

Février									Fait
Date	lieux	heures	Activités	Contenue	Matériel	Coach	Remarque	h	
mar. 3 févr.	Lescheraines	16h30-19h	Skating	Aérobic/technique	skis skate	Corentin	U13/2 Uniquement	1,5	
mer. 4 févr.	La Féclaz	14h-16h30	Classique/Biathlon	Vitesses	Skis classique	Nina/Joran		2,5	
sam. 7 févr.	St François	9h30-12h	skating	Technique/Slalom	Skis skate	Nina/Joran	V	2,5	
mer. 11 févr.	St François	9h30-12h	Classique	Technique/Aérobic	Skis skate	Nina/Joran	V	2,5	
mer. 11 févr.	St François	14h-16h30	Skating/Biathlon	Aérobic/ Confrontation tir/Mass start	Skis classique	Nina/Joran	V	3	
jeu. 12 févr.	La Féclaz	9h30-12h	Skating/Biathlon	K.O sprint	Skis skate	Nina/Joran	V	2,5	
jeu. 12 févr.	La Féclaz	13h-16h	Classique	Aérobic/ Technique	Skis classique	Nina/Joran	V	3	
ven. 13 févr.	St François	9h-12h	Classique	Aérobic technique	Skis classique	Nina/Joran	V	3	
sam. 14 févr.	La Féclaz	9h30-12h	Skating	Vitesses décrassage	Skis skate	Nina/Joran	V	3	
dim. 15 févr.	Valcenis	Championnats de Savoie Sardières (Valcenis) U13+ MS L	Championnats de Savoie Sardières (Valcenis) U13+ MS L	Championnats de Savoie Sardières (Valcenis) U13+ MS L	Skis skate	Nina/Joran	V U13 Uniquement	2	
mer. 18 févr.	St François	9h30-12h	Classique	Technique + seuil	Skis classique	Nina/Joran	V Carnaval + gouter !	2,5	
jeu. 19 févr.	St François	9h-12h	Skating/Biathlon	Aérobic technique	Skis skating			3	
sam. 21 févr.	St François	9h30-12h	Classique	K.O sprint	Classique	Nina/Joran	V	2,5	
mar. 24 févr.	Lescheraines	16h30-19h	Skating	Aérobic/technique	Skis skate	Nina/Joran	U13/2 Uniquement	1,5	
mer. 25 févr.	La Féclaz	14h-16h30	Classique/Biathlon	Aérobic/ technique	Skis skate	Nina/Joran		2,5	
sam. 28 févr.	La Féclaz	9h30-12h	Classique	Décrassage	Skis classique	Nina/Joran		2,5	
dim. 1 mars	Champagny	Trophée du Beaufort 5 Champagny U11+ MS CL (U11) / Sprint CL	Trophée du Beaufort 5 Champagny U11+ MS CL (U11) / Sprint CL	Trophée du Beaufort 5 Champagny U11+ MS CL (U11) / Sprint CL	Skis classique	Nina/Joran		38,5	