



# RACING CLUB DE FRANCE section Ski

**Réunion rentrée  
24 septembre 2022**



# Section Ski RCF



**Stéphane Rio**, Président — [stephane@rcf-ski.com](mailto:stephane@rcf-ski.com)

**Sylvie Fleury**, Trésorière — [sylvie@rcf-ski.com](mailto:sylvie@rcf-ski.com)

**Krista de Ranieri**, Vice-Présidente  
Stages compétition Jeunes & Préparation TT — [krista@rcf-ski.com](mailto:krista@rcf-ski.com)

**Éric Ginesty**, Vice-Président  
Recrutement & Responsable Courses — [eric@rcf-ski.com](mailto:eric@rcf-ski.com)

**Guillaume de Ranieri**, Secrétaire — [guillaume@rcf-ski.com](mailto:guillaume@rcf-ski.com)

**François-Xavier Romieux**, Digital — [fx@rcf-ski.com](mailto:fx@rcf-ski.com)

**Charles Cuypers**, Expérience FIS jeunes — [charles@rcf-ski.com](mailto:charles@rcf-ski.com)

**Françoise Hardange**, Esprit Racing (circuit Masters) — [francoise@rcf-ski.com](mailto:francoise@rcf-ski.com)

**Frederic Dadou**, Esprit Racing (circuit Corpo) — [frederic@rcf-ski.com](mailto:frederic@rcf-ski.com)

**Olivier Landeau**, Président d'Honneur — [olivier@rcf-ski.com](mailto:olivier@rcf-ski.com)

**Valérie Leullier**, Secrétaire administrative — [v.leullier@rcf.asso.fr](mailto:v.leullier@rcf.asso.fr)



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- |                |  |          |
|----------------|--|----------|
| 10'            | • Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23                            | Krista   |
| 17'35<br>22'10 | • Stages RCF Jeunes à Val d'Isère<br>Préparation au Test Technique | Krista   |
| 25'35          | • Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF                           | Eric     |
| 39'35          | • Pôle Étudiant  | Stéphane |
| 41'00          | • Préparation physique   | Corinne  |
| 49'45          | • Esprit Racing et Masters   | Eric     |
| 1h00'10        | • Ski de randonnée et licences loisirs                             | Krista   |
| 1h05'20        | • Tenues   | Krista   |
| 1h08'25        | • Accessoires RCF  | Eric     |
| 1h11'40        | • Communication  | FX       |
| 1h13'40        | • Finance, dons et subventions                                     | Sylvie   |
- Inscriptions et prochaines étapes



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23  
Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique  
Krista
- Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF  
Eric
- Pôle Étudiant  
Stéphane
- Préparation physique  
Corinne
- Esprit Racing et Masters  
Eric
- Ski de randonnée et licences loisirs  
Krista
- Tenues  
Krista
- Accessoires RCF  
Eric
- Communication  
FX
- Finance, dons et subventions  
Sylvie



Inscriptions et prochaines étapes



[stephane@rcf-ski.com](mailto:stephane@rcf-ski.com)

Depuis sa création en 1882, le Racing Club de France, est devenu **le premier club olympique et formateur de France et d'Europe**, doté d'une histoire unique soutenue par une vision pionnière, originale et engagée.

Riche d'un palmarès incomparable

- **93 médailles olympiques,**
- **53 titres de champion du monde,**
- 30 coupes d'Europe,
- 115 titres de champion d'Europe,
- + de 1000 titres de champion de France, d'athlètes reconnus et médaillés dans toutes les disciplines.

Le Racing Club de France compte aujourd'hui **6500 licenciés dont deux tiers ont moins de 18 ans** et comporte **13 sections** et 2 sections affiliées, football et rugby.

## SECTIONS SPORTIVES

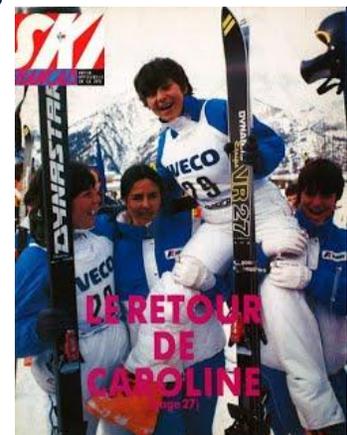
	GOLF		TIR
	HOCKEY SUR GAZON		ATHLÉTISME
	BADMINTON		JUDO
	VOLLEY-BALL		BOXE ANGLAISE
	NATATION		WATER-POLO
	SKI		ESCRIME (SABRE & FLEURET)
	RUGBY		FOOTBALL
	TENNIS		

**La section ski existe depuis 1942.**

À l'origine le **SCP** (Ski Club de Paris - né dans les années 20) pour devenir d'abord le **RSCP** (Racing Ski Club de Paris), puis **Racing Club de France section Ski** au sein du club omnisport.

Dans les années 50 Le RCF fournit bon nombre de coureurs à l'Équipe de France de ski : Francine **BREAUD**, Muriel **LIP**, Odile **AUBIN**, Michèle **RIVAUT**, Véronique **JEUFRAIN** chez les filles et les frères **MUSSAT**, Guy de **HUERTAS**, François **MESNEL** chez les garçons...

Puis, grand club citadin avec quelques grands champions : Guy **BOULENGER**, Caroline **ATTIA**, Christophe **BRULE**, Florence **DESCROZAILLE**, Stefan **RADOVIC**, Thierry **THOMAS**, Mickaël **PRUFFER** (médaillé d'or aux Jeux Olympiques d'Albertville en Kilomètre Lancé), Christophe **AUBONNET**, Sébastien **HAMADOU**.



# Plus grand club parisien



Aujourd'hui avec **202** licenciés,

La section ski du RCF est le premier club de ski de la région Ile de France Nord-Ouest.

