

Entraînements ski alpin, fond & sport / Courses
Evénements / Autres

| DEC. | | Matin | Ap-m |
|-----------|----|-------|--|
| Me | 1 | 2003 | |
| Je | 2 | | |
| Ve | 3 | | Sport Vin's |
| Sa | 4 | 2004 | |
| Di | 5 | | |
| Lu | 6 | | |
| Ma | 7 | | |
| Me | 8 | 2003 | |
| Je | 9 | | |
| Ve | 10 | | |
| Sa | 11 | 2004 | ARVA |
| Di | 12 | | |
| Lu | 13 | | |
| Ma | 14 | | |
| Me | 15 | 2003 | |
| Je | 16 | | |
| Ve | 17 | | |
| Sa | 18 | | Ski |
| Di | 19 | Ski | |
| Lu | 20 | | |
| Ma | 21 | | |
| Me | 22 | | Stage ESF matin ou ap-m, voir avec Perrine |
| Je | 23 | | |
| Ve | 24 | | |
| Sa | 25 | | |
| Di | 26 | | |
| Lu | 27 | | |
| Ma | 28 | | |
| Me | 29 | | ski |
| Je | 30 | | |
| Ve | 31 | | |

| |
|---------------------|
| Entraînements Alpin |
| Entraînements Sport |

| JAN. | | Matin | Ap-m |
|-----------|----|-----------------------|------|
| Sa | 1 | | |
| Di | 2 | Ski | |
| Lu | 3 | | |
| Ma | 4 | | |
| Me | 5 | | Ski |
| Je | 6 | | |
| Ve | 7 | | |
| Sa | 8 | | |
| Di | 9 | Ski | |
| Lu | 10 | | |
| Ma | 11 | | |
| Me | 12 | | Ski |
| Je | 13 | | |
| Ve | 14 | | |
| Sa | 15 | Les Saisies | |
| Di | 16 | | |
| Lu | 17 | | |
| Ma | 18 | | |
| Me | 19 | Parcours Méribel | |
| Je | 20 | | |
| Ve | 21 | | |
| Sa | 22 | Derby Mt de la Guerre | |
| Di | 23 | Ski | |
| Lu | 24 | | |
| Ma | 25 | | |
| Me | 26 | | Ski |
| Je | 27 | | |
| Ve | 28 | | |
| Sa | 29 | | Ski |
| Di | 30 | | |
| Lu | 31 | | |

| |
|---------------------|
| Courses Alpin |
| Evénements / Autres |

| FEV. | | Matin | Ap-m |
|-----------|----|--------------------|------|
| Ma | 1 | | |
| Me | 2 | | Ski |
| Je | 3 | | |
| Ve | 4 | | |
| Sa | 5 | Parcours Champagne | |
| Di | 6 | Parcours Poussins | |
| Lu | 7 | | |
| Ma | 8 | | |
| Me | 9 | | Ski |
| Je | 10 | | |
| Ve | 11 | | |
| Sa | 12 | | Ski |
| Di | 13 | | |
| Lu | 14 | | |
| Ma | 15 | | |
| Me | 16 | | Ski |
| Je | 17 | | |
| Ve | 18 | | |
| Sa | 19 | | Ski |
| Di | 20 | | |
| Lu | 21 | | |
| Ma | 22 | | |
| Me | 23 | | Ski |
| Je | 24 | | |
| Ve | 25 | | |
| Sa | 26 | Ski - EntT Saut | |
| Di | 27 | | |
| Lu | 28 | | |

| |
|--------------------|
| Entraînement Fond |
| Mini-Coupe Fond |
| Courses Autre Fond |

