

Entraînements Ski & Sport Autres

SEPT.		Matin	Ap-m
Sa	1		
Di	2		
Lu	3		
Ma	4		
Me	5		
Je	6		
Ve	7		
Sa	8		
Di	9		
Lu	10		
Ma	11		
Me	12		Sport
Je	13		
Ve	14		
Sa	15	Sport	
Di	16		
Lu	17		
Ma	18		
Me	19		Sport
Je	20		
Ve	21		
Sa	22		
Di	23		
Lu	24		
Ma	25		
Me	26		Sport
Je	27		
Ve	28		
Sa	29		
DI	30		

OCT.		Matin	Ap-m
Lu	1		
Ma	2		
Me	3		Sport
Je	4		
Ve	5		
Sa	6	Mise en place Filets Stade	
Di	7		
Lu	8		
Ma	9		
Me	10		Sport
Je	11		
Ve	12		
Sa	13		
Di	14		
Lu	15		
Ma	16		
Me	17		Sport
Je	18		
Ve	19		
Sa	20		
Di	21		
Lu	22		
Ma	23		
Me	24		
Je	25		
Ve	26		
Sa	27		
Di	28		
Lu	29	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Ma	30		
Me	31		

NOV.		Matin	Ap-m
Je	1	Possibilité de ski	
Ve	2		
Sa	3		
Di	4	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Lu	5	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Ma	6	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Me	7	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Je	8		
Ve	9		
Sa	10		
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		Sport
Je	15		
Ve	16		
Sa	17	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Di	18	Possibilité de ski à Tignes. Voir avec Raf	
Lu	19		
Ma	20		
Me	21		Sport
Je	22		
Ve	23		
Sa	24		
Di	25		
Lu	26		
Ma	27		
Me	28		Sport
Je	29		
Ve	30		

DEC.		Matin	Ap-m
Sa	1	Possibilité de ski	
Di	2		
Lu	3		
Ma	4		
Me	5		Sport
Je	6		
Ve	7		
Sa	8	Possibilité de ski	
Di	9		
Lu	10		
Ma	11		
Me	12		
Je	13		
Ve	14		
Sa	15		ARVA Raf
Di	16	Coupe du Monde Courch R	
Lu	17		
Ma	18		
Me	19		
Je	20		
Ve	21		
Sa	22	Ski Champagny Raf	
Di	23	Voir planning hiver disponible en novembre	
Lu	24		
Ma	25		
Me	26		
Je	27		
Ve	28		
Sa	29		
Ve	30		
Sa	31		

Entraînements sport

Possibilité de ski

Autres

Informations divers :

Composition du groupe Grand-Prix (17) : **JUNIORS :** Nicolas MAMZER; Romain RUFFIER DES AIMES; Jimmy UBALDI; Jonas RENAUDIN; Killian RUFFIER DES AIMES; Arthur GIRAUD. **CADETS :** Benjamin MAMZER; Morane CAT MACKOWIAK; Elise MERRANT; Catalina GUINEZ; Quentin RUFFIER DES AIMES; Félix CHERMETTE. **MINIMES :** Arthur RUDY; Jules GIRAUD; Bastien AUBRY; Xavier PALLE; Constance BOUQUEREL.

Horaires divers :

Sport : Après-midi 14h devant le ski club ou salle des fêtes selon météo; Fin vers 16h30 - 17h.

Ski : A voir avec l'entraîneur selon les périodes.

Mise en place filets : 9h devant le ski club; Fin vers 12h30.

ARVA : 14h devant le ski club en tenue de ski; Fin vers 17h

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 selon les conditions météorologiques et nivologiques.

Entraîneur coordinateur et responsable du groupe, Raphaël : 06.62.24.02.64.

Raf