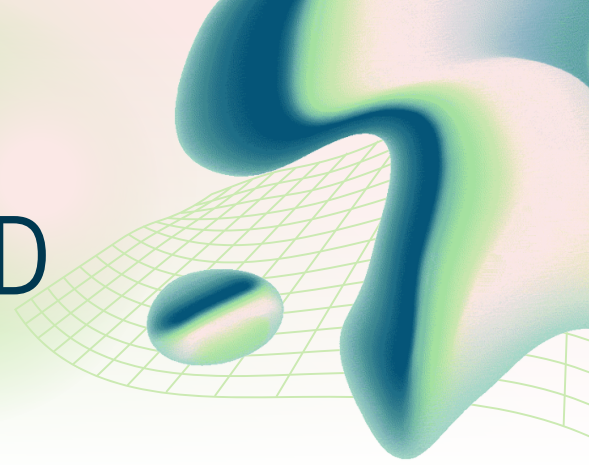


CHOIX DE FART: L'ART DU SKI DE FOND

Glisse optimale pour conditions hivernales



Salut les skieuses et les skieurs!

Préparez-vous à dévaler les pistes! Imaginez : vous êtes sur le point de partir pour une super sortie de ski de fond. L'air est frais, le soleil brille sur la neige... Mais attention, pour une expérience optimale, il faut bien préparer ses skis! Le choix du fart est crucial.

Voici votre mission : déterminer le meilleur fart pour une situation donnée. C'est parti!

La situation

Imaginez : vous partez skier aujourd'hui. Les conditions sont les suivantes :

- **Température** : -6 °C
- **Neige** : sèche comme un biscuit
- **Terrain** : légèrement vallonné (juste assez pour s'amuser!)

Votre défi : choisir le bon fart!

Maintenant, à vous de jouer! Répondez aux questions suivantes pour montrer votre expertise en fartage.

1. **Quel fart de glisse choisirais-tu pour cette sortie?** (Pense aux températures et au type de neige!) Explique pourquoi ce choix est idéal dans ces conditions.

Réponse :

2. **Où précisément appliquerais-tu le fart de glisse? Où appliquerais-tu le fart de propulsion (si nécessaire)?**

- Décris les zones d'application sur le ski (par exemple, pointe, talon, sous le pied).
- Pourquoi ces zones sont-elles importantes pour la performance?

Réponse :

3. **Catastrophe!** Qu'est-ce qui se passerait si tu choisissais le mauvais fart? Sois précis dans ta réponse.

Réponse :

4. Dans cette situation précise (température, type de neige, terrain), préférerais-tu utiliser des skis à écailles à la place de skis fartés? Explique ton choix en donnant des détails.

Réponse :

Encadré d'aide : astuces de pro

- **Fart de glisse** : facilite le glissement du ski sur la neige. Choisis-le en fonction de la température de la neige. Il s'applique aux extrémités des skis.
- **Fart de propulsion** : permet d'adhérer à la neige pour avancer, surtout en montée. Il s'applique sous le pied.
- **Neige sèche** : nécessite un fart spécifique pour bien accrocher.
- **Skis à écailles** : ne nécessitent pas de fart de propulsion, mais sont moins performants dans certaines conditions.

Conclusion

Alors, es-tu prête ou prêt à affronter les pistes? En choisissant le bon fart, tu optimiseras ta performance et tu profiteras pleinement de ta sortie de ski de fond. N'oublie pas, le fartage est un art qui s'apprend avec la pratique! Bonne glisse!