| MAR. | | Matin | Ap-m |
|-----------|----|------------------------|-------|
| Ma | 1 | Triathlon - Courchevel | |
| Me | 2 | | |
| Je | 3 | | |
| Ve | 4 | | |
| Sa | 5 | Mini-cup Méribel | |
| Di | 6 | | |
| Lu | 7 | | |
| Ma | 8 | | |
| Me | 9 | | Derby |
| Je | 10 | | |
| Ve | 11 | | |
| Sa | 12 | GS La Tania | |
| Di | 13 | Ski | |
| Lu | 14 | | |
| Ma | 15 | | |
| Me | 16 | | Ski |
| Je | 17 | | |
| Ve | 18 | | |
| Sa | 19 | GP Champagne SL | |
| Di | 20 | Ski | |
| Lu | 21 | | |
| Ma | 22 | | |
| Me | 23 | | Ski |
| Je | 24 | | |
| Ve | 25 | | |
| Sa | 26 | | Ski |
| Di | 27 | Rapide Champagne | |
| Lu | 28 | | |
| Ma | 29 | | |
| Me | 30 | | Ski |
| Je | 31 | | |

| |
|--------|
| GS |
| SL |
| Géant |
| Slalom |

| AVR. | | Matin | Ap-m |
|-----------|----|--------------------|------|
| Ve | 1 | | |
| Sa | 2 | | Ski |
| Di | 3 | | |
| Lu | 4 | | |
| Ma | 5 | | |
| Me | 6 | Finale GS Menuires | |
| Je | 7 | | |
| Ve | 8 | | |
| Sa | 9 | Sortie fin saison | |
| Di | 10 | | |
| Lu | 11 | | |
| Ma | 12 | | |
| Me | 13 | | |
| Je | 14 | | |
| Ve | 15 | | |
| Sa | 16 | | |
| 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 |
| ESF |
| Grand-Prix |
| Ecole du ski Français |

Événements / Autres :

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

| JAN. | Événements | Horaires |
|-------------|----------------------------|----------|
| Sa 22 | Derby du Mont de le Guerre | Matin |

| FEV. | Événements | Horaires |
|-------------|------------------------------|----------|
| Sa 5 | Parcours d'habileté microbes | Journée |
| Di 6 | Parcours d'habileté poussins | Journée |

| MARS | Événements | Horaires |
|-------------|--------------------------------|----------|
| Me 9 | Derby nordique Champagne | Journée |
| Sa 19 | Grand Prix de Champagne Slalom | Journée |
| Di 27 | Rapide des gorges Champagne | Journée |

| AVR. | Événements | Horaires |
|-------------|---|----------|
| Sa 9 | Sortie de fin de saison | Journée |
| Di 24 | Démontage stade / rangement fin de saison | Journée |

Informations divers :

Composition du groupe microbes multi activité (7) : Fiona JAUBERTIE; Corto GARNIER; Alysa GAUTHIER; Toané HERTAULT; Roman RUFFIER MONET; Yanis RUFFIER MONET; Loukya TURPIN.

Horaires entraînements alpin : Matin 8h50 devant l'ESF
Après midi 13h30 au sommet de la télécabine

Horaires entraînements fond : Matin 9h local Fond
Après midi 13h30 local Fond

Pendant les vacances scolaires de Février, les enfants qui le souhaitent, peuvent participer à un stage de ski alpin avec l'ESF comme pendant les vacances de Noël . Voir avec Perrine.

Les familles 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.

| <u>ENTRAINEURS</u> | | |
|--------------------|------------------------------------|------------------------|
| PRENOM | FONCTION | TELEPHONE |
| Perrine | Responsable du groupe Alpin | 06.21.06.41.64. |
| Colin | Responsable du groupe Fond | 06.37.16.47.11. |
| Benoit | Coordinateur Fond | 06.87.21.18.63. |
| Raphaël | Coordinateur Alpin | 06.62.24.02.64. |
| | MAIL | |
| | perrine_aufreere@hotmail.fr | |
| | colinbarbe@wanadoo.fr | |
| | souvy-benoit@orange.fr | |
| | raphruffier@hotmail.fr | |