# Juin

| Date | lieux | heures | Activités | Séance | Matériel | Coach | Remarque | h |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| mer. 3 juin | St François | 13h-16h30 | Biathlon/ gainage/ proprioception/repsiration | Biathlon | Carabine + baskets | | | 1,5 |
| sam. 6 juin | St François | 9h30-12h | VTT | Aérobie | VTT | | AG club | 2,5 |
| mer. 10 juin | Lescheraines plan d'eau | 14h-16h30 | VTT | Aérobie | VTT | | | 2,5 |
| sam. 13 juin | Chatelard | 10h-13h | Bagoluraid | Aérobie | Baskets + Déguisement | | | 2 |
| dim. 14 juin | Lescherianes | 9h-15h | Randonnée | aérobie | Baskets+bâtons | | Le Col d'Arclusaz :https:// | 6 |
| mer. 17 juin | St François | 9h30-12h | Biathlon /CAP bâtons | Biathlon | Baskets | | | 1,5 |
| sam. 20 juin | | 9h-12h | Vria des croés | Aérobie | | | | 2 |
| mer. 24 juin | St François | 9h30-12h | Biathlon /CAP bâtons | Biathlon | Baskets | | | 2,5 |
| sam. 27 juin | Aillons margériaz | 9h-12h | Trail + spéléorando | Aérobie | Baskets +casque vélo+ frontale | | Margériaz | 4 |
| mar. 30 juin | Lescheraines plan d'eau | 16h30-19h | CAP/ Sport co | Musu/aérobie | Baskets | | | 2 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 26,5 |