

## Programme automne 2023

Ce programme est valable à partir du mardi 19 septembre et jusqu'à l'arrivée de la neige

	MATIN	APRES-MIDI
lundi		
mardi	sea et cie	6ème et 5ème
mercredi	2014, 2013, 2012 (qui sont libérés)	2012 à 2008
jeudi	sea	4ème et 3ème
vendredi	cie	sea
samedi	2010 à 2008	2011 et 2012
dimanche		

### Pour les entraînements du matin :

Le rendez-vous est à 9 h au club.

La fin de l'entraînement est à 11h 30 au club.

### Pour les entraînements de l'après-midi :

Le rendez-vous est à 14 h au club.

La fin de l'entraînement est à 16h 30 au club.

**SEA**        **Ski étude des Aravis**

**CIE**        **Centre interrégional d'entrainement**

Prévoir : porte gourde, gourde, tenue de sport adaptée aux conditions météo !