

DEC.		Matin	Ap-m
Me	1	Cross D.	Sport
Je	2		
Ve	3		
Sa	4		
Di	5		
Lu	6		
Ma	7		
Me	8		Sport
Je	9	Stage ski Pralo ou Courchevel	
Ve	10		
Sa	11		ARVA
Di	12		
Lu	13		
Ma	14		
Me	15	Cross Académie	
Je	16		
Ve	17		
Sa	18	Ski Vin's	
Di	19	Ski	
Lu	20		
Ma	21	CM Courchevel	
Me	22		
Je	23	Ski	
Ve	24		
Sa	25		
Di	26	GP GS Val-Tho	
Lu	27		
Ma	28		
Me	29		Ski
Je	30		
Ve	31		

JAN.		Matin	Ap-m
Sa	1		
Di	2	Sélec. CR Méribel	
Lu	3		
Ma	4		
Me	5	Ski	Ski
Je	6		
Ve	7		Ski
Sa	8	Ski	
Di	9	Ski	
Lu	10		
Ma	11	Camp vitesse Courchevel	
Me	12	Camp vitesse Courchevel	
Je	13		
Ve	14	CR : SL Courch / GS Méribel / SG Courch	
Sa	15	CR : SL Courch / GS Méribel / SG Courch	
Di	16		
Lu	17		
Ma	18		
Me	19	Ski	Ski
Je	20		
Ve	21		Ski
Sa	22	Derby	Ski
Di	23		Dép. CN
Lu	24	CN : Ent. SG / SG / GS / SL Alpes d'Huez	
Ma	25	CN : Ent. SG / SG / GS / SL Alpes d'Huez	
Me	26	CN : Ent. SG / SG / GS / SL Alpes d'Huez	
Je	27		
Ve	28		Ski
Sa	29	Ski	
Di	30	Ski	
Lu	31		

FEV.		Matin	Ap-m
Ma	1		
Me	2	Ski	Ski
Je	3		
Ve	4		Ski
Sa	5	Parcours Microbes	
Di	6	Parcours Poussins	
Lu	7		
Ma	8		
Me	9	Ski Vin's	Ski Vin's
Je	10		
Ve	11		Ski
Sa	12	CR : GS + SL La Plagne	
Di	13	CR : GS + SL La Plagne	
Lu	14		
Ma	15		
Me	16	Ski	Ski
Je	17		
Ve	18		Ski
Sa	19	Ski	
Di	20		
Lu	21		
Ma	22		
Me	23	Ski	Ski
Je	24		
Ve	25		Ski
Sa	26	Ski Alex	
Di	27	GP GS Val-Tho A	
Lu	28		

Événements / Autres	
SL	Slalom
GS	Géant
SG	Super-G
SC	Super combiné (SG+SL)

MAR.		Matin	Ap-m
Ma	1	Ski	
Me	2		
Je	3	Ski	
Ve	4		
Sa	5		
Di	6	Sélec. CR Val-Tho	
Lu	7		
Ma	8		Ski
Me	9		
Je	10		
Ve	11		
Sa	12	CR : SG St. Sorlin / GS Toussuire / SL Corbier	
Di	13	CR : SG St. Sorlin / GS Toussuire / SL Corbier	
Lu	14		
Ma	15		Dép. CN
Me	16	CN : Ent. SG + SG St. Sorlin / GS Toussuire / SL Corbier	
Je	17	CN : Ent. SG + SG St. Sorlin / GS Toussuire / SL Corbier	
Ve	18		Ski
Sa	19	Ski	
Di	20		Ski
Lu	21		
Ma	22		
Me	23	Ski	Ski
Je	24		
Ve	25		Ski
Sa	26	Ski	
Di	27	Ski	
Lu	28		
Ma	29		
Me	30		
Je	31		

Dép.	Départ
Ent.	Entraînement

AVR.		Matin	Ap-m
Ve	1		Ski
Sa	2		
Di	3	Ski	
Lu	4		
Ma	5	Qualifs Scara GS	
Me	6	Ski	Ski
Je	7	Finale Scara SG / SL	
Ve	8	Finale Scara SG / SL	
Sa	9	Ski	
Di	10	Ski	
Lu	11	Finale CN : Ent. SG / SG / SC / GS / SL Flaine	
Ma	12	Finale CN : Ent. SG / SG / SC / GS / SL Flaine	
Me	13	Finale CN : Ent. SG / SG / SC / GS / SL Flaine	
Je	14	Finale CN : Ent. SG / SG / SC / GS / SL Flaine	
Ve	15	Finale CN : Ent. SG / SG / SC / GS / SL Flaine	
Sa	16	Sortie fin saison	
Di	17		
Lu	18		
Ma	19		
Me	20		
Je	21		
Ve	22		
Sa	23		
Di	24	Rangement stade	
Lu	25		
Ma	26		
Me	27		
Je	28		
Ve	29		
Sa	30		

GP	Grand-Prix
CR	Critérium Régional
CN	Critérium National

Entraînements Ski	
Entraînements Section sport	

Entraînements Sport	
Courses	

## Événements / Autres :

<b>DEC.</b>		Événements	Horaires
Sa	11	Info sécurité / recherche ARVA	Ap-m
Ve	24	Descente aux flambeaux + Père Noël	Soir
Ve	31	Descente aux flambeaux	Soir

<b>JAN.</b>		Événements	Horaires
Sa	22	Derby du Mont de la Guerre	Matin

<b>FEV.</b>		Événements	Horaires
Sa	5	Parcours d'habileté microbes	Journée
Di	6	Parcours d'habileté poussins	Journée

<b>MARS</b>		Événements	Horaires
Sa	19	Grand Prix de Champagny Slalom	Journée

<b>AVR.</b>		Événements	Horaires
Sa	16	Sortie de fin de saison	Journée
Di	24	Démontage stade / rangement fin de saison	Journée

## Informations divers :

**Composition du groupe minimes haut niveau (2) :** Quentin RUFFIER DES AIMES; Félix CHERMETTE.

Les minimes qui ne seront pas sélectionnés pour les CR suivront les entraînements du groupe grand-prix en raison d'une programmation de course différente.

**Horaires entraînements :**  
Matin rendez-vous à 8h50 devant l'ESF  
Après midi rendez-vous à 13h30 au sommet de la télécabine

Les familles ou les coureurs ont l'obligation de **prévenir l'entraîneur en cas d'absence.**

Ce planning est donné à titre indicatif, il peut être modifié pour diverses raisons.

<b>ENTRAINEURS</b>			
PRENOM	FONCTION	TELEPHONE	MAIL
Raphaël	Responsable du groupe	06.62.24.02.64.	raphruffier@hotmail.fr
Vincent	Intervenant	06.70.46.34.52.	vincent_cuenot@yahoo.fr