

Décembre								
Date	lieux	heures	Activités	Contenue	Matériel	Coach	Remarque	h
mer. 3 déc.	La F�claz	14h-16h30	Skating/Biathlon	Relais x8	Skis skate			2,5
sam. 6 déc.	La F�claz	9h30-12h	Classique/ Biatlhon	Train séparé	Skis classique			2,5
mar. 9 déc.	/	Pas de séance	Pas de séance	Pas de séance				
mer. 10 déc.	La F�claz	14h-16h30	Skating/Biathlon	Technique/Vitesses	Skis skate			2,5
sam. 13 déc.	La F�claz	9h30-12h	Classique	Aérobie/maniabilité	Skis classique			2,5
sam. 13 déc.	La F�claz	13h-15h	Skating	Aérobie/jeu	Skis skate			2
mar. 16 déc.	/	Pas de séance	Pas de séance	Pas de séance				
mer. 17 déc.	La F�claz	14h-16h30	Skating/Biathlon	aérobie	Skis Skate			2,5
sam. 20 déc.	La F�claz	9h30-12h	Classique	Vitesses	Skis classique		Vacances	2,5
lun. 22 déc.	M�ribel	Trophée du Beaufort 1 M�ribel U13+ Indiv CL	Trophée du Beaufort 1 M�ribel U13+ Indiv CL	Trophée du Beaufort 1 M�ribel U13+ Indiv CL	Trophée du Beaufort 1 M�ribel U13+ Indiv CL		Vacances	2
sam. 27 déc.	La F�claz	9h30-12h	classique	aérobie/technique	Skis Classique		Vacances	2,5
sam. 27 déc.	La F�claz	13h-15h30	Skating/Biathlon	Vitesses	Skis Skate		Vacances	2,5
lun. 29 déc.	Champagny	29-déc.-25 FOND Trophée du Beaufort 2 Champagny U13+ Indiv L	29-déc.-25 FOND Trophée du Beaufort 2 Champagny U13+ Indiv L	29-déc.-25 FOND Trophée du Beaufort 2 Champagny U13+ Indiv L	29-déc.-25 FOND Trophée du Beaufort 2 Champagny U13+ Indiv L		Vacances	2
ven. 2 janv.	La F�claz	9h30-12h	Skating/Biathlon	Seuil	Skis Skate		Vacances	
ven. 2 janv.	La F�claz	13h30-16h	Classique	Train séparé	Skis Classique		Vacances	
sam. 3 janv.	La F�claz	9h30-12h	Classique	Technique	Skis Classique		Vacances	
sam. 3 janv.	La F�claz	13h30-16h	Skating/Biathlon	Vitesses	Skis Skate		Vacances	
								26