

Octobre							
Date	lieux	heures	Activités		Matériel	Coach	Remarque
mer. 1 oct.	La Fleclaz	14h-17h	Skating/Biathlon	Vitesse	Skis roue skate	Corentin	/
ven. 3 oct.	Autrans		Départ Championnat de France			Corentin	
sam. 4 oct.	Autrans		Championnats de France d'été - 4 & 5 octobre			Corentin	
dim. 5 oct.	Autrans		Organisateur : US Autrans			Corentin	
mar. 7 oct.	Lescheraines	16h30-19h	Muscu/gainage/CAP/Sport co		Chaussures de sports	Corentin	
mer. 8 oct.	Le montcel	14h-17h	Montée de col classique	Aérobic	Classique	Corentin	
sam. 11 oct.	La Fléclaz	9h-12h	Skating/Biathlon	Seuil	Ski roues skate	Corentin	
sam. 11 oct.	La Fléclaz	13h30-16h30	Muscu/gainage /CAP		Chaussures de sports	Corentin	
mar. 14 oct.	Lescheraines	16h30-19h	Muscu/gainage/CAP/Sport co		Chaussures de sports	Corentin	
mer. 15 oct.	La Fléclaz	14h-17h	Skating/Biathlon	Vitesse	Skis roues skate	Corentin	
sam. 18 oct.	Alx-les-bains Piscine	9h-12h	Poussé simultané	Piste cyclabe	Skis roue classique	Corentin	
	Hippodrome aix les bair	13h30-16h30	CAP/ Intenssité	Intensité	Chaussures de CAP	Corentin	
mar. 21 oct.	Lescheraines	16h30-19h	Muscu/gainage/CAP/Sport co		Chaussures de sports	Corentin	
mer. 22 oct.	St François	14h-17h	CAP/Biathlon	DT controle	Chaussures de sports/Bâtons	Corentin	
sam. 25 oct.	La Féclaz	9h-12h	Skating/Biathlon	Chrono ?	skis roues skate	Corentin	
	La Féclaz	13h30-16h30	Classique	Aérobic/Récupération	Classique	Corentin	
mar. 28 oct.	Lescheraines	16h30-19h	Muscu/gainage/CAP/Sport co		Chaussures de sports	Corentin	
mer. 29 oct.	La Féclaz	14h-17h	Skating/Biathlon	Seuil	Ski roues skate	Corentin	