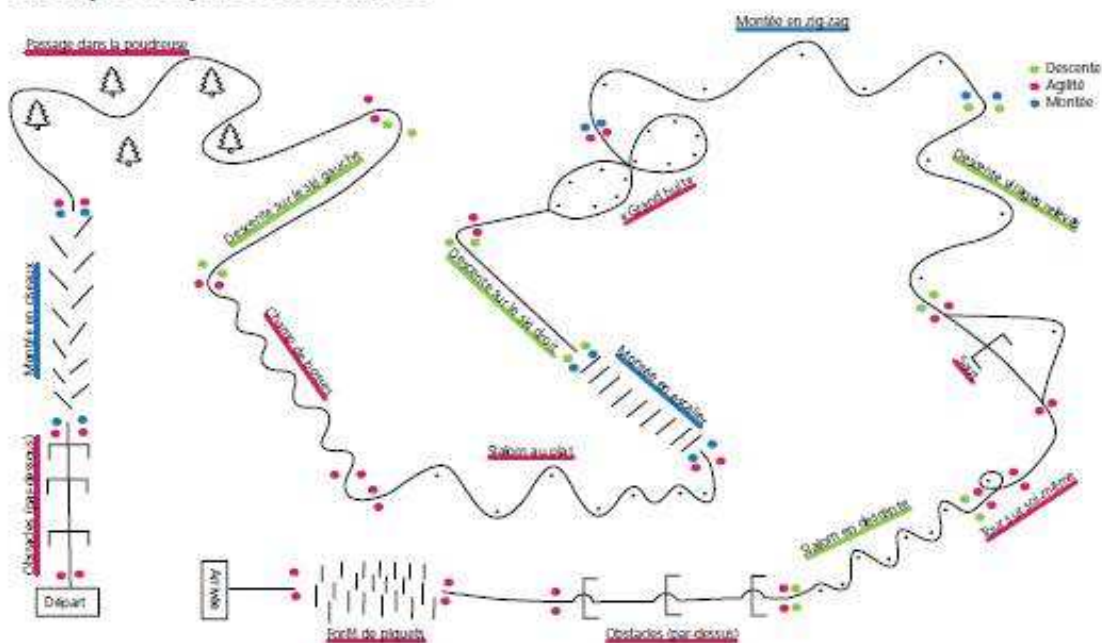


## Ski de fond

- Organiser une course d'endurance individuelle ou par équipe sur les pistes de fond. Il faut prendre contact avec le service des pistes afin de connaître le meilleur endroit pour la compétition ;
- Organiser une épreuve relais. Il faut aussi prendre contact avec le service des pistes ;
- Organiser un ski-cross. Il faut aussi prendre contact avec le service des pistes :

