

DEC.		Matin	Ap-m
Je	1		
Ve	2		Sport Raf
Sa	3		
Di	4		
Lu	5		
Ma	6		
Me	7		
Je	8		
Ve	9		
Sa	10		ARVA
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		
Je	15		
Ve	16		
Sa	17	CM GS Courchevel	
Di	18	Stage ESF matin ou après-midi, voir avec Alexandre	
Lu	19		
Ma	20		
Me	21		
Je	22		
Ve	23		Ski
Sa	24		
Di	25		
Lu	26	Stage ESF matin ou ap-m, voir avec Alexandre	
Ma	27		
Me	28		
Je	29		
Ve	30		
Sa	31		Ski

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

FÉV.		Matin	Ap-m
Me	1		Ski
Je	2		
Ve	3		
Sa	4	Ski	
Di	5		
Lu	6		
Ma	7		
Me	8		Ski
Je	9		
Ve	10		
Sa	11	Ski	
Di	12	Stage ESF matin ou ap-m, voir avec Alexandre	
Lu	13		
Ma	14		
Me	15		
Je	16		
Ve	17		
Sa	18	Ski	
Di	19	GS Courchevel	
Lu	20	Stage ESF matin ou ap-m, voir avec Alexandre	
Ma	21		
Me	22		
Je	23		
Ve	24		
Sa	25	Ski	
Di	26		
Lu	27		
Ma	28		
Me	29		

MAR.		Matin	Ap-m
Je	1		
Ve	2		
Sa	3	Ski	
Di	4		
Lu	5		
Ma	6		
Me	7		
Je	8		
Ve	9		
Sa	10	Ski	
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		Ski
Je	15		
Ve	16		
Sa	17	GS Champagny	
Di	18	Ski	
Lu	19		
Ma	20		
Me	21		Ski
Je	22		
Ve	23		
Sa	24	Ski	
Di	25	GS Poussins Champ.	
Lu	26		
Ma	27		
Me	28		Ski
Je	29		
Ve	30		
Sa	31	GP SL Champagny	

AVR.		Matin	Ap-m
Di	1	Ski	
Lu	2		
Ma	3		
Me	4		Ski
Je	5		
Ve	6		
Sa	7	Ski	
Di	8	Finale GS Menuires	
Lu	9	Stage ESF matin ou ap-m, voir avec Alexandre	
Ma	10		
Me	11		
Je	12		
Ve	13		
Sa	14	Ski	
Di	15		
Lu	16		
Ma	17		
Me	18		
Je	19		
Ve	20		
Sa	21	Sortie fin de saison	
Di	22	Rangement stade	
Lu	23		
Ma	24		
Me	25		
Je	26		
Ve	27		
Sa	28		
Di	29		
Lu	30		

Entraînements Ski
Entraînements Sport

Événements / Autres
Courses

Parc	Parcours Technique
GS	Géant

GP	Grand-Prix
SL	Slalom

CM	Coupe du Monde
Raf	Intervenant Raphaël

Événements / Autres :

DEC.		Événements	Horaires
Sa	10	Info sécurité / recherche ARVA	Ap-m
Sa	17	CM Féminine Géant Courchevel	Journée
Sa	24	Descente aux flambeaux + Père Noël	Soir
Sa	31	Descente aux flambeaux	Soir

JAN.		Événements	Horaires
Sa	21	Derby du Mont de la Guerre	Matin

MARS		Événements	Horaires
Sa	17	Course Microbes Géant Champagny	Journée
Di	25	Course Poussins Géant Champagny	Journée
Sa	31	Grand Prix de Champagny Slalom	Journée

AVR.		Événements	Horaires
Sa	21	Sortie de fin de saison	Journée
Di	22	Démontage stade / rangement fin de saison	Journée

Informations divers :

Composition du groupe Microbe Alpin (7) : Inès DECUGIS; Célian & Lubin PRUVOST; Camille MERANDON; Tristan SOUAMES; Tanguy CHEDAL BORNU; Noémie HOTE.

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

Pendant les vacances scolaires de Noël et de Février, **les stages de ski avec l'ESF** sont des entraînements comme les autres. **Ils sont obligatoire** pour **une des deux semaines de vacances** mais il est possible de faire les deux semaines. Voir avec Alexandre.

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.

ENTRAINEURS			
PRENOM	FONCTION	TELEPHONE	MAIL
Alexandre	Responsable du groupe	06.70.29.26.55.	alex.schweitzer@orange.fr
Raphaël	Coordinateur et Intervenant	06.62.24.02.64.	raphruffier@hotmail.fr