

Août								
Date	lieux	heures	Activités	Contenue	Matériel	Coach	Remarque	
mar. 5 août	Les Tuffes	9h-12h	Vélo route			Nina /Corentin		
	Les Tuffes	14h-18h	Biathlon/ skating			Nina /Corentin		
mer. 6 août	Les Tuffes	9h-12h	Biathlon/ ski roue skate			Nina /Corentin		
	Les Tuffes	14h-18h	Montée de col classique			Nina /Corentin		
jeu. 7 août	Les Tuffes	9h-12h	Chrono biathlon			Nina /Corentin		
	Les Tuffes	14h-18h	Gainage,Sport co+ CAP légère			Nina /Corentin		
ven. 8 août	Les Tuffes	9h-12h	Séance poussée			Nina /Corentin		
	Les Tuffes	14h-18h	Biathlon/ skating			Nina /Corentin		
sam. 9 août	Les Tuffes	9h-19h	Journée vélo pour rentrer			Nina /Corentin		
mer. 13 août	La Féclaz	9h-12h	Biathlon/ Skating	Intensité				
	La féclaz	14h-17h	Trail bâtons					
jeu. 14 août	La Féclaz	9h-12h	Biathlon/ Classique	Gainage				
lun. 18 août	??	9h-17h	Journée	Randonnée				
Mardi. 19 aout	Bessans		BIATHLON SAVOIE TOUR CONTEST BESSANS ETAPE2 (BESSANS)	U15-> SEN		Bessans		
mer. 20 août	La Féclaz	9h-12h	Biatlhon	Décrassage/biathlon				
lun. 25 août	La Féclaz	9h-12h	Trail bâtons				Peut être Canoë avec Nico	
		14h-17	Biathlon/Ski roue					
mar. 26 août	La Féclaz	9h-17h	Vélo					
			Biathlon/ Ski roue					
mer. 27 août	La Féclaz	9h-12h	Gainage /Biathlon / ski roue					
sam. 30 août	La Féclaz		SAVOIE BIATHLON TOUR ETAPE 3 (LA FECLAZ)	U15-> SEN		La Féclaz		