



PLANNING U16 HIVER 2023 - 2024

Entraînements ski & sport / Courses Événements / Autres

DEC.		Matin	Ap-m
Ve	1		
Sa	2	Ski Courchevel	
Di	3		Départ
Lu	4	Camp Savoie Valcenis / Bonneval	
Ma	5	Camp Savoie Valcenis / Bonneval	
Me	6	Camp Savoie Valcenis / Bonneval	
Je	7	Camp Savoie Valcenis / Bonneval	
Ve	8		
Sa	9	Ski Courch ou Pralo	
Di	10		
Lu	11	Course internationale Pila (Italie) GS / SL (selec savoyarde 6 filles / 6 garçons)	
Ma	12	Course internationale Pila (Italie) GS / SL (selec savoyarde 6 filles / 6 garçons)	
Me	13	Course internationale Pila (Italie) GS / SL (selec savoyarde 6 filles / 6 garçons)	
Je	14		
Ve	15		
Sa	16	MP Stade	Ski
Di	17	Ski	
Lu	18		
Ma	19		
Me	20	Ski	Ski
Je	21		
Ve	22	ski	
Sa	23	Ski	
Di	24		
Lu	25		
Ma	26	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Me	27	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Je	28	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Ve	29	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Sa	30		
Di	31		

JAN.		Matin	Ap-m
Lu	1		
Ma	2	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Me	3	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Je	4	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Ve	5	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Sa	6		
Di	7	CB Méribel SL	
Lu	8		
Ma	9		
Me	10	ski	Ski
Je	11		
Ve	12	ski	
Sa	13	CB Courchevel GS	
Di	14	ski	
Lu	15		
Ma	16		
Me	17	ski	Ski
Je	18		
Ve	19	Camp Vitesse Val-Thorens 2 - 3 jours selon météo	
Sa	20	Camp Vitesse Val-Thorens 2 - 3 jours selon météo	
Di	21	Camp Vitesse Val-Thorens 2 - 3 jours selon météo	
Lu	22	Camp Vitesse Val-Thorens 2 - 3 jours selon météo	
Ma	23		
Me	24	ski	Ski
Je	25		
Ve	26	CA Tignes / Val d'Isère GS / SL	
Sa	27	CA Tignes / Val d'Isère GS / SL	
Di	28	CA Tignes / Val d'Isère GS / SL	
Lu	29		
Ma	30		
Me	31	ski	Ski

FÉV.		Matin	Ap-m
Je	1		
Ve	2	ski	
Sa	3	ski	
Di	4		
Lu	5	EO 1 Tignes / Val d'Isère / Sainte Foy SL / GS / 2 x SG	
Ma	6	EO 1 Tignes / Val d'Isère / Sainte Foy SL / GS / 2 x SG	
Me	7	EO 1 Tignes / Val d'Isère / Sainte Foy SL / GS / 2 x SG	
Je	8	EO 1 Tignes / Val d'Isère / Sainte Foy SL / GS / 2 x SG	
Ve	9	EO 1 Tignes / Val d'Isère / Sainte Foy SL / GS / 2 x SG	
Sa	10		
Di	11	ski	
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		
Je	15		
Ve	16		
Sa	17	ski	
Di	18	ski	
Lu	19		
Ma	20	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Me	21	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Je	22	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Ve	23	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Sa	24		
Di	25		
Lu	26		
Ma	27		
Me	28		
Je	29	ski	

MARS		Matin	Ap-m
Ve	1	CA Maurienne GS / SL 2 jours, dates à confirmer	
Sa	2	CA Maurienne GS / SL 2 jours, dates à confirmer	
Di	3	CA Maurienne GS / SL 2 jours, dates à confirmer	
Lu	4	CA Maurienne GS / SL 2 jours, dates à confirmer	
Ma	5		
Me	6	ski	Ski
Je	7		
Ve	8	ski	
Sa	9	ski	
Di	10	ski Lou	
Lu	11	ski Lou	
Ma	12		
Me	13	EO 2 La Clusaz / Grand-Bornand SL / GS / SG	
Je	14	EO 2 La Clusaz / Grand-Bornand SL / GS / SG	
Ve	15	EO 2 La Clusaz / Grand-Bornand SL / GS / SG	
Sa	16	EO 2 La Clusaz / Grand-Bornand SL / GS / SG	
Di	17		
Lu	18	ski Lou	
Ma	19		
Me	20	ski	Ski
Je	21		
Ve	22	ski	
Sa	23	CA Arèches SG 2 jours Filles / 2 jours Garçons	
Di	24	CA Arèches SG 2 jours Filles / 2 jours Garçons	
Lu	25	CA Arèches SG 2 jours Filles / 2 jours Garçons	
Ma	26		
Me	27	ski	Ski
Je	28		
Ve	29	ski	
Sa	30	GP La Tania SL	
Di	31	ski	

AVR.		Matin	Ap-m
Lu	1	ski	
Ma	2		
Me	3	SCARA Val d'Isère Qualif GS / Course internationale SL / SG	
Je	4	SCARA Val d'Isère Qualif GS / Course internationale SL / SG	
Ve	5	SCARA Val d'Isère Qualif GS / Course internationale SL / SG	
Sa	6	ski	
Di	7		
Lu	8		
Ma	9	Finale EO Auron SL / GS //	
Me	10	Finale EO Auron SL / GS //	
Je	11	Finale EO Auron SL / GS //	
Ve	12		
Sa	13	Champagnolaise	
Di	14		
Lu	15	ski	
Ma	16	ski	
Me	17		
Je	18		
Ve	19		
Sa	20	CA Finale //	
Di	21	Démontage stade	
Lu	22		
Ma	23		
Me	24		
Je	25		
Ve	26		
Sa	27		
Di	28		
Lu	29		
Ma	30		

Entraînements
Section sport / Pôle France

Courses
Événements / Autres

GP	Grand-Prix (District)
CB	Coupe de Bronze (District)
CA	Coupe d'Argent (Savoie)
EO	Ecureuil d'Or (France)

SL	Slalom
GS	Géant

SG	Super-G
//	Parallèle

Evénements / Autres :

DEC.		Evénements	Horaires
Sa	16	Mise en place filets et matelas stade	Matin

JAN.		Evénements	Horaires
Sa	20	Grand Prix de Champagny SL (U16 - U21)	Matin

AVR.		Evénements	Horaires
Sa	13	Champagnolaise + Loto ski club	Journée
Di	21	Démontage & rangement stade	Journée

Informations divers :

Composition du groupe U16 (3): Lou CHARVET QUEMIN; Océane CUNIN; Loïc TODESCHINI.

Horaires entraînements :

Matin rendez-vous à **8h45** au local du ski club. **Fin 12H** au sommet de la télécabine.

Après midi rendez-vous à **13h30** au sommet de la télécabine. **Fin 17H** au local du club.

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.



ENTRAINEURS			
PRENOM	FONCTION	TELEPHONE	MAIL
Raphaël	Responsable du groupe	06.62.24.02.64.	raphruffier@hotmail.fr
Anne-Flore	Intervenante	06.77.08.96.85.	af_aufreere@hotmail.fr
Charly	Intervenant	06.68.04.82.20.	charly.rolland@gmail.com

Raf