

ENTRAÎNEMENTS HIVER 2015-2016



Mercredi :

Rendez-vous : **13h15**, pour un départ à 13h30 précises, **parking de la piscine** à la Roche.
Transport : En car. Le prix du car est de 5€ par personne. Le règlement se fera en fin de saison.
Retour : **Environ 17h45.**

Samedi :

Rendez-vous : **8h30 au local du club**, ou 9h10 aux Glières.
Transport : Avec le bus du club et les parents disponibles.
Retour : **Environ 12h30.**

Dimanche :

Entraînements :

Rendez-vous : **8h30 au local du club**, ou 9h10 aux Glières.
Transport : Avec le bus du club et les parents disponibles.
Retour : **Environ 12h30.**

Compétitions :

Heure de départ à définir selon le lieu de la course.
Transport assuré par les parents, toutefois un rendez-vous commun peut être fixé au local du club.

Stage de Noël :

Du 21 au 23 décembre à Prémanson (transport assuré par les parents). Une présence irrégulière aux entraînements signifiera la non sélection pour le stage.

→ Le programme complet des vacances sera diffusé ultérieurement.

Inscription aux courses :

Les minimes, cadets, jeunes, juniors sont inscrits, sur proposition des entraîneurs, à chaque course du dimanche. En cas de non-participation justifiée, n'oubliez pas **d'avertir Christophe avant mercredi 20h.**

Les seniors qui veulent s'inscrire le dimanche doivent contacter Christophe **avant mercredi 20h.** Merci de bien respecter ces délais, les inscriptions définitives devant être envoyées le jeudi.

Tout coureur inscrit et absent au départ d'une ou plusieurs compétitions, sans raison valable, devra **rembourser le montant** correspondant aux frais d'inscription : 3€ jusqu'aux cadets, 6€ pour les catégories supérieures.

Contact : Mathieu 06.86.85.25.53 roguetmathieu@orange.fr
Christophe 06.73.03.90.85 tournier.chr@gmail.com