



Week end de ski pour toutes les sections du PUC

Organisé par le PUC Ski le 21 et 22 janvier 2012
en Haute-Savoie aux [Carroz d'Arrache](#)



Petit village sans béton, domaine skiable varié accessible à tous et qui communique avec « Le Grand Massif » Flaine, Sixt, Samoens.

Desservi par la gare de Cluses et par le train de nuit couchette : idéal pour le week end. On part le vendredi soir à 23h de Paris Austerlitz, on arrive à Cluses à 8h15 et aux Carroz vers 9h. On ski jusqu'à la fermeture le dimanche, le train du retour part à 21h et ramène à Paris à 6h du matin... Cela laisse le temps de prendre une douche avant de retourner au travail – en pleine forme !

Les thèmes du week end

1) S'initier aux skis paraboliques ou s'y perfectionner avec les Moniteurs Fédéraux PUC ski. Avec les virages coupés, on découvre un ski plus facile, plus sûr, plus grisant. On cherchera le déclic pour que les sportifs de tous âges du PUC fassent des progrès rapides.

2) Découvrir les pistes des Carroz tracées dans la forêt et celles de Flaine et du Grand Massif en ski promenade. Admirer le Mont Blanc et dévaler la piste des Cascades longue de 14 km.



Hébergement

Centre «Le Flocon vert » est situé à 2 minutes du centre et à 200m du départ des pistes, il offre des chambres de 3 à 8 lits.

<http://les-carroz-d-araches.ternelia.com/>

En pension complète avec dîner savoyard le samedi soir. Il y a même une boîte de nuit pour ceux que nous n'aurions pas mis sur les genoux !



Budget

Hébergement en pension complète et forfait Grand Massif pour les deux jours **194€**. A régler avec l'inscription pour la réservation définitive.

Si nécessaire, la location du matériel ski et chaussures peut se faire directement au Flocon Vert pour **7€ à 15€** par jour selon la catégorie choisie.

Le prix du billet aller et retour en train de nuit couchette 2^{ème} classe Paris-Cluses sans réduction est de 234€. Sur le site de la SNCF, selon la tête du client, on arrive à environ **140€**... Et quelque fois, c'est à peine plus cher en couchette première.

Le transfert en car de la gare de Cluses vers Les Carroz dure 20 minutes et coûte **7€**.

Le TGV oblige de partir plus tôt le vendredi et le dimanche, l'absence de navette en car à l'arrivée impose un taxi (45€) et une nuit en plus d'hébergement.

Quel que soit le type de voyage retenu, chaque participant réserve son billet SNCF.

En voiture, il faut être au moins trois pour que le prix devienne intéressant par rapport à celui du train. C'est beaucoup plus fatigant, les chaînes sont souvent indispensables et de surcroît obligatoire.

En jet privé, atterrir à Genève puis prendre un taxi, pas de transfert par hélicoptère...

Pour être en règle avec la Fédération Française de Ski, il faut être en possession ou souscrire en même temps que l'inscription, une carte neige de **40€** qui est valable toute l'année et qui garantit les éventuels pépins.

Enfin pour ceux qui ont des réserves de jours de vacances ou qui souhaitent mieux amortir le prix du voyage, il est possible de partir un jour avant et de skier 3 jours pour un supplément de **109€**.

Au total, pour le week end prévoyez au plus :

194 + 30 + 140 + 14 + 40 = 418€ pour deux jours

303 + 45 + 140 + 14 + 40 = 542€ pour trois jours

Certes ce n'est pas donné mais ce sera vraiment sympathique de skier tous ensemble et ... le PUC aura peut-être une subvention de la Mairie de Paris ???

Préparation à Charléty

Bon, on espère que vous viendrez nombreux et bien sûr avec une condition physique de Puciste patenté. Néanmoins la section ski vous propose de rejoindre l'une de nos séances de préparation physique. On essaiera quand même de vous donner quelques courbatures... tout en travaillant des automatismes que vous utiliserez une fois sur les planches.

Contact

Jean-Paul Garnier jeanpaulg@aol.com 06 64 12 73 67

Bulletin d'inscription

Ci-après. A retourner au plus tard **avant le 30 novembre 2011 car le centre du Flocon Vert est très sollicité.**

