

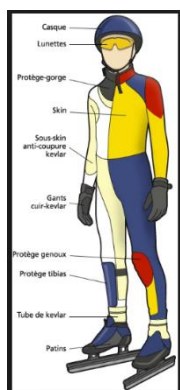
Qu'est-ce que le short-track ?

Le short track ou patinage de vitesse sur courte piste est une **discipline olympique** depuis les JO d'Albertville en 1992.

Sur une patinoire de dimension minimum 56x26, les patineurs effectuent des **courses** en peloton sur différentes distances. C'est un sport qui peut se pratiquer en **individuel**, en **équipe** et en **équipe mixte**.

Les premiers apprentissages de la glisse peuvent être similaires avec les autres disciplines d'expressions ou de hockey. L'école de glace ou l'initiation peut donc être commune dans l'attente de la décision du patineur de s'orienter vers la discipline de son choix.

L'animation du short track au sein de la FFSG est assurée par la **Commission Sportive Nationale de Patinage de Vitesse** qui peut apporter son assistance à tout moment.



Pourquoi proposer du short-track au sein de son club ?

Pratiquer un
Sport
Olympique :
porteur auprès
des collectivités

Capter ou conserver un
public attiré par la
glace mais pas
forcément par les
disciplines
d'expressions

Lancer l'activité avec
peu de créneau de
glace et une
préparation physique
et technique hors glace
en complément

Elargir son offre de
pratique au sein de sa
structure

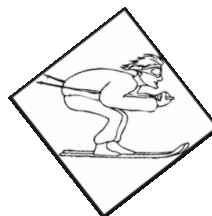
Pratiquer à la fois
un sport
individuel et
d'équipe

Toucher un
public autant
féminin que
masculin

Pratiquer une
discipline en
loisir ou en
compétition

Les Atouts du short-track

- Développer les capacités physiques : tonicité musculaire, capacités cardio vasculaire, équilibre...
- Développer la réflexion et le sens de la stratégie
- Permettre de se préparer pour les sports d'hiver (ski, snowboard...)
- Apprendre à se connaître et à se surpasser
- Vivre et partager des sensations uniques de vitesse quel que soit son niveau
- Découvrir une nouvelle activité



Vous souhaitez vous lancer dans l'aventure ou vous souhaitez avoir des renseignements complémentaires ?

Nous sommes là pour vous répondre et vous accompagner dans votre projet :

- **Patrick RIVERA** : Président de la CSNPV – 06 72 15 62 09
President.csnpv@gmail.com

- **Myrtille GOLLIN** : CTN « Spécialiste short track » - 06 26 56 52 16
mgollin.ffsg@gmail.com

- **Alexis SODOGAS** : CTN « Spécialiste short track » - 06 63 54 39 16
asodogas@ffsg.org

- ou **le référent territorial** de votre ligue