

Août								
Date	lieux	heures	Activités	Contenue	Matériel	Coach	Remarque	
mar. 5 août	??	9h-19h	marche bâtons/biathlon					
mer. 6 août	??	9h-19h	Biathlon/trail					
jeu. 7 août	??	9h-19h	Trail					
mer. 13 août	Lescheraines	9h-12h	Biathlon/ Ski roue	Intensité				
jeu. 14 août	Lescheraines	9h12h	Biathlon/ Ski roue	Gainage				
lun. 18 août	Lescheraines	9h-17h	Journée	Randonnée				
mer. 20 août	Lescheraines	9h-11h30	Biatlhon	Décrassage/biathlon				
lun. 25 août	Lescheraines	14h-16h30	Run/Biathlon/Ski roue					
mar. 26 août	Lescheraines	14h-16h30	Vélo/Biathlon/ Ski roue					