Évolution du nombre de licenciés :

2010/2011 : 110

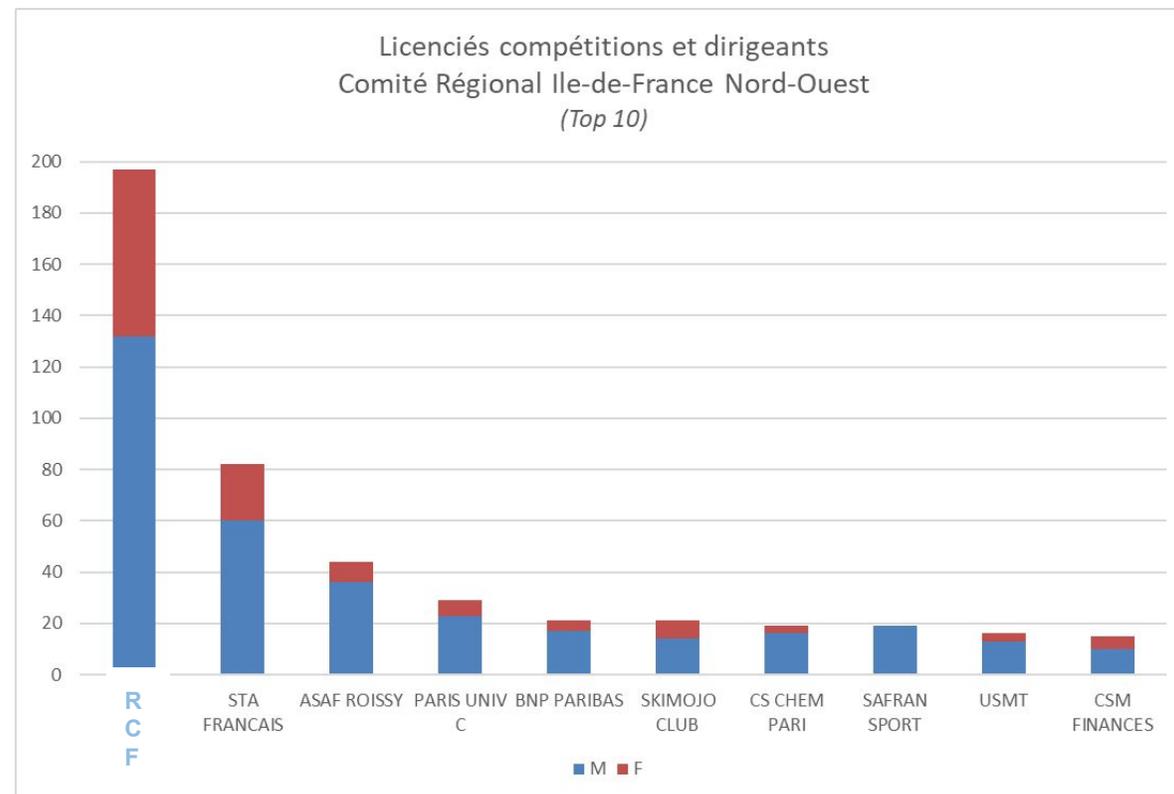
2016/2017 : 155

2018/2019 : 180

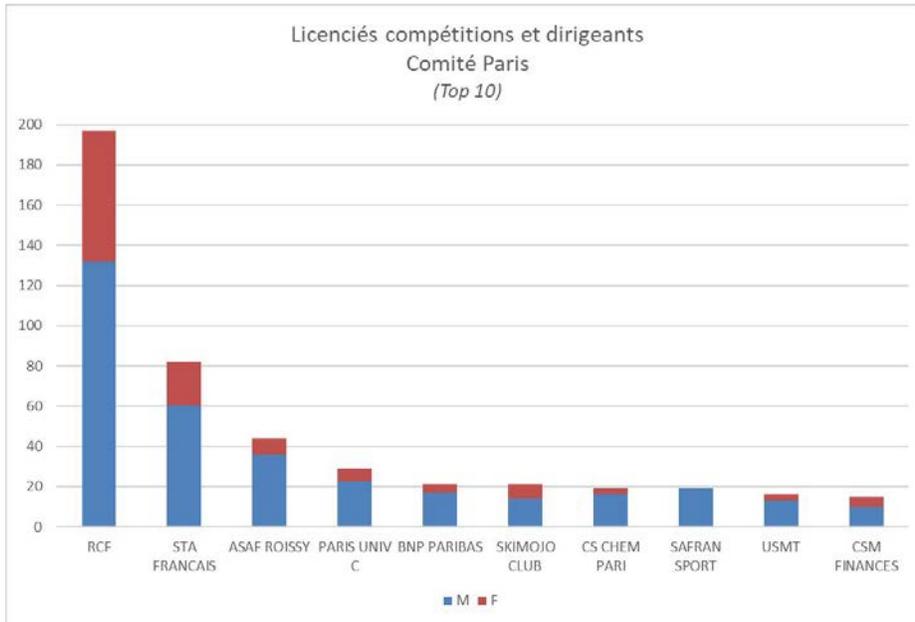
2019/2020 : 174

2020/2021 : 203

**2021/2022 : 202**



# Le RCF, le comité de Paris et le comité IFNO



**HAUTS-DE-FRANCE,  
CENTRE VAL-DE-LOIRE,  
NORMANDIE**



## Comité départemental du ski de Paris

- 1 stage à la Toussaint et l'été
- Grand Prix de Paris, SL U8 à masters

Contact: *Eric Ginesty*

*eric.comiteskiparis@gmail.com*

## Ligue de Ski Paris-Nord-Centre

### Comité de Ski Ile-de-France & Nord-Ouest

- 37 clubs
- 1 stage à la Toussaint et l'été
- Des WE dôme (Landgraff)
- 1 Stage en période scolaire
- Sélection jeunes et FIS ...

Contact: *Valérie Thiriet - vthiriet@yahoo.fr*

*stephane@rcf-ski.com*



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- |  |          |
|--|----------|
| • Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23  | Krista   |
| • Stages RCF Jeunes à Val d'Isère        | Krista   |
| Préparation au Test Technique            |          |
| • Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF | Eric     |
| • Pôle Étudiant                          | Stéphane |
| • Préparation physique                   | Corinne  |
| • Esprit Racing et Masters               | Eric     |
| • Ski de randonnée et licences loisirs   | Krista   |
| • Tenues                                 | Krista   |
| • Accessoires RCF                        | Eric     |
| • Communication                          | FX       |
| • Finance, dons et subventions           | Sylvie   |



## Inscriptions et prochaines étapes



## FORMATION 2021/22

### 5 x Test Technique :

Chloé Gril  
Annabelle Henrion  
Suzanne Ignatiew  
Arthur Lavigne  
Calixte Pech de la Clause

### 2 x Eurotest :

Héloïse Brulé  
Tom Pesnelle

### 3 x Cycle-préparatoire :

Florian Bostyn  
Hélio Palat  
Tom Pesnelle

### 1 x entrée en Sport études

#### Pôle espoir Auvergne :

Constantin Romieux

### 2 x entrées en Sport études

#### APEX Tignes établissement privé

Mathis Bacmann  
Victor Cazalières



## FORMATION 2020/21

### 9 x Test Technique :

Steven Bondkowski  
Florian Bostyn  
Mathis Breney  
Louis Cuypers  
Stanislas Henon  
Mathis Petry  
Ève de Ranieri  
Benjamin Rio  
Hélio Palat