### Exemple de parcours/skicross

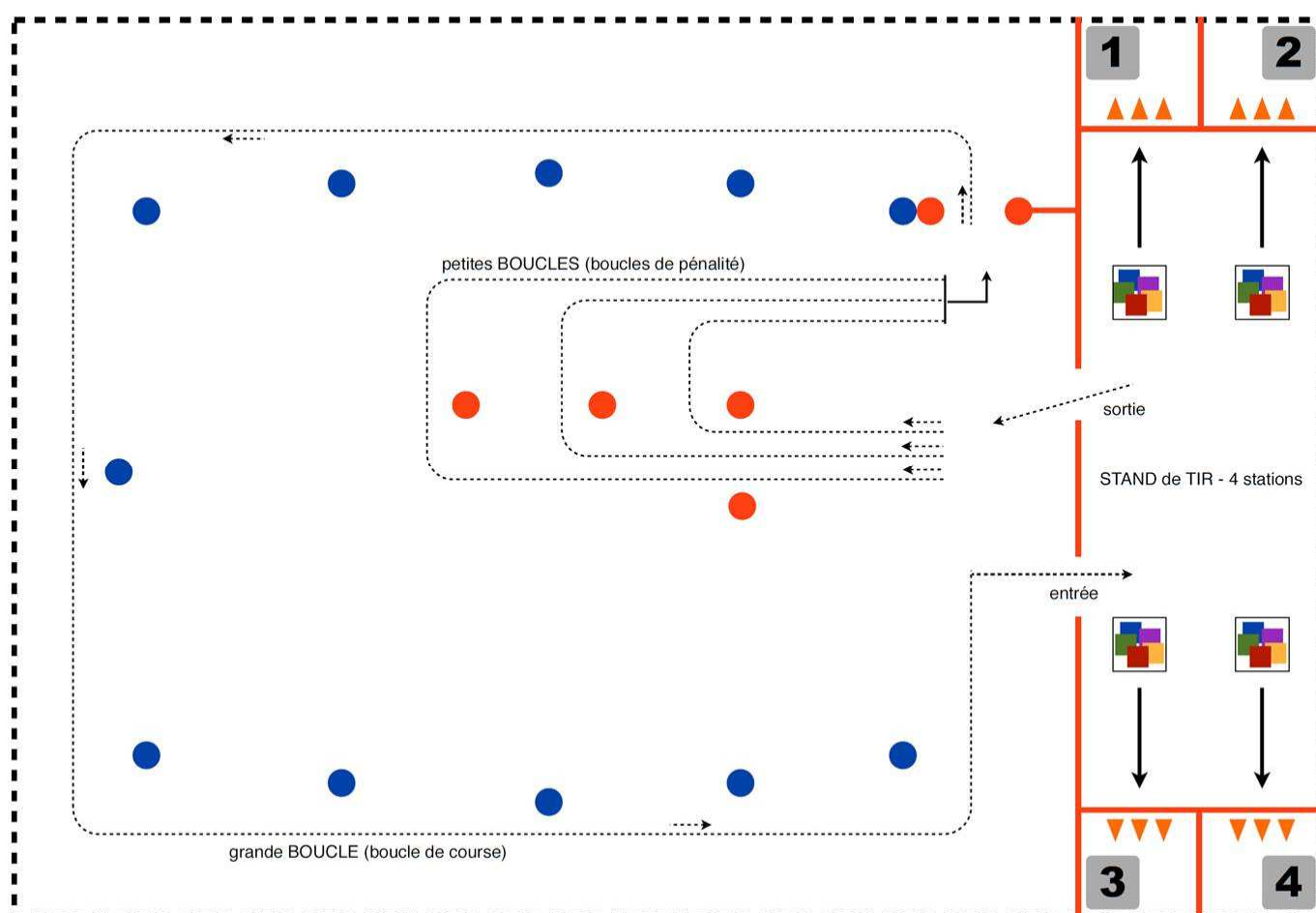


Office fédéral du sport OFSPO  
mobilesport.ch

- Prévoir un chronométrage.
- [https://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2015/10/Ski\\_de\\_fond.pdf](https://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2015/10/Ski_de_fond.pdf)

## Biathlon

- Utilisation de fusils laser de biathlon ou d'autres objets à lancer ;
- Délimiter la zone de tir pour la sécurité avec l'aide des fanions et installer les cibles. Les fusils ou les objets à lancer restent sur le stand de tir ;
- En fonction des conditions et du matériel à disposition le parcours peut se faire à ski de fond, en raquettes ou à pied ;
- La course peut se faire en individuel ou en équipes.
- <https://fr.wikipedia.org/wiki/Biathlon>



## Course d'orientation en ski de fond ou en raquettes à neige

- Trouver une carte de la région que vous voulez parcourir avec vos élèves ;  
<https://map.geo.admin.ch/>
- Préparer les postes de course d'orientation et les fiches de pointage ;
- Prévoir un parcours en circuit ou en étoile ;
- Prévoir une course individuelle ou par équipes de deux ;
- Prévoir un principe de chronométrage.

