



**Fédération Française de Ski**

www.ffs.fr - ski@ffs.fr

**Commission Nationale des Coureurs à Statuts Particuliers**  
**Secteur Masters Alpin**

**Les Masters Ski Alpin**  
**Fédération Française de Ski**

**FIS Master Cup**  
**Serre Chevalier du 6 au 8 Janvier 2011**

## La compétition après 30 ans : un vrai phénomène de société

La compétition après 30 ans, limite d'âge marquant le début des catégories **Masters**, se développe dans tous les pays et dans tous les sports depuis déjà quelques décennies. Ce développement a vu la récente multiplication des compétitions réservées aux sportifs **Masters**. Il a même conduit à la création d'organismes tels que l'IMGA (International Masters Games Association) en charge de l'organisation des jeux **Masters** d'été et d'hiver, soutenu par le CIO et dirigé par des membres éminents de fédérations sportives internationales.

Cette éclosion du sport de compétition chez les **Masters** répond à plusieurs tendances :

- la plus grande longévité des coureurs permise par des méthodes d'entraînements plus respectueuses de la durabilité de l'athlète.
- un retour plus fréquent à la compétition après des années d'interruption autorisé par une santé souvent bien préservée
- un accès tardif à la compétition

Les compétitions **Masters** sont axées vers trois buts principaux, souvent poursuivis simultanément :

- la recherche d'une performance de haut niveau
- une contribution au maintien d'un excellent niveau de santé
- une grande convivialité et le partage d'une passion

Les **Masters**, par leur sensibilité à l'équilibre de vie et au maintien d'une bonne santé, pratiquent une **compétition durable**, basée sur une pratique sportive très régulière, un entraînement exigeant, le respect du corps et de son « écologie », le tout au service d'une performance toujours meilleure.



Super G – 77 ans

Cette approche de la compétition explique l'appellation **Masters** qui, au-delà de l'âge, porte par étymologie les idées de maîtrise voire expertise et expérience.

Les résultats atteints sont spectaculaires et se voient de deux manières:

- des sportifs se maintiennent au top niveau mondial bien au-delà de la limite des 30 ans.
- des sportifs plus anonymes réalisent des performances hors du commun

Ainsi, la compétition chez les **Masters** offre la perspective de parcours sportif d'une durée pouvant largement dépasser 50 ans.

## Les Masters réussissent l'amalgame entre le haut niveau et la convivialité

Le haut niveau des compétitions **Masters** est attesté par la participation de nombreux grands champions. A titre d'exemple, Jure Kosir, Urska Hrovat, Christian Mayer étaient inscrits aux jeux 2010. Paul Accola, Franz Heinzer et Urs Kaelin étaient au départ du critérium mondial 2010.



**Paul Accola**, vainqueur du gros globe en 1992, médaillé olympique et mondial, y a terminé **8<sup>ème</sup>** de sa catégorie et aurait terminé également **8<sup>ème</sup>** de la catégorie des plus de 50ans ! Le fait que ce grand champion accepte de se remettre en cause à chaque départ, est un des formidables exemples de sportivité qu'offrent régulièrement les **Masters**.

Ce niveau de performance explique l'ambiance souvent concentrée dans les raquettes de départ, contrastant fortement avec l'atmosphère détendue et amicale des aires d'arrivée.



Les **Masters** n'ont, dans leur parcours, aucun enjeu de sélection pour entrer en équipe nationale. Le temps n'est plus à combattre pour atteindre au plus vite le top niveau. Il devient un allié au service d'une progression respectant la santé et l'équilibre du sportif. Les **Masters** s'engagent donc dans un parcours de **compétition sans pression**.

A travers les Masters Ski Alpin et Nordique, la Fédération Française de Ski s'engage de manière militante sur un enjeu sociétal : promouvoir la santé par la pratique du sport de compétition.

Cet engagement s'inscrit dans le cadre de l'action gouvernementale : il se justifie par la promesse d'inverser le cercle vicieux suivant. Le manque de promotion du sport se traduit aujourd'hui par un déficit de pratique sportive qui s'accroît avec l'âge. Des pathologies comme l'obésité, certaines maladies cardiovasculaires ou la dépression peuvent en être une conséquence directe ou indirecte. Elles drainent des sommes colossales dépensées pour la lutte contre leur développement, les campagnes d'information et de sensibilisation les concernant.

La pratique du sport de compétition, notamment à l'âge adulte, dont les **Masters** sont les exemples ou les représentants, peut tempérer cette évolution. La Fédération Française de Ski entend développer cette pratique de manière **volontariste**, pour l'établir comme un des **vecteurs actifs de santé** et comme une des solutions de prévention de certaines pathologies modernes.

Les bénéfices de la pratique du sport de haut niveau chez les **Masters** ne se limitent pas aux aspects de santé des individus. Elle a aussi un impact social conséquent sur les **liens intergénérationnels** et les valeurs inculquées, par l'exemple, aux jeunes générations.

En effet, quoi de plus naturel et de plus motivant pour un jeune de se mesurer en priorité à ses grands-parents, au doyen de la course ou de sa station puis à ses parents. Ses références puisées chez les **Masters** sont l'origine de nombreuses vocations sportives.