### 2 x Cycle-préparatoire :

Steven Bondkowski  
Mathis Petry



## COMPÉTITION

### Podiums championnat LPNC saison 21/22

#### U10

Victor Angeloz 1er  
Arthus Merly 2e

---

#### U12 Fille

Julia London 1er  
Garance Raux 2e  
Lune Dard Bennett 3e

#### U12 Garçon

Samuel Thomsen 3e

---

#### U14 Fille

Tess Schultz 1er  
Mahaut de Ranieri 2e  
Anastassia Lenoubonnet 3e

#### U14 Garçon

Vadim Marsault 2e  
Constantin Romieux 3e

#### U16 Fille

Iris Badezet Delory 3e

#### U16 Garçon

Théo Benichou 2e  
Mathieu Bouquet 3e

---

#### U18- MASTERS Fille

Annabelle Henrion 1re  
Alice Dufour 2e  
Pongracz Audrey 3e

#### U18-MASTERS Garçon

Maxime Perez 2e

### Autres résultats et participations

#### Qualification JO Pékin

Manon Ouais (Liban) 46<sup>e</sup> SL et 58<sup>e</sup> GS  
(double licenciée Faraya Sporting Club X RCF)

#### Qualification Écureuil d'Or

Théo Benichou

#### Sélection Étoile d'or

Leopold Azoulay  
Mathis Bacmann  
Octave Belloy  
Victor Cazalières  
Chloé Jaillet  
Anastassia Le Boubennec  
Mila London  
Vadim Marsault  
Mathis Melinard  
Victoria Nguyen Khoa  
Arianna Petrigleri  
Mathilde Prevot  
Marin Prevot  
Tess Schultz  
Julien Vidal

#### Qualification Coq d'Or

Octave Belloy  
Théo Benichou  
Chloé Jaillet  
Arianna Petrigleri  
Tess Schultz

#### Sélection Scara

Leopold Azoulay  
Mathis Bacmann  
Mathis Melinard

#### Qualification Coupe de la Fédération

Théo Benichou  
Matthieu Bouquet  
Aurore Feugier  
Chloé Gril  
Anastassia Le Boubennec  
Arianna Petrigleri  
Audrey Pongracz  
Constantin Romieux  
Tess Schultz

## COMPÉTITION

### Autres résultats et participations MASTERS

#### Coupe de France Esprit Racing Salomon / Vola à Combloux janvier 2022

Aurore ARNAUD 2<sup>e</sup> Master C2 / GS et SL  
Alice DUFOUR 1<sup>re</sup> U30 / GS  
Oriane GRONIER 2<sup>e</sup> U30 / GS  
Adrien GIACOSA 2<sup>e</sup> U30 / SL  
Olivier LANDEAU 5<sup>e</sup> Master B8 / SL

#### Semaine de Courses ACSCF

#### Challenge Christophe Raynal ASCO à Courchevel

Marie QUILLON 3<sup>e</sup> Master M / GS  
Marianne PECH DE LACLAUSE 3<sup>e</sup> Master V / GS  
Cédric COLAERT 1<sup>er</sup> Master V / GS  
Alexandre ROBERT 7<sup>e</sup> Master M / GS  
Frédéric DADOU 4<sup>e</sup> Master V / GS  
Gianpero PETRIGLIERI 29<sup>e</sup> Master M / GS

#### CIT Arnold Lunn Coupe du Monde aux Ménuires janvier 2022

Gérald HENRY 48<sup>e</sup> / DH  
Gérald HENRY 62<sup>e</sup> / SG

#### Championnat de France Esprit Racing et ski en Entreprise ATOMIC-SALOMON-VOLA à Serre Chevalier mars 2022

Alice DUFOUR 2<sup>e</sup> U30 / SL  
Marianne PECH de LACLAUSE 2<sup>e</sup> C6 / SL

Alice DUFOUR 2<sup>e</sup> U30 / GS  
Marine QUILLON 2<sup>e</sup> C2 / GS  
Marianne PECH de LACLAUSE 4<sup>e</sup> C6 / GS  
Alexandre ROBERT 2<sup>e</sup> A4 / GS  
Frédéric DADOU 6<sup>e</sup> A6 / GS  
Adrien GIACOSA 2<sup>e</sup> U30 / GS

Alice DUFOUR 1<sup>re</sup> U30 / SG  
Marine QUILLON 2<sup>e</sup> C2 / SG  
Marianne PECH de LACLAUSE 3<sup>e</sup> C6 / SG  
Alexandre ROBERT 1<sup>er</sup> A4 / SG  
Frédéric DADOU 7<sup>e</sup> A6 / SG  
Adrien GIACOSA 3<sup>e</sup> U30 / SG



- Augmenter encore l'attractivité et émuler nos jeunes avec le partenariat avec l'ESF de Val : attirer tous les meilleurs jeunes d'Ile de France.
- Accompagner nos anciens coureurs jeunes dans la catégorie U21/U30 (étudiants, courses Esprit Racing ou FIS, tests techniques...).
- Pérenniser notre offre de préparation au Test Technique (monitorat) avec les stages et les accompagnements à l'examen.
- Création de stages de préparation au Cycle-Préparatoire ENSA (monitorat).
- Développer un programme de courses FFS pour les U8 à U18 le week-end.
- Faire profiter à tous de notre offre de ski de randonnée
- Lancer un programme d'entraînements physiques près de la rue Eblé

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - **Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique** Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



## Stages d'entraînement RCF à Val d'Isère - Jeunes U8 à U18

Stages externes de 6 jours, du dimanche au vendredi, organisés à Val d'Isère en périodes de vacances scolaires de la Zone C.



- Toussaint : 1 semaine de stage aux 2 Alpes du 29/10 au 04/11 à confirmer en raison des conditions sur les glaciers  
ouverture du glacier de Tignes prévue au 11/11/22 à ce jour
- Noël : 18/12 au 23/12/22 — 25/12 au 30/12/22
- Février : 19/02 au 24/02/23 — 26/02 au 03/03/23
- Printemps : 23/04 au 28/04/23 — 30/04 au 05/05/23 (semaine à confirmer)
- Été : sur le glacier du Pissailas (Val d'Isère) 2 semaines fin juin début juillet

- **Spécifique U8/U10** pré-compétition stage multi-glisses, ski libre tout terrain et toutes conditions, entraînements slalom et géant, initiation snowboard.

