

AOUT

		Matin Air bag	Midi Air bag	Après midi	Après midi	Soir : 18h45 Echauffement ancien club	Divers groupe élite et groupe 1 Bosses
1	S	GE/G1 8h30 11h30	prévoir casse-croûte	GE/G1 rdv 13h30 trampo/phys fin 16h30			
2	D						
3	L			G3 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G3 18h30 21h30	Leysin GE/G1 sur selec SLS
4	M			GE/G1 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	GE/G1 18h30 21h30	
5	M			G2 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G2 18h30 21h30	
6	J		G4 Rdv 12h club	pause casse-croûte 15h	G4 15h45 18h30 trampo		Etrembière selec Bosses
7	V			G3 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G3 18h30 21h30	
8	S	G4 9h 11h45	pause casse-croûte G4	G4 13h 16h trampo/phys			
9	D						
10	L			G2 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G2 18h30 21h30	
11	M			GE dispo /G1 13h30 trampo/phys fin 16h	prévoir casse-croûte	GE/G1 18h30 21h30	
12	M			G3 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G3 18h30 21h30	Etrembière selec Bosses
13	J		G4 Rdv 12h club	pause casse-croûte 15h	G4 15h45 18h30 trampo		Leysin GE/G1 sur selec SLS
14	V			G2 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G2 18h30 21h30	
15	S	G4 9h 11h45	pause casse-croûte G4	G4 13h 16h trampo/phys			
16	D						
17	L			GE/G1 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	GE/G1 18h30 21h30	
18	M			G3 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G3 18h30 21h30	Etrembière selec Bosses
19	M			G2 rdv 14h30 trampo/phys fin 17h45	prévoir casse-croûte	G2 18h30 21h30	
20	J		G4 Rdv 12h club	pause casse-croûte 15h	G4 15h45 18h30 trampo		Leysin GE/G1 sur selec SLS
21	V	BELIER TRAIL ET RANDO					
22	S						
23	D						
24	L	G3 8h30 11h45		GE/G1 13h30 16h30			rentrée CIE 2026
25	M	GE/G1 8h30 11h45		G2 13h30 16h30			
26	M	G2 8h30 11h45		G3 13h30 16h30			
27	J	G3 8h30 11h45		G4 13h30 16h			Etrembière selec Bosses
28	V	G4 9h 11h45		GE/G1 13h30 16h30			
29	S	GE/G1 8h30 11h45		G3 13h30 16h30		(G1 sur selec) Leysin	GE/ Leysin
30	D						
31	L						
1se	M	rentrée 2026/2027					
	cie	collège des Aravis reprise des cours des 3ème le 25 /08					

	Air bag et rails
	Entrainement physique
	Renforcement musculaire / trampoline
	Stage ski ou air bag / BO / SLS