Les **Masters** développent et projettent volontiers, par la pratique de leur sport, des valeurs très importantes de persévérance, patience et tolérance.



Un des doyens – 91 ans

## Les Masters en France et dans le monde

A la Fédération Française de Ski, le secteur Masters Ski Alpin dépend de la commission Nationale des Statuts Particuliers qui gère les circuits citadins, universitaires, Masters, de sport en entreprise, GIRSA (Groupement InterRégional de Ski Alpin) c'est-à-dire une grande partie de la **dynamique intergénérationnelle et nationale** du développement de la pratique du ski alpin et nordique de compétition.

En France, on dénombre plus de 2 200 coureurs licenciés Masters dont environ 15% de femmes et 15% ont plus de 55 ans. Le doyen national, du comité de Savoie, est né en 1921 tandis que la doyenne, née en 1939, vient du comité Ile de France.

On retrouve cet engouement pour le ski de compétition à l'âge adulte dans tous les pays où la pratique du ski est possible (Europe, USA, Canada, Australie, Nouvelle Zélande, Brésil, Japon). Il atteint même des sommets en Autriche et en Italie.

Dans ce contexte, les quelques 3 800 skieurs listés et classés par la FIS ne sont pas une surprise.

Avec de tels bataillons de pratiquants, les courses **Masters** sont toujours des événements. Les courses FIS réunissent rarement moins de 200 participants, les grands événements toujours plus de 600, donnant l'occasion aux coureurs de vivre des moments sportifs et de convivialité exceptionnels.

## Les Masters disposent de circuits variés, structurés et adaptés à leurs objectifs

En France, les compétiteurs **Masters** peuvent concourir sur plusieurs circuits différents suivant leurs attentes et leur localisation :

- certains privilégient une pratique locale de leur activité en participant aux Grand Prix FFS organisés dans les stations proches de chez eux, dans lesquels ils affrontent les coureurs de leur région.
- ceux qui travaillent plus loin des stations, près des centres urbains gardent ou reprennent le contact avec le ski de compétition via les circuits de sport en entreprise.
- enfin, les **Masters** ont à leur disposition des circuits réservés, soit régionaux, soit national. La **Coupe de France Masters** est, pour la saison 2010 - 2011, un ensemble de 9 Grand Prix **Masters** ; pour un total de 18 courses, sélectionnés pour constituer un circuit complet donnant lieu à l'attribution de titres en fin de saison.

Ces circuits réservés aux **Masters** sont uniques : les skieurs continuent à chercher à atteindre leur sommet au-delà de l'intérêt porté par le public aux plus jeunes. Les courses sont ouvertes à tous et réunissent, pour le plus grand bonheur des coureurs, les meilleurs nationaux de chaque catégorie, des amateurs chevronnés et passionnés

ou de vrais champions à l'éclosion tardive, tous réunis par la volonté de franchir un cap dans leur pratique du ski.

Pour compléter la vision française, les championnats de France **Masters** verront cette année les 5 et 6 février s'affronter les meilleurs de chaque catégorie à Manigod.

Au niveau mondial, les **Masters** disposent en 2010 – 2011 d'un circuit FIS de 14 étapes représentant 28 courses comptant pour la **Coupe du Monde Masters**. Ces courses se déroulent en Europe et Amérique du Sud et sont accessibles à tous sans sélection préalable. **Serre-Chevalier qui accueille l'étape française.**

Pour les **Masters**, le point culminant de la saison est le **Critérium Mondial**, équivalent des Championnats du Monde, courses d'un jour sacrant le meilleur mondial de chaque catégorie. En 2011, les coureurs se retrouvent à Arcalis (Andorre) du 22 au 25 Février.

En 2010, l'IMGA a organisé les premiers Jeux Mondiaux d'Hiver **Masters** à Bled (Slovénie). Cet événement est organisé tous les 4 ans ; il a réuni l'an dernier, dans une ambiance conviviale et sportivement exigeante, près de 3000 athlètes dont 700 en ski alpin. D'anciens coureurs de Coupe du Monde tels que Jure Kosir font partie des médaillés d'or.

De même que les Poussins et les Cadets ne sont jamais classés ensemble car cela n'aurait pas de sens, les courses dédiées aux **Masters** offrent un classement par catégorie. Chaque catégorie correspond à une tranche d'âge de 5 ans. Les catégories sont réunies selon trois groupes :

- groupe A : hommes de 30 à 54 ans
- groupe B : hommes de plus de 55 ans
- groupe C : dames

Chaque groupe s'affronte dans une course spécifique, pouvant emprunter ou non le même tracé que les autres courses du jour.

Les pistes sur lesquelles les courses **Masters** sont organisées doivent répondre aux critères d'homologation FIS ou FFS, de même que les tracés en dénivellation et nombre de portes.

Lors des compétitions internationales, les coureurs **Masters** utilisent du matériel homologué, directement sorti des services courses des grands constructeurs, véritables « **barres à mine** » que le skieur de bon niveau ne pourrait faire tourner. A 80 ans passés, les maîtriser dans un tracé de niveau international relève déjà de l'exploit !

Et c'est également l'ensemble de ces dispositions qui font des courses **Masters** des affrontements de **très haut niveau** attirant l'attention des plus avertis.