Juin

Date	lieux	heures	Activités	Séance	Matériel	Coach	Remarque	h
mar. 2 juin	Lescheraines plan d'eau	16h30-19h	CAP/ Sport co		Baskets	Corentin		2
mer. 3 juin	St François	13h-16h30	Biathlon/ gainage/CAP/ proprioception/repsiration	Biathlon	Carabine + baskets	Corentin		1,5
sam. 6 juin	St François	9h30-12h	VTT	Aérobie	VTT	Corentin	AG club	2,5
mar. 9 juin	Lescheraines plan d'eau	14h-16h30	CAP/ Sport co	Reprise	Baskets	Corentin		2
mer. 10 juin	St François	9h-12h	Biatlhon/ gainage/Marche	Tir / Aérobie		Corentin		2
sam. 13 juin	St François	9h-12h	trail	Aérobie			reconnaissance 8klm TDB	2
dim. 14 juin	Lescheraines plan d'eau	9h-15h	Randonnée	aérobie	Baskets+bâtons	Corentin	Le Col d'Arclusaz :https://v	5
mar. 16 juin	Lescheraines plan d'eau	16h30-19h	CAP/ Sport co	Musu/aérobie	Baskets	Corentin		2
mer. 17 juin	Lescheraines plan d'eau	14h-17h	Biatlhon/ gainage/Marche	Tir / Aérobie	Baskets	Corentin		2,5
sam. 20 juin	Aillons margéri	9h-12h	Trail + spéléorando	Aérobie	Baskets/casque/front	Corentin	Margériaz	3
mar. 23 juin	Lescheraines plan d'eau	16h30-19h	CAP/ Sport co	Musu/aérobie	Baskets	Corentin		2
mer. 24 juin	St François	9h30-12h	Biathlon /CAP bâtons	Biathlon	Baskets	Corentin		2,5
ven. 26 juin	Peisey Vallandry		SAVOIE BIATHLON TOUR ETAPE 1 (PEISEY VALLANDRY)			Nina		1
sam. 27 juin	Lescheraines	9h30-12h	Vélo route	Aérobie	Vélo route	Corentin	récup'	4
sam. 27 juin	//	//	Gainage/Muscu	Gainage/Muscu		Autonomie		1,5
mar. 30 juin	Lescheraines plan d'eau	16h30-19h	CAP/ Sport co	Musu/aérobie	Baskets	Corentin		2
								37,5