

Programme Entrainements Club **Dec** /saison **2021-2022**

Date	Heure / Lieu	Thème	Grpe	Entr.
Mer 1 Dec	10h-12h	Ski	U9 à U11	Céline-Cathy
	14h - 16h30	Ski skate distance	G6 et G5	Flo
		Ski skate distance	G4 et G2	Melv-Céline
		Ski classique distance et prépa SAMSE	G3 et G1	Willy
Sam 4 Dec	9h30 - 11h30	Ski classique	U15 à Sen	Willy-Flo
	14h - 16h	Ski classique	U13	Willy-Melv
	14h-16h	Biath 50m		Céline
Dim 5 Dec	13h-17h	Chrono Comité 14h	U17 et U20	Willy
		Lieux en attente		
Mer 8 Dec	10h-12h	Ski classique biathlon	U9 à U11	Céline-Cathy
	14h - 16h30	Ski classique distance	G6-G5-G4	Willy-Melv
		Ski classique distance	G2	Céline
		Ski skate distance	G3 et G1	Flo - Benj
	17h - 18h30	biath 10m ANNULE	garçons	Céline
Sam 11 Dec		SAMSE N°1 Bessans déplacement Club	U17 à Sen	Flo
	9h30 - 11h30	Ski skate vitesse	U15 à Sen	Willy-Melv
	14h - 16h	Ski skate vitesse	U13	Willy-Melv
	14h-16h	biathlon 50m		Céline
Dim 12 Dec		SAMSE N°1 Bessans déplacement Club	U17 à Sen	Flo
Mer 15 Dec	10h-12h	Ski skate	U9 à U11	Céline-Cathy
	14h - 16h30	Ski Classique	G6-G3-G4	Flo-Céline
		Ski Classique	G2	Willy
	17h - 18h30	biathlon 10m G2	G3 et G1	Melv et ?
Sam 18 Dec	9h30 - 11h30	Ski skate vitesse	U15 à Sen	Willy-Flo
	14h - 16h	Ski skate vitesse	U13	Willy-Melv
	14h-16h	biathlon 50m		Céline
Dim 19 Dec	9h - 12h	Déplacement club Coupe du Monde ski Nordique Prémanon		
Lun 20 Dec	13h-15h	biathlon 10m G1+G2		Céline
Mar 21 Dec	9h30 - 11h30	Stage Club: ski skate	U13 à U15	Willy
	14h-16h	Stage Club: ski skate	U17 à U20	Willy-Flo
	9h30 - 11h30	biathlon 50m		Céline
Mer 22		Coupe Dauphine Chamrousse	tous	Willy-Flo
Jeu 23				
Ven 24				
Sam 25				
Dim 26				
Lun 27	13h-15h	Ski	U9 à U11	Céline Cathy
	9h - 12h	Stage Club: ski classique	U13 à U15	Willy-Flo
	14h-16h30	Stage Club: ski classique	U17 à U20	Willy-Flo
Mar 28	9h30-11h30	biathlon 50m		Céline
	9h - 12h	Stage Club: ski classique	U17 à U20	Willy-Flo
	13h-15h	Ski	U9-U11	Céline Cathy
	14h-16h30	Stage Club: ski classique	U13 à U15	Willy-Flo
Mer 29		SAMSE N°2 Autrans	U17 à Sen	Flo
		Individuel Classique		
Jeu 30		SAMSE N°2 Autrans	U17 à Sen	Flo
		KO Classique		
		AURA N°1 Biathlon Contamines		Céline
Ven 31	9h - 12h	Stage Club: ski skate	U17 à U20	Willy-Flo
	14h-16h30	Stage Club: ski skate	U13 à U15	Willy-Flo
Sam 1				
Dim 2		Course Alpe Huez SK Biathlon 10m U11-U15 et marathon pour autres catégories		Willy-Flo

Total effectifs Mercredis AM : 71			
Groupes Mercredis AM			
Groupe 1	Nbre 13	Groupe2	Nbre 17
Niels	1	Tom	1
Raph B	1	Raf GM	1
Erwan	1	Arthur SM	1
Remi	1	Jules G	1
Quentin	1	Charlie	1
Timeo	1	Yael	1
Hugo	1	Mahé D	1
Louis	1	Jules C	1
Jeanne	1	Basile	1
Thais	1	Nans	1
Capucine	1	Kolia	1
Guilhem	1	Esteban	1
Arthur V	1	Lilian T	1
		Léotime B	1
		Mylo D	1
		Albert T	1
		Axel B	1

Groupes Mercredis AM			
Groupe 3	Nbre 10	Groupe 4	Nbre 12
Aurane	1	Mahé	1
Madisson	1	Antoine	1
Louise	1	David	1
Camille	1	Maxime	1
Anne	1	Victor	1
Mathilde	1	Augustin	1
Hanna	1	Arthur	1
Valentine	1	Basile V	1
Lina	1	Nino	1
Eline	1	Théo	1
		Noa	1
		Jolan	1

Groupes Mercredis AM			
Groupe 5	Nbre 11	Groupe 6	Nbre 8
Sarah	1	Méline	1
Alexiane	1	Selma	1
Marylou	1	Rose	1
Eva	1	Amandine	1
Cassandra	1	Lucie	1
Axelle	1	Lison	1
Noemie	1	Elea G	1
Anais	1	Cassandra Y	1
Marine R	1		
Carrie T	1		
Chloé V	1		