

# Ski-Club Champagny en Vanoise

une station la Plagne/Paradiski

## PLANNING MINIMES HAUT-NIVEAU AUTOMNE 2009

### Entrainements Ski & Sport Stage Section - Autres

SEPT.		Matin	Ap-m
Ma	1		
Me	2		
Je	3		
Ve	4		
Sa	5		
Di	6		
Lu	7		
Ma	8		
Me	9		
Je	10		
Ve	11		
Sa	12		
Di	13		
Lu	14		
Ma	15		
Me	16		test Moutiers
Je	17		
Ve	18		
Sa	19		
Di	20		
Lu	21		
Ma	22		
Me	23		Sport
Je	24		
Ve	25		
Sa	26		
Di	27	Stage ski Tignes ou Stelvio	
Lu	28	Stage ski Tignes ou Stelvio	
Ma	29	Stage ski Tignes ou Stelvio	
Me	30	Stage ski Tignes ou Stelvio	

OCT.		Matin	Ap-m
Je	1	Stage ski Tignes ou stelvio	
Ve	2		
Sa	3		
Di	4		
Lu	5		
Ma	6		
Me	7		Sport
Je	8		
Ve	9		
Sa	10	Mise en place Filets Stade	
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		Sport
Je	15	Stage ski Tignes + samedi et dimanche	
Ve	16	Stage ski Tignes + samedi et dimanche	
Sa	17	Stage ski Tignes / Orga. transport vend. soir	
Di	18	Stage ski Tignes / Orga. transport vend. soir	
Lu	19		
Ma	20		
Me	21		
Je	22		
Ve	23		
Sa	24		
Di	25	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Lu	26	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Ma	27	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Me	28	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Je	29	Stage ski Tignes aller - retour tous les jours	
Ve	30		
Sa	31		

NOV.		Matin	Ap-m
Di	1	Ski Tignes	
Lu	2	Ski Tignes	
Ma	3		
Me	4		
Je	5		
Ve	6		
Sa	7	Stage ski Tignes	
Di	8	Stage ski Tignes	
Lu	9	Stage ski Tignes	
Ma	10		
Me	11		Sport
Je	12		
Ve	13		
Sa	14	Ski Tignes	
Di	15		
Lu	16		
Ma	17		
Me	18		Sport
Je	19	CROSS DISTRICT	
Ve	20	CROSS DISTRICT	
Sa	21	Stage ski Tignes ou Val-Tho	
Di	22	Stage ski Tignes ou Val-Tho	
Lu	23	Stage ski Tignes ou Val-Tho	
Ma	24		
Me	25		Sport
Je	26		
Ve	27		
Sa	28	Ski Tignes ou Val-Tho	
Di	29		
Lu	30		

DEC.		Matin	Ap-m
Ma	1		
Me	2		Sport
Je	3		
Ve	4	Stage ski lieu à définir	
Sa	5	Ski lieu à définir	
Di	6	Ski lieu à définir	
Lu	7		
Ma	8		
Me	9		Sport
Je	10		
Ve	11		Ski ou sport
Sa	12	Ski	ARVA
Di	13		
Lu	14		
Ma	15		
Me	16		
Je	17		
Ve	18		Ski ou sport
Sa	19	Ski Champagny	
Di	20	Voir planning hiver disponible en novembre	
Lu	21	Voir planning hiver disponible en novembre	
Ma	22	Voir planning hiver disponible en novembre	
Me	23	Voir planning hiver disponible en novembre	
Je	24	Voir planning hiver disponible en novembre	
Ve	25	Voir planning hiver disponible en novembre	
Sa	26	Voir planning hiver disponible en novembre	
Di	27	Voir planning hiver disponible en novembre	
Lu	28	Voir planning hiver disponible en novembre	
Ma	29	Voir planning hiver disponible en novembre	
Me	30	Voir planning hiver disponible en novembre	
Je	31	Voir planning hiver disponible en novembre	

Sport

Ski

Ski Section Sport Bozel

Autres

## **Informations divers :**

**Composition du groupe minime haut-niveau (6) :** Chloé RUDY; Elise MERRANT; Morane CAT MACKOWIAK; Morgan GUIPPONI BARFETY; Benjamin MAMZER; Quentin RUFFIER DES AIMES.

### **Horaires entraînements :**

**Sport :** Apres-midi 14h au terrain de sport ou salle des fêtes selon météo; Fin vers 17h

**Ski :** A voir avec l'entraîneur selon les périodes

**Mise en place filets :** 9h devant la télécabine; Fin vers 12h30

Les familles ou les coureurs ont l'obligation de **prévenir l'entraîneur en cas d'absence.**

Ce planning est donné à titre indicatif, il peut être modifié selon les conditions météorologiques et nivologiques.

**[Entraîneur coordinateur et responsable du groupe, Raphaël : 06.62.24.02.64.](tel:06.62.24.02.64)**

**[Entraîneur intervenant, Vincent : 06.70.46.34.52.](tel:06.70.46.34.52)**

**Raf**