



PLANNING U18 - U21 HIVER 2022 - 2023

Entraînements ski / Courses Événements / Autres

DEC.		Matin	Ap-m
Je	1		
Ve	2		
Sa	3	Ski	
Di	4		
Lu	5		
Ma	6		
Me	7		Sport
Je	8		
Ve	9		
Sa	10	Ski	
Di	11		
Lu	12		
Ma	13		
Me	14		Ski
Je	15		
Ve	16		
Sa	17	Ski / Filets stade	
Di	18	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Lu	19		
Ma	20		
Me	21		
Je	22		
Ve	23		
Sa	24		
Di	25		
Lu	26	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Ma	27		
Me	28		
Je	29		
Ve	30	Ski	
Sa	31		

JAN.		Matin	Ap-m
Di	1		
Lu	2	Ski	
Ma	3		
Me	4		Ski
Je	5		
Ve	6		
Sa	7	Ski	
Di	8		
Lu	9		
Ma	10		
Me	11		Ski
Je	12		
Ve	13		
Sa	14	Ski	
Di	15	GP Courchevel SL	
Lu	16		
Ma	17		
Me	18		Ski
Je	19		
Ve	20		
Sa	21	Ski	
Di	22	GP Menuires GS	
Lu	23		
Ma	24		
Me	25		Ski
Je	26		
Ve	27		
Sa	28	GP Champagny SL	
Di	29	Ski	
Lu	30		
Ma	31		

FÉV.		Matin	Ap-m
Me	1		Ski
Je	2		
Ve	3		
Sa	4		
Di	5	GP Val-Tho GS	
Lu	6	Ski / Repos selon météo et fatigue	
Ma	7		
Me	8		
Je	9		
Ve	10		
Sa	11		
Di	12		
Lu	13		
Ma	14		
Me	15		
Je	16		
Ve	17		
Sa	18		
Di	19		
Lu	20		
Ma	21		
Me	22		Ski
Je	23		
Ve	24		
Sa	25	Ski	
Di	26		
Lu	27		
Ma	28		

MARS		Matin	Ap-m
Me	1		Ski
Je	2		
Ve	3		
Sa	4	Ski	
Di	5		
Lu	6		
Ma	7		
Me	8		Ski
Je	9		
Ve	10		
Sa	11	GP Pralo SL	
Di	12	Ski	
Lu	13		
Ma	14		
Me	15		Ski
Je	16		
Ve	17		
Sa	18	GP La Tania SL	
Di	19	Ski	
Lu	20		
Ma	21		
Me	22		Ski
Je	23		
Ve	24		
Sa	25	Ski	
Di	26	GP Méribel GS	
Lu	27		
Ma	28		
Me	29		Ski
Je	30		
Ve	31		

AVR.		Matin	Ap-m
Sa	1	GP Val-Tho GS	
Di	2	Ski	
Lu	3		
Ma	4		
Me	5		
Je	6		
Ve	7		
Sa	8	Ski	
Di	9		
Lu	10		
Ma	11	Ski	
Me	12		
Je	13		
Ve	14		
Sa	15	Champagnolaise	
Di	16		
Lu	17	Ski	
Ma	18		
Me	19		
Je	20		
Ve	21	Sortie fin de saison	
Sa	22	Démontage stade	
Di	23		
Lu	24		
Ma	25		
Me	26		
Je	27		
Ve	28		
Sa	29		
Di	30		

Entraînements Ski

Course Grand-Prix

Événements / Autres

GS Géant

SL Slalom

Evénements / Autres :

DEC.		Evénements	Horaires
Sa	17	Mise en place filets et matelas stade	Matin

JAN.		Evénements	Horaires
Sa	28	Grand Prix de Champagny SL (U16 - U21)	Matin

AVR.		Evénements	Horaires
Sa	15	Champagnolaise + Loto ski club	Journée
Ve	22	Démontage & rangement stade	Journée

Informations divers :

Composition du groupe U18 - U21 (4): Marie PLANCON; Louis DECUGIS; Camille AURENGE; Célia TODESCHINI.

Horaires entraînements :

Matin rendez-vous à **8h45** au local du ski club. **Fin 12H** au sommet de la télécabine.

Après midi rendez-vous à **13h30** au sommet de la télécabine. **Fin 16h40** au local du club.

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 pour diverses raisons.



ENTRAINEURS			
PRENOM	FONCTION	TELEPHONE	MAIL
Raphaël	Responsable du groupe	06.62.24.02.64.	raphruffier@hotmail.fr
Anne-Flore	Intervenante	06.77.08.96.85.	af_aufreere@hotmail.fr
Charly	Intervenant	06.68.04.82.20.	charly.rolland@gmail.com

Raf