

Freestyle Aerials



Profil du sport

La discipline aerials est aussi appelée « ski acrobatique ». Les sauteurs se catapultent dans les airs jusqu'à 15 mètres de hauteur et peuvent réaliser trois sauts périlleux comportant jusqu'à cinq vrilles.



Lien vers la vidéo : www.youtube.com/watch?v=XLEKLHcAoYo

Disciplines

- Il y a trois épreuves olympiques : Epreuve individuelle femmes, épreuve individuelle hommes et compétition par équipes

Structure du parcours des athlètes

- De plus amples informations sur les structures des cadres, les volumes d'entraînement, etc., sont disponibles dans le [parcours des athlètes selon le FTEM](#).

Ton profil

- Tu pratiques un autre sport nécessitant une bonne coordination (idéalement la gymnastique ou le trampoline).
- Tu aimes la pratique du trampoline.
- Tu sais skier ou tu souhaites l'apprendre.
- Tu aimes t'entraîner et souhaiterais participer aux Jeux Olympiques.

Comment débiter ?

- Contacte directement l'entraîneur de la relève de Swiss-Ski (voir Contact).

Transfert de talents réussi

Carol Bouvard **Gymnastique ↔ Freestyle Aerials**



Comment as-tu entendu parler du transfert de talents ?

J'ai été invitée à participer à une séance de découverte au tremplin aquatique de Mettmenstetten avec mon club de gymnastique. J'ai passé une super journée avec mes amies sur le trampoline et le tremplin.

Qu'est-ce qui t'a incitée à changer de sport ?

J'avais un peu mauvaise conscience d'abandonner la gymnastique aux agrès. L'entraîneure de mon club de gymnastique m'a soutenue sur cette nouvelle voie. Elle m'a montré que l'aerials pouvait me permettre de participer à des compétitions internationales et aux JO.

Quels obstacles as-tu dû surmonter ?

Au début, le passage du sport de masse au sport de performance a été très intense. D'un jour à l'autre, je n'avais presque plus de temps libre. Mais le plaisir que j'éprouve à l'entraînement et les nouveaux défis à relever en valent la peine !

Contact au sein de la fédération

Peter Medulics, entraîneur de la relève de Swiss Ski : peter.medulics@swiss-ski.ch