



# Section fond - biathlon

## MATERIEL RECOMMANDE

### PRE CLUB

- Une paire de skis écailles ou peluches (Skin)
- Une paire de chaussure de classique
- Bâtons de classique
- (facultatif skis de skate).

### GROUPE BLEU

- Skis de classique peluche (Skin)
- Skis de skate
- Chaussures mixte/combi
- Bâtons de classique
- Bâtons de skate
- (Facultatif : skis de classique à farter).

### GROUPE ROUGE

- Skis de classique à farter
- Skis de skate
- Chaussures de classique
- Chaussures de skate (éventuellement combi)
- Bâtons de classique
- Bâtons de skate.

### TAILLE DES BATONS

Classique : 82% de la taille du skieur, pas plus (haut de la poignée à hauteur du creux de l'épaule).

*Ex : pour un jeune mesurant 145 cm : bâtons de 122,5-125 cm environ*

Skate : 89% de la taille du skieur (haut de la poignée entre le menton et la bouche)

*Ex : pour le même jeune : bâton de 132,5 cm environ*

*(Mesure prise du bas de la pointe carbure jusqu'à l'insertion de la dragonne, ce qui n'est pas toujours la taille indiquée par le fabricant)*

### TAILLE DES SKIS

**PRE CLUB** : entre le menton et 10 cm de plus que la taille

**AUTRES GROUPES :**

- Classique : 20 à 25 cm de plus que la taille du skieur (ne pas aller au-delà de 30 cm)

- Skate : de 10 à 15 cm de plus que la taille du skieur (ne pas aller au-delà de 20 cm)

### Autre matériel complémentaire :

- Bonnet ou bandeau adapté.
- Gants adaptés à la pratique du ski de fond (fins ou chaud selon température).
- Gourde et porte gourde.
- Lunettes si soleil
- Veste chaude et surpantalon si froid et pour l'avant et après séance.
- Veste de pluie ou coupe-vent si besoin.