- **Niveaux** : U8 étoile d'Or confirmée / U10 Flèche de bronze & Cabri /  
U12 Flèche d'argent & Chamois de bronze /  
U14 et + Flèche de vermeil & Chamois de vermeil



## Test Technique et Préparation Préfo U18 et +

- Stages de préparation à l'examen — entraînement slalom exclusivement
- Niveaux et conditions : U16 vermeil (pour préparation) et U18 Or (pour examen)
- Encadrement par des moniteurs DE et anciens coureurs
- **Toussaint** 1 semaine de stage aux 2 Alpes du 29/10 au 04/11 à confirmer
- **Noël** : 18/12 au 23/12/22 ou 25/12 au 30/12/22
- **Février** : 26/02 au 03/03/23
- Organisation et accompagnement par un coach aux examens (sessions déc./janv. et mars/avril)



## Partenariat avec l'ESF de Val d'Isère pour la création d'un Pôle citoyen de ski alpin de compétition

- l'ESF de Val d'Isère bénéficie de l'image du Racing Club de France pour la création de ce pôle
- Utilisation des infrastructures ESF et sécurisation des couloirs d'entraînement pour le RCF
- Tests ESF, Flèche et chamois inclus dans les stages RCF
- Places et accompagnements à l'Étoile d'Or et Ski d'Or pour les stagiaires RCF
- Détection et recrutement de jeunes citoyens prometteurs par le biais de l'ESF
- Possibilité de créer des groupes supplémentaires au sein de l'ESF Compétition
- Obtention de la carte syndicale de moniteur stagiaire à l'ESF de Val d'Isère pour tous les coureurs RCF titulaires du TT et du Cycle-Préparatoire.



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - **Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric**
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes





## Les différentes courses FFS accessibles aux licenciés RCF

### 1/ Le circuit régional LPNC, U10 à Masters :

- environ 8 courses, GS et SL, pendant les vacances zone C, + 2 week-ends en Auvergne
- ouvertes à tous
- qualificatives pour les épreuves nationales (Coq d'Or U12-14, Coupe de la Fédération U14 et +)

### 2/ La Coupe de France du Jeune Citadin, U14 et U16 :

- 3 weekends en décembre janvier et mars, GS SL et SG, hors vacances
- sur sélection du comité régional
- qualificatives pour les Championnats de France (U14 : Benj' / U16 : Ecureuil d'Or)

### 3/ Toutes les courses FFS inscrites au calendrier, individuellement ou groupe RCF

**+ à l'étude par la ligue : ouverture de certaines courses Esprit Racing aux U18**

# Courses FFS jeunes (et toutes catégories)



Aperçu des courses 2022/2023 (certaines dates à confirmer) :

DATE	EPREUVE	LIEU	ORG	DISC	CATEGORIES	STATUT
28/12	GP RCF / Mémorial G Fleury	Val d'Isère	RCF	GS	U10-MAS	Qualif IDF
6-8/01	Kandahar Junior	Les Houches	SC Les Houches	GS et SL / solo + team	U14	National FFS
14-15/01	LPNC / Auvergne	Super Besse	Comités IdF - Auvergne	GS + SL	U10-MAS	Qualif IDF
28-29/01	LPNC / Auvergne	Super Besse	Comités IdF - Auvergne	GS + SL	U10-MAS	Qualif IDF
25/02	GP de PARIS / Mémorial S Lefèvre	Tignes	CSP	SL	U8-MAS	Qualif IDF
9-11/03	Etoile d'Or	?	ESF	GS et //	2008-2013 ?	National ESF
13-19/03	Chall <sup>ge</sup> des entreprises / Champ Fce ER	Serre Chevalier	IDF	GS, SL, SG	U16-MAS	National FFS
22-25/03	Coq d'Or	Megève	ESF/FFS	Skiercross et GS ou //	U12-U14	National FFS / ESF
1-2/04	La 1000 Pattes	Montgenèvre	SC Montgenèvre	GS	2012-2017	Promotion
1-2/04	Ski d'Or	Serre Chevalier	ESF	SL et GS ou //	U16-MAS	National ESF
4-7/04	La Scara	Val d'Isère	SCVI	GS, SL et SG	U14-16	International
8-9/04	JB Cup (JB GRANGE)	Valloire	ESF/CS Valloire	SL, GS, et SG	U8-U14	Promotion
8-9/04	Coupe de la Fédération	L'Alpe d'Huez	FFS	GS et KO ou GS	U14-MAS	National FFS
29-30/04	Championnats IdF	Val d'Isère	RCF	GS + SL	U10-MAS	Championnat IF technique



## Les courses FIS CIT

- Sous l'égide de la FIS, ces courses permettent la formation et la confrontation de skieurs français et étrangers dans toutes les disciplines, ainsi que les sélections des jeunes skieurs afin de leur permettre l'accession au Haut Niveau,
- commencent à partir du 2e WE de novembre jusqu'au 30 avril,
- accessibles à tous les coureurs licenciés à la FFS à partir U18 mais soumises à quota, donc à sélection,



## Objectif du RCF

- A ceux qui veulent poursuivre la compétition au niveau international, proposer un programme de courses FIS CIT (citadines) compatibles avec les calendriers scolaires/universitaires

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - **Pôle Étudiant** Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



- **Objectif**

Fédérer un groupe étudiant autour de nos anciens jeunes qui reprennent la compétition après quelques années d'interruptions dues aux études (prépa, université, études à l'étranger...).

Souvent des copains/copines qui se retrouvent et qui amènent d'autres étudiants avec eux

Ski de compétition entre amis et préparation aux monitorats pour ceux qui le désirent

- **Options**

Stages aux périodes communes de vacances

Stages week-end longs

Préparation test technique

Courses FFS et/ou FIS en fonction du niveau



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - **Préparation physique** Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



## Préparation physique au ski

Début le mardi 4 octobre 2022

- Pour **tous les adhérents**, qu'ils soient compétiteurs ou loisirs, quel que soit l'âge (à partir de 8 ans) et le niveau
- Les séances sont animées par deux préparateurs physiques professionnels de **sport de haut-niveau**, Pierre-Alexandre Fabre, préparateur physique de l'équipe nationale Paris Basketball, et Sylvain Le Du, moniteur de ski depuis 20 ans et préparateur physique
- Avec des **exercices adaptés** à la glisse, pour arriver sur les pistes préparé, que ce soit pour une compétition ou pour une semaine de vacances, éviter les blessures ou performer.
- Le **mardi ou mercredi** de **19h à 20h30** selon planning à télécharger sur [www.rcf-ski.com](http://www.rcf-ski.com)
- Tarifs
  - Enfant/étudiant : **20 €** / trimestre
  - Adulte : **40 €** / trimestre

