Août

Date	lieux	heures	Activités	Séance	Matériel	Coach	Remarque	h
mar. 11 août	Vanoise	7h-17h	Randonnée	Aérobie longue	Baskets	Joran/Flo	Lac des vaches	5
mer. 12 août	St François	9h-12h	Biathlon/Gainage/CAP	Aérobie/Tir	Ski roue	Joran/Flo		3
ven. 14 août	St François	9h-12h	VTT	Aérobie	VTT	Joran/Flo		3
mer. 19 août	Vercors	//	Stage Aout	Stage		Joran/Flo		4
jeu. 20 août	Vercors	//	Stage Aout	Stage		Joran/Flo		4
ven. 21 août	Vercors	//	Stage Aout	Stage		Joran/Flo		4
lun. 24 août	La Féclaz	9h-12h	Biathlon/Ski roue	Aérobie /Tir		Joran/Flo		3
mer. 26 août	Bourget du lac	9h-17h	Canoë/vélo	Aérobie/endurance de force	Vélo	Joran/Flo		5
								31