

PROGRAMME ENTRAINEMENTS CLUB

reprise le 05 Janvier

	U/9			U/11 né en 2011-2012			U/13 né en 2009-2010			U/15 né en 2007-2008			U/17 né en 2005-2006 Entraîneur: Yohan, Robin ou JL			U/20 né en 2003 et avant		
	lieu	heure	activités	lieu	heure	activités	lieu	heure	activités	lieu	heure	activités	lieu	heure	activités	lieu	heure	activités
Mer 05 janv	BB	10h/12h	ski classique	BB	10h/12h	Sk iclassique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h30	Sk iclassique	BB	14h/16h30	Ski classique	BB	14h/16h30	Sk iclassique
Sam 08 janv	BB	9h30 11h30	ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique
Dim 09janv	Coupe du dauphiné Mass start classique U11 à U15 et SAMSE U17 à Séniors																	
Mer 12 janv	BB	10h/12h	skate2013/14 ET CL 2015	Corrençon	10h/12h	Ski skate/biathlon 10m	Corrençon	14h/16h15	Ski skate/biathlon 10m	Corrençon	14h/16h30	Ski skate/biathlon 10 et 50m	Corrençon	14h/16h15	Ski skate/biathlon 10 et 50m	Corrençon	14h/16h15	Ski skate/biathlon 10 et 50m
Sam 15 janv	BB	9h30 11h30	skate 2013/14 ET CL 2015	Corrençon	9h30/12h	Ski skate	Corrençon	9h30/12h	Ski skate	Corrençon	9h30/12h	Ski skate /biathlon 50m Ski skate (fondeurs)	Corrençon	9h30/12h	Ski skate /biathlon 50m Ski skate (fondeurs)	Corrençon	9h30/12h	Ski skate /biathlon 50m Ski skate (fondeurs)
Mer 19 janv	BB	10/12h	Ski classique	BB	10h/12h	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique
Sam 22 janv	BB	9H30 11h30	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique
	Coupe du dauphiné indiv, classique aux 7 Laux																	
Mer 26 janv	BB	10h/12h	skate 2013/14 ET CL 2015	Corrençon	10h/12h	Ski skate	Corrençon	14h/16h15	Ski skate	Corrençon	14h/16h15	Ski skate	Corrençon	14h/16h15	Ski skate	Corrençon	14h/16h15	Ski skate /biathlon 50m Ski skate (fondeurs)
Sam 29 janv	BB	9H30 11h30	skate 2013/14 ET CL 2015	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	x	x	x	x	x	x
29/30 janv	Foulée blanche											29/30 SAMSE Biathlon col de porte						
Mer 02 fev	BB	10h-12h	ski classique	BB	10h/12h	Ski classique/biathlon 10m	BB	14h/16h15	Ski classique/biathlon 10m	BB	14h/16h30	Ski classique/biathlon 10m	BB	14h/16h30	Ski classique/biathlon 10m	BB	14h/16h30	Ski classique/biathlon 10m
Sam 05 fev	BB	9H30 11h30	ski classique	Le 05 et 06 fevrier Week-end coupe du Dauphiné ARDECHE Sam: biathlon 10m, dim: indiv classique.														
Dim 06 fev																		
Mer 09 fev	BB	10h/12h	ski classique	BB	10h/12h	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique	BB	14h/16h15	Ski classique
Sam 12 fev	BB	9H30 11h30	ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	9h30/12h	Ski classique	BB	10h/12h	Ski classique
Dim 13 fev	Coupe du Dauphiné Mass start classique à Villard de Lans																	
Vacances de Fevrier du 12 au 27 fevrier(Stage prévu du 12 au 19 fevrier)																		