

SECTION FOND / PROGRAMME ENTRAINEMENTS ÉTÉ 2022

		Matin	Après-midi
lundi	27/06/22	Programme en fonction des dispo de chacun	
mardi	28/06/22		
mercredi	29/06/22		
jeudi	30/06/22		
vendredi	01/07/22		
samedi	02/07/22		
dimanche	03/07/22		
lundi	04/07/22	2008	2009
mardi	05/07/22	2010	2007 et plus grands
mercredi	06/07/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	07/07/22	2007 et plus grands	2011 2012
vendredi	08/07/22	Vtt 2009 2008	Vtt 2010
samedi	09/07/22		
dimanche	10/07/22		
lundi	11/07/22	2008	2009
mardi	12/07/22	2010	2011 2012
mercredi	13/07/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	14/07/22		
vendredi	15/07/22	Vtt 2009 2008	Vtt 2010
samedi	16/07/22		
dimanche	17/07/22		
lundi	18/07/22	2008	2010
mardi	19/07/22	2009	2011
mercredi	20/07/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	21/07/22	2007 et plus grands	2011 2012
vendredi	22/07/22	Vtt 2009 2008	Vtt 2010
samedi	23/07/22		
dimanche	24/07/22		
lundi	25/07/22	Bellecin 2008 et 2009 selon le niveau	
mardi	26/07/22		
mercredi	27/07/22		
jeudi	28/07/22		
vendredi	29/07/22		
samedi	30/07/22		
dimanche	31/07/22		
lundi	01/08/22	2010 2011 journée ski roue	
mardi	02/08/22	2008	2009
mercredi	03/08/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	04/08/22	2012	2011
vendredi	05/08/22	2008 et 2009	Vtt 2010
samedi	06/08/22		
dimanche	07/08/22		
lundi	08/08/22	2010 2011 journée ski roue	
mardi	09/08/22	2008	2009
mercredi	10/08/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	11/08/22	2012	2011
vendredi	12/08/22	Vtt 2008 et 2009	Vtt 2010
samedi	13/08/22		
dimanche	14/08/22		

lundi	15/08/22		
mardi	16/08/22	2010 2011 journée ski roue	
mercredi	17/08/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	18/08/22	2012 2011	2008 2009
vendredi	19/08/22	Bélier trail	
samedi	20/08/22		
dimanche	21/08/22		
lundi	22/08/22		
mardi	23/08/22	2010 2011 journée ski roue	
mercredi	24/08/22	ski roue 2008 et 2009	
jeudi	25/08/22	2012 2011	2010
vendredi	26/08/22	2009	2008
samedi	27/08/22		
dimanche	28/08/22		
lundi	29/08/22	Programme en fonction des dispo de chacun	
mardi	30/08/22		
mercredi	31/08/22		

Informations concernant les entraînements d'été

Pour les entraînements à la demi-journée :

Matin rdv au Club 9h00 fin à 12H00 ET pour l'après midi rdv Club 14h00 fin à 16h30.

Pour les sorties VTT : Prévoir un VTT état de fonctionnement optimal, nécessaire de réparation (chambre à air, pompe et démonte pneu), casque et gants.

Pour les entraînements ski roue à la journée

RDV à 7h45 au club avec pique nique et eau en quantité suffisante, affaires de ski roue et de footing.
RETOUR 18h00

Pour chaque entraînement : TENUE adaptée et un porte gourde (obligatoire) et T-shirt de rechange.

**Nous vous rappelons de bien vouloir prévenir les entraîneurs en cas d'absence.
Attention, le programme est susceptible de changer en fonction de la météo.**