

ENTRAÎNEMENTS HIVER 2018-2019



Date	Heures et lieu de rendez-vous	Catégories	Entraînements
Mardi	17h → 18h30 (Bonneville, école du centre)	U13 + U14	Tir à 10m
Mercredi	13h30 → 17h30 (local du club) 14h10 → 17h (Glières)	U12 à seniors	Ski <i>Transport grâce au co-voiturage et au bus du club</i>
Jeudi	17h → 18h30 (Bonneville, école du centre)	U11 + U12	Tir à 10m <i>Note : il est probable que l'entraînement ne se déroule pas tous les jeudis</i>
Vendredi	À partir de 16h → 18h (Bonneville, pas de tir de Thuet)	U14 à U20 avec leur carabine	Tir à 50m <i>avec le haut de ski et avec les gants</i>
Samedi	8h30 → 12h30 (local du club) 9h10 → 12h (Glières)	U12 à seniors	Ski <i>Transport grâce au co-voiturage et au bus du club</i>
Dimanche	ENTRAÎNEMENTS 8h30 → 12h30 (local du club) 9h10 → 12h (Glières)	U12 à seniors	Ski <i>Transport grâce au co-voiturage et au bus du club</i>
	COMPÉTITIONS Horaire à définir selon le lieu	Selon les courses	<i>Transport assuré par les parents, toutefois un rendez-vous commun peut être fixé au local du club. Le calendrier des compétitions est disponible sur le site internet du club.</i>

Note : pour les entraînements de biathlon, une modification pourra intervenir au cours de l'hiver.

Inscription aux courses :

Les catégories U12 à U17 sont inscrits, sur proposition des entraîneurs, automatiquement à chaque course du dimanche. En cas de non-participation justifiée, n'oubliez pas **d'avertir Christophe avant mercredi 20h**.

À partir de la catégorie U18, ceux 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 U15, 6€ pour les catégories supérieures.

Remarques générales :

- Pour suivre les dernières informations sur les entraînements : <http://info.skiclubpaysrochois.com>
- Un programme spécifique sera établi pour les vacances de Noël et de février.
- **Une présence régulière et sérieuse aux entraînements est fortement conseillée.**
- **Pour les séances de tir :** prévoir des vêtements pour être à l'aise, les gants de ski, et le haut de combinaison si vous l'avez.

Contact : Mathieu 06.86.85.25.53
Christophe 06.73.03.90.85