dosage entre engagement et sécurité.
Remarque	La chute n'est pas éliminatoire.
ORGANISATION	
	Déroulement du test sur une demi-journée. Début par le parcours endurance puis le parcours varié (pour les admis au chrono). Délibération du jury à l'issue.

CONSEILS

La participation au test demande une pratique spécifique : effort, matériel, ski en toute neige et tous terrains, port de charge...

Préparez-vous suffisamment tôt pour y accéder dans de bonnes conditions.

Si vous débutez dans le ski nordique : rapprochez-vous d'un club ou de l'école de ski la plus proche, ils sauront vous conseiller et vous transmettre rapidement les fondamentaux.