

Entrainements Ski & Sport Autres

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

OCT.		Matin	Ap-m
Je	1		
Ve	2		
Sa	3		
Di	4		
Lu	5		
Ma	6		
Me	7		
Je	8		
Ve	9		
Sa	10		
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		
Je	15		
Ve	16		
Sa	17		
Di	18		
Lu	19		
Ma	20	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Me	21		
Je	22		
Ve	23		
Sa	24		
Di	25		
Lu	26		
Ma	27		
Me	28		
Je	29		
Ve	30		
Sa	31	Ski Tignes	

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

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

Possibilité de ski

Autres

Informations divers :

Composition du groupe Grand-Prix (14 coureurs) : **U21 :** Benjamin MAMZER; Morane CAT MACKOWIAK; Elise MERRANT; Quentin RUFFIER DES AIMES; Tom DANOFFRE; Arthur RUDY; Scot SIMON. **U18 :** Jules GIRAUD; Bastien AUBRY; Constance BOUQUEREL; Noéline RUFFIER DES AIMES; Basile CHERMETTE. **U16 :** Nathan RADAT; Thomas AUBRY.

Horaires divers :

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

DVA : 14h devant le ski club en tenue de ski; Fin vers 16h30

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, Raphaël : 06.62.24.02.64. / raphruffier@hotmail.fr

Raf