

VACANCES DE NOËL 2019/2020



Entraînements et compétitions

En fonction des conditions d'enneigement, le programme pourra être modifié

En fonction des conditions d'entraînement le programme pourra être modifié			
Date	Horaires	Rendez-vous	Précisions
Sam. 21/12	8h30 – 12h30	Local du club	
Dim. 22/12			<i>Profitez-bien de la Coupe du Monde de biathlon pour ceux qui y seront !</i>
Lun. 23/12	8h30 – 12h30	Local du club	
Mar. 24/12			<i>Passez de bonnes fêtes !!</i>
Mer. 25/12			
Jeu. 26/12	9h – 16h30	<u>Piscine</u>	Prévoir le casse-croûte
Ven. 27/12			<u>REPOS</u> (ou course AURA pour ceux concernés par le tir à 50m, un programme spécifique sera mis en place par les entraîneurs)
Sam. 28/12	8h30 – 12h30	Local du club	
Dim. 29/12	8h30 – 12h30	Local du club	Test chronométré
Lun. 30/12			<u>REPOS</u>
Mar. 31/12			<i>Bon réveillon et bonne année à tous !!</i>
Mer. 01/01			
<u>STAGE DE PREPARATION</u>			
Jeu. 02/01	9h – 16h30	<u>Piscine</u>	Prévoir le casse-croûte
Ven. 03/01	8h30 - 12h30	Local du club	
Sam. 04/01	8h30 – 12h30	Local du club	
Dim. 05/01	À définir	Megève	<u>Grand-Prix de Megève</u> , sprint et relais selon catégories en style classique

En fonction des conditions d'enneigement, certaines séances pourront se dérouler dans une autre station que les Glières (les précisions seront données sur le site du club).

Biathlon :

- deux séances sont prévues aux Glières sur cette période,
- pas de séance de tir à 10m à Bonneville pendant les vacances.

Le transport est assuré par