Programme d'Entraînements Automne 2024

Ce programme est valable à partir du mardi 17 septembre et jusqu'à l'arrivée de la neige (sauf pour les SEA qui débuteront le mardi 10/09/2024)

	MATIN	APRES-MIDI
lundi		
mardi	SEA & CIE	6ème et 5ème
mercredi	2015,2014,2013 (qui sont libérés)	2013 à 2009
jeudi	SEA	4ème et 3ème
vendredi	CIE	sea
samedi	2011 à 2009	2012 et 2013
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 16h30 au club.

SEA **Ski étude des Aravis**
CIE **Centre interrégional d'entraînement**

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