Inscription et règlement au trimestre en ligne sur Joinly (lien sur [www.rcf-ski.com](http://www.rcf-ski.com))

**Contact pour tous renseignements :**  
**Corinne 06 14 47 49 55**

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - **Esprit Racing et Masters Eric**
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



# Masters – Esprit Racing



Sous l'égide de la commission Esprit Racing,  
Ski alpin à tout âge, **U16, U18, U21, U30, Masters**  
Pour les champions et les moins champions  
Dans un esprit de sportivité et de convivialité

## Stages à Tignes :

(coach : Stefan Sazio)

- stages de rentrée :
  - o 17 au 20 novembre inclus
- stages d'été durant la première quinzaine de juillet



francoise@rcf-ski.com  
fred@rcf-ski.com



# Masters – Esprit Racing



	Coupe de France Ouvert de U21 à Masters	Sport en entreprise Ouvert de U16 à Masters	FIS Masters Cup Réservé aux Masters (code FIS)
<b>Fin 2022</b>			
5-6/11/2022			Oslo (NOR) - 2SL
06-13/11/2022	Stage Tignes		
11-12/11/2022			Wittenbourg (GER) - 2SL
19-20/11/2022			Amnéville (FRA) – 2 SL
26/11/2022	Réunion de rentrée		
3-4/12/2022			Reiteralm (AUT) - 2SG,GS
9-11/12/2022		Tignes - CSMF	Veysonaz - 2GS, SL
15-18/12/2022			Pila (ITA) - 2GS,SL,SG+AC,GS
<b>Janvier 2023</b>			
03-06/01/2023		Semaine ACSCF	
7-8/01/2023	Les Menuires – US Métro UA SG GS,SL		Cerkno (SLO) – SG,SL,2GS 6-8/01/2023
13-15/01/2023	La Plagne – BNP P.-ASAF SG (13/01),SL (14/01), GS (15/01)		Wildschonau (AUT) – SG,SL,GS
21-22/01/2023	Combloux - GS, SL		Goetschen (GER) - 2GS, SL
28-29/01/2023	Val Cenis - GS, SL		Zagreb-Sjeme (CRO) - SG/AC, GS, SL 27-28/01/2023
<b>Février 2023</b>			
4-5/02/2023	Les Aillons – Margeriaz – 2SL		Beaver Creek (USA) - 2SG, 2GS, SL 3-5/02/2023
11-12/02/2023	⚡		Panorama ou Kimberley (CAN) – 3GS, 2SL 9-12/02/2023
18-19/02/2023	⚡		Cortina (ITA) – 2GS, AC+SL, 2GS 16-18/02/2023

<b>Mars-Avril 2023</b>			
4-5/03/2023	Le Collet d'Allevard - SL, GS		Bormio ou Wengen(GER) – SG, AC, SL, GS
11-12/03/2023	Chamrousse – SL,GS, SL		Fec pod Snezkou (CZE) – SL, GS
13-17/03/2023		Challenge des entreprises Serre Chevalier	
17-19/03/2023	Championnats de France Esprit Racing et Ski en Entreprise Serre Chevalier – SG, SL, GS Soirée de fin de saison le 17/03/2023		Strbske Pleso (SVK)– 2SL, GS
20-25/03/2023			WMC Goetsling (AUT)
25-26/03/2023	La Clusaz/Manigod (Finale) GS, SL		
30/03-01/04/2023			Meribel (FRA) – SG, GS, GS, SL Finale

**3 circuits** pour tous les agendas  
pour se mesurer et surtout se faire plaisir en  
**Slalom, Géant, Super G et Descente**  
et aussi participation aux courses RCF

francoise@rcf-ski.com  
fred@rcf-ski.com



# Masters – Esprit Racing



## Nouveauté saison 22/23 !

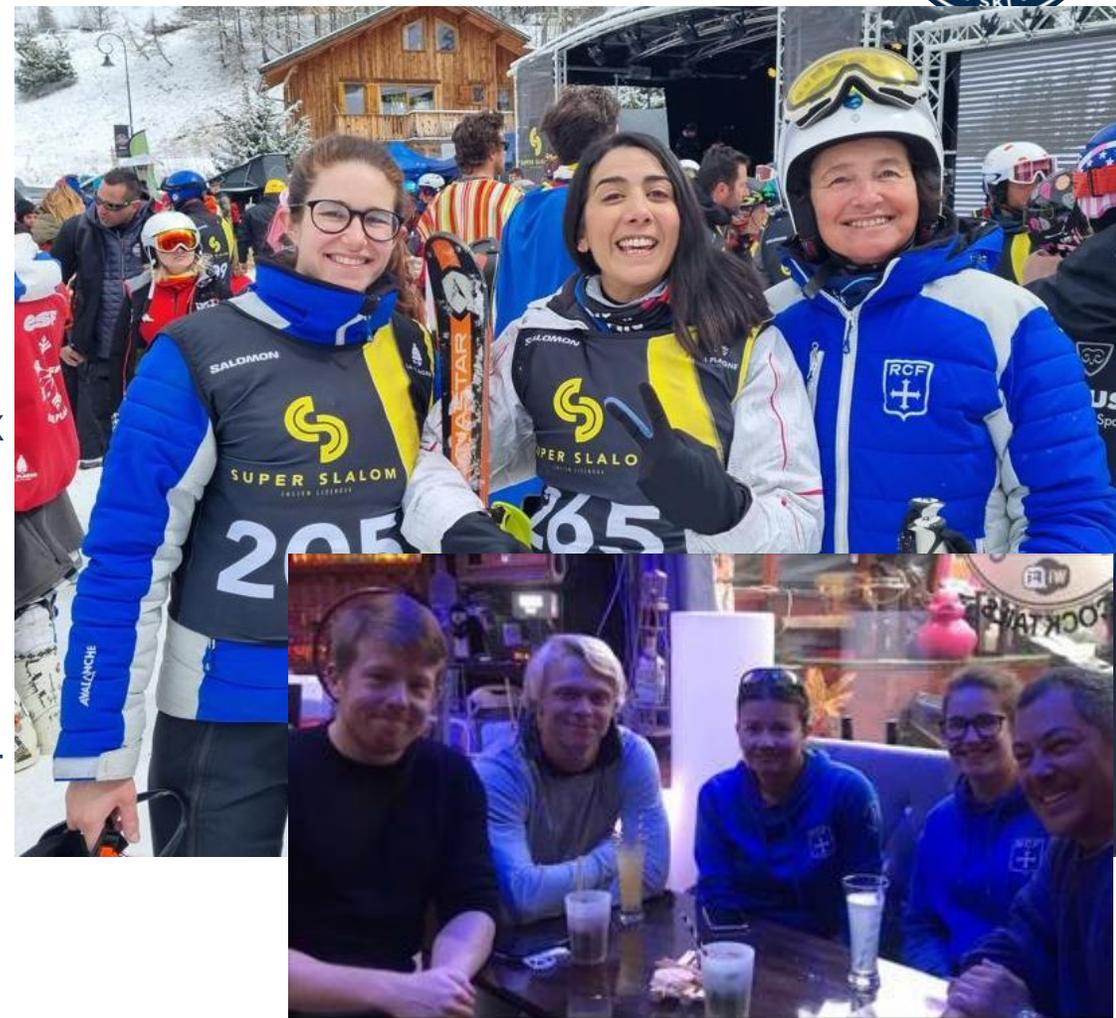
diversifier nos activités en organisant des groupes pour se rendre à diverses fêtes du ski : alliance d'esprit "course"...  
... et d'ambiance festive !

Au programme avec certitude (en avril) :

- une ou plusieurs équipes pour le super slalom J Lizeroux
- le combi race Winter Legacy A Pinturault

Et si certains sont intéressés :

- l'escape game à skis au Grand Bornand (janvier)
- weekend sur les championnats du monde à Courchevel - Meribel (février)
- la Gardenissima à Val Gardena, géant le plus long au monde (ouvert à tous, avril)



Ouvert à tout adulte motivé. Contact Aurore Arnaud [aurorearnaud@gmail.com](mailto:aurorearnaud@gmail.com)

[francoise@rcf-ski.com](mailto:francoise@rcf-ski.com)

[fred@rcf-ski.com](mailto:fred@rcf-ski.com)



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - **Ski de randonnée et licences loisirs Krista**
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



# Ski de randonnée / loisir



## Plusieurs types de « sorties » à la journée proposées au départ de Val d'Isère :

Randonnées peaux de phoque pour skieurs experts (entre 1h30 et 3h de montée)

Initiation hors piste/ randonnées pour skieurs intermédiaires

Journées découvertes tous niveaux (par ex. ski en Italie dans l'Espace San Bernardo)

Calendrier tentatif (à confirmer) pour Noël 2022 : 4 sorties du 26 au 30 décembre

- 2 sorties randonnée skieurs experts
- 1 sortie découverte hors piste
- 1 sortie « eskiador italiano »

## Une attention toute particulière aux conditions de sécurité :

- Sorties toujours accompagnées d'un moniteur DE / guide HM aspi 4, Carole Chambaret
- Itinéraire décidé la veille/ le matin même selon les conditions météo et de neige
- Pour randonnée et hors piste, matériel de sécurité obligatoire (DVA, pelle, sondes obligatoires, airbag conseillé)

## Souscription de licence loisir/ carte neige pour la saison 2022/23 auprès du RCF :

couvrant Responsabilité Civile + Frais de secours + Transport sanitaire + Perte et vol forfait saison + Bris de skis + Frais de soins + Individuelle accidents décès-invalidité + Assistance/rapatriement

- Obligatoire pour participer aux activités proposées par le RCF
- Possibilité ouverte aux autres parents

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - **Tenues** Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes





## Tenues

- Blouson du 8 ans / XXL (240 à 280 euros)  
stock 1 x (8/10/12/XXS\*)
- Softshells du 8 ans / XXL (110 à 125 euros)  
stock 1 x (10/XS/XXL), 2 x (12)
- Pantalons (150 euros)  
stock : 1 x (12/XXS/XS)
- Micro-doudoune (110 euros)  
stock : 2 x (12/XXS)
- Veste Hardshell (220 euros)  
stock : 1 x (10/12/XXL) et 2 x (XL)
- Combinaison du 8 ans au XXXL sur commande  
avec ou sans protections (200 à 560 euros)

\* XXS = 14 ans



MONCLER



## Partenariat MONCLER X RCF

- NOUVEAU Micro-doudoune du 10 ans au XXL (210 euros)
- Livraison des pré-commandes décembre 2022

Disponibilités supplémentaires

- 1 dispo par taille femme du XXS au M
- 1 dispo par taille homme du XS au XL

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - **Accessoires RCF Eric**
  - Communication FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes





## Idée :

Répondre à une demande de membres du club, en leur permettant de porter nos couleurs... pas seulement sur les pistes !

## Moyens :

Création et fabrication d'accessoires divers, suggérés par les membres et personnalisés RCF, proposés à prix coûtant

## Fonctionnement :

Commande et paiement en ligne, pour toute demande : [eric@rcf-ski.com](mailto:eric@rcf-ski.com)

# Accessoires RCF



## Sweat shirt



Enfant / Adulte 8 – 12 ans / XS – XXL  
Prix : 40 € / Participation RCF : 20 €

## Polo



Enfant / Dame / Homme 4 – 12 ans / S – XXL  
Prix enfant : 15 € / Prix adulte : 25 €

## Gilet polaire



Enfant / Adulte 4 – 12 ans / XS – XXXL  
Prix : 38 €

## CADEAU !



OU



1 offert au choix / les suivants = 10 €

[eric@rcf-ski.com](mailto:eric@rcf-ski.com)



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
  - Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
  - Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
  - Pôle Étudiant Stéphane
  - Préparation physique Corinne
  - Esprit Racing et Masters Eric
  - Ski de randonnée et licences loisirs Krista
  - Tenues Krista
  - Accessoires RCF Eric
  - **Communication** FX
  - Finance, dons et subventions Sylvie
- Inscriptions et prochaines étapes



## Nos outils

Pour communiquer nos informations à destination des licenciés et faire connaître la section ski du RCF, nous utilisons :

**Le site internet : [www.rcf-ski.com](http://www.rcf-ski.com)**

Présentation et histoire de la section - Infos sur les stages, les tenues, ...

Calendrier de la section - Résultats des courses mis à jour tous les week-ends pendant la saison

Galerie photo ...

## ...et les réseaux sociaux

**Instagram, facebook et twitter**

• Instagram



329 abonnés

@rcf\_ski

• Facebook



513 abonnés

@RCFSki

• Twitter



61 abonnés

@RCF\_Ski

N'hésitez pas à vous abonner et à partager nos posts !

# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

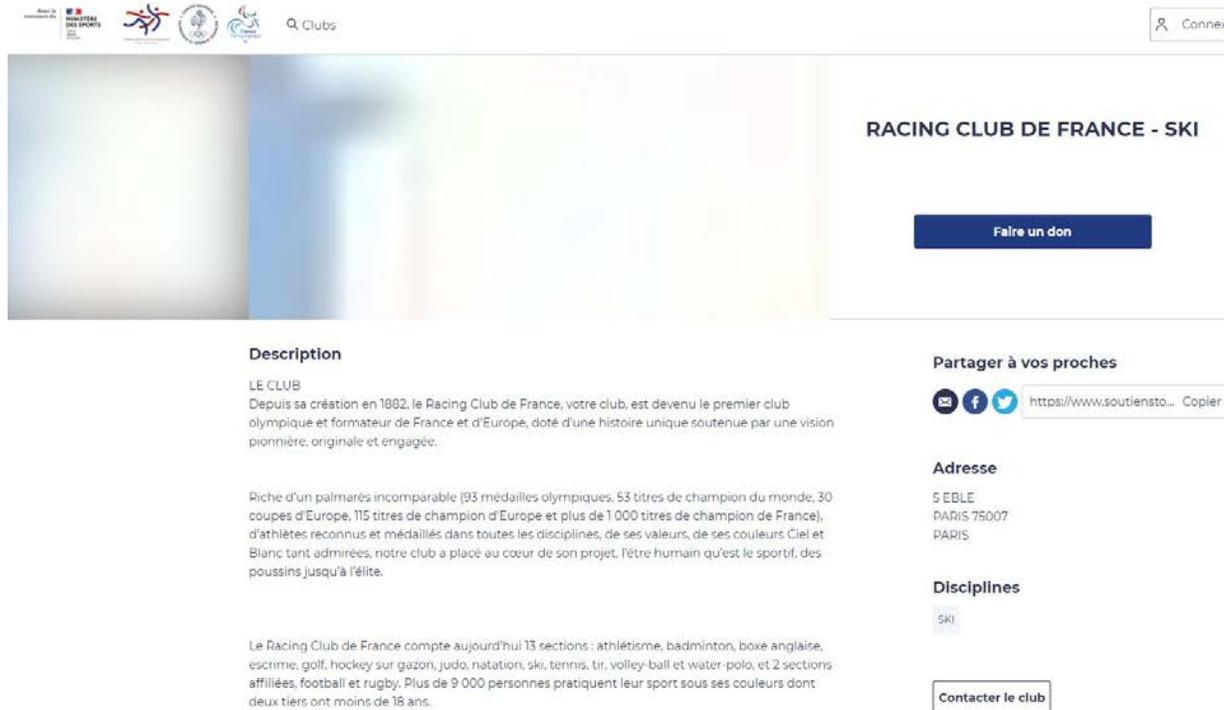
- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
- Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
- Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
- Pôle Étudiant Stéphane
- Préparation physique Corinne
- Esprit Racing et Masters Eric
- Ski de randonnée et licences loisirs Krista
- Tenues Krista
- Accessoires RCF Eric
- Communication FX
- **Finance, dons et subventions Sylvie**



Inscriptions et prochaines étapes



## Dons: à travers “Soutiens ton club”



The screenshot shows the 'Soutiens ton club' website for Racing Club de France - Ski. The page features a header with logos of the Ministry of Sports and the RCF, a search bar, and a 'Connexion' button. The main content area displays the club's name and a prominent 'Faire un don' button. Below this, there is a 'Description' section with text about the club's history and achievements, a 'Partager à vos proches' section with social media icons and a link, an 'Adresse' section with the club's location in Paris, and a 'Disciplines' section listing 'SKI'. A 'Contacter le club' button is also visible.

### Lien pour don section ski RCF:

<https://www.soutienstonclub.fr/events/a4j2un28>

Chaque don est éligible à une **déduction fiscale** selon les dispositions prévues par les articles 200, 238 bis et 978 du Code Général des Impôts.

1. Pour les particuliers :
  1. 66 % sur l'impôt sur le revenu, dans la limite de 20% du revenu imposable, avec report possible sur 5 années consécutives.
  2. 75 % sur l'impôt sur la fortune immobilière (IFI), dans la limite du plafond de 50 000€, avec report possible sur 5 années consécutives.
2. Pour les entreprises :
  1. 60 % de l'impôt sur les sociétés dans la limite d'un plafond de 0,5% du CA ou de 20 000€ HT pour les PME et TPE.

# Bilan de la section ski saison 2021-2022



Recettes		Dépenses pour la saison 2021-2022	
Cotisations	16,500	Administration	7,000
Dons	100	Subventions aux frais de courses FFS + FIS	4,000
		Courses (organisation & coaching)	5,200
		Matériel d'entraînements (piquets, chrono ...)	3,400
Réserve 20-21	4,000	Coaching à l'examen du Test Technique	1,000
TOTAL	20,600		20,600
Résultat net	0	(+ Stages à l'équilibre)	



# Budget de la section ski saison 2022-2023



Recettes		Prévisions saison 2022-2023	
Cotisations	16,000	<b>Administration</b>	<b>7,000</b>
		<b>Cotisation comité</b>	<b>750</b>
Dons	0	<b>Subventions aux frais de courses FFS + FIS &amp; Préparation physique</b>	<b>4,500</b>
Stock Textiles	2,000	<b>Courses et Test Technique (organisation &amp; coaching)</b>	<b>5,000</b>
		<b>Matériel d'entraînements (piquets, ...)</b>	<b>500</b>
<b>TOTAL</b>	<b>18,000</b>		<b>17,750</b>
<b>Résultat Net</b>	<b>250</b>	<i>(+ Stages à l'équilibre)</i>	



# Les activités de la section Ski / Agenda



## Généralités sur le RCF et la section ski

- Bilan saison 21/22 et objectifs 22/23 Krista
- Stages RCF Jeunes à Val d'Isère  
Préparation au Test Technique Krista
- Courses FFS jeunes, FIS et courses RCF Eric
- Pôle Étudiant Stéphane
- Préparation physique Corinne
- Esprit Racing et Masters Eric
- Ski de randonnée et licences loisirs Krista
- Tenues Krista
- Accessoires RCF Eric
- Communication FX
- Finance, dons et subventions Sylvie



Inscriptions et prochaines étapes

[stephane@rcf-ski.com](mailto:stephane@rcf-ski.com)



# Inscriptions et prochaines étapes



**Licences / Appel à cotisation  
et Paiement en ligne  
par Valérie Leullier — [v.leullier@rcf.asso.fr](mailto:v.leullier@rcf.asso.fr)**

**Attestation Santé OU Certificat médical**

**Formulaire d'information à remplir**  
<https://forms.gle/UJy59tzpGKcSaztm6>

**Contactez la personne responsable  
de l'activité qui vous intéresse**

**Calendriers sur le site  
(proche d'être finalisé à partir de mi-novembre)**

**Arrivée des tenues commandées, début décembre**

REPLIR DANS GOOGLE FORMS

Je vous ai invité à remplir un formulaire :

RCF Section Ski - Informations pour la saison 20/21

Pour améliorer votre suivi et nos propositions Club nous vous remercions de bien vouloir compléter le formulaire ci-dessous.

Ce formulaire nous aidera en fonction de vos réponses à organiser notre saison, à réserver nos coaches, à répartir nos groupes, à proposer et initier de nouveaux programmes et projets. Nous vous remercions de bien vouloir le remplir pour nous informer de vos désirs et de vos disponibilités cette année. Merci de remplir 1 formulaire par licencié.

Adresse e-mail \*

Nom \*

Prénom \*

date de naissance \*

jour

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Week-ends d'entraînement

Accompagnement et organisation de WE courses

Stages d'entraînement semaine

Courses et programme Sport Racing

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Week-ends d'entraînement

Stages d'entraînement semaine en période de vacances scolaires

Accompagnement et organisation de WE course

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Week-ends d'entraînement

Accompagnement et organisation de WE courses FIS

Stages d'entraînement RCF / Val d'Isère

Stages d'entraînement FIS / 5-6 juin début juin

Stages d'entraînement autonome / Toutalbert

Stages d'entraînement RCF à Val d'Isère saison 2020/21 - Compétition JEUNES U8 à U18

NOËL 2021 - dimanche 20 décembre au vendredi 25 décembre

NOËL 2021 - dimanche 27 décembre au vendredi 1er janvier

FÉVRIER 2021 - dimanche 14 février au vendredi 19 février

FÉVRIER 2021 - dimanche 21 février au vendredi 26 février

PRINTEMPS 2021 - dimanche 19 avril au vendredi 24 avril

PRINTEMPS 2021 - dimanche 26 avril au vendredi 01 mai

Je n'ai pas de visibilité à ce jour

Je souhaite recevoir des informations complémentaires

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Accompagnement et organisation de WE course FIS Clotilde

Test Technique U18 et + / choix de vermet confirmé / Conditions 17 ans l'année de l'examen / choix de l'or Bpts ESF

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Stages d'entraînement Test Technique (bilan)

Accompagnement Apeuvé TT (coach et organisation)

je suis intéressé(x) je suis intéressé(x) pour un tiers

Week-ends d'entraînement Eurotest

Stages d'entraînement semaine Eurotest

Accompagnement Apeuvé Eurotest

je suis intéressé(x) je ne suis pas intéressé(x)

Cours en visioconférence

Visites de cours et de séances d'entraînement

Niveau Débutant Niveau Expert sénior classé 4

Stages de 3 jours au début de Val d'Isère en période de vacances scolaires zone C

1 jour au début de Val d'Isère en période de vacances scolaires zone C

WE organisé France/Europe hors périodes scolaires

je suis intéressé(x) je ne suis pas intéressé(x)

Vos suggestions, idées, observations

M'envoyer une copie de mes réponses

Vérifier et envoyer

N'envoyez jamais de mots de passe via Google Forms.

Fourni par Google Forms



# Tarifs des licences et cotisations pour la saison 2022 - 2023



Nouvelles règles FFS: Plusieurs niveaux d'assurance sont proposés.  
Exemple pour les compétiteurs:

Type Licence	Année naissance	Type assurance	Cout Licence FFS 2022-2023	Part cotisation RCF 2022 - 2023	Total Cotisation 2023
Microbes	2014-2017	RC	64,00 €	79,00 €	143,00 €
Microbes	2014-2017	OPTIMUM	105,40 €	79,00 €	184,40 €
Jeunes	2008-2013	RC	64,00 €	108,00 €	172,00 €
Jeunes	2008-2013	OPTIMUM	105,40 €	108,00 €	213,40 €
Lycéens	2005-2006-2007	RC	90,00 €	116,00 €	206,00 €
Lycéens	2005-2006-2007	OPTIMUM	131,40 €	116,00 €	247,40 €
Etudiants	1998-2004	RC	90,00 €	50,00 €	140,00 €
Etudiants	1998-2004	OPTIMUM	131,40 €	50,00 €	181,40 €
Adulte	1900-1997	RC	90,00 €	148,00 €	238,00 €
Adulte	1900-1997	OPTIMUM	131,40 €	148,00 €	279,40 €

**Nota: Pour les mineurs**, toute activité organisée (stage, accompagnement à une compétition) nécessitera l'assurance **Optimum**.

Plus généralement le RCF recommande l'assurance **Optimum**

[sylvie@rcf-ski.com](mailto:sylvie@rcf-ski.com)



# Subventions pour les frais de courses FFS/FIS



- ☐ Compléter le fichier NdF (excel) requis par la comptabilité du RCF

NOM & Prénom				adresse				section		ski	
								imputation analytique			
								code comptable			
Notes de frais											
Date de la NdF											
Index	Date de la demande	Type Course FIS/FFS	Désignation Course	Date de la course	nbre de jours de courses	Perf FFS (date de la NdF)	< Seuil-points FFS	Désignation frais	Montant	Max Subvention	Subvention
deplct 1							oui			35	
deplct 2							oui			35	
deplct 3							oui			35	
deplct 4							oui			35	
deplct 5							oui			35	
deplct 6							oui			35	
deplct 7							oui			35	
deplct 8							oui			35	
<b>Somme coureur</b>											

- ☐ Joindre impérativement les factures scannées (frais d'inscriptions ou hébergement ou déplacement).
- ☐ Envoyer le tout par e-mail à Sylvie Fleury: [sylvie@rcf-ski.com](mailto:sylvie@rcf-ski.com)  
et Valérie leullier: [v.leullier@rcf.asso.fr](mailto:v.leullier@rcf.asso.fr)
- ☐ Joindre au plus tard le 15/05 les demandes. Remboursement en fin de saison (juillet/aout)
- ☐ Les règles de subventions seront amenées à être ajustées en cours de saison en fonction de la situation financière de la section ski et du nombre de demandes de subvention

sylvie@rcf-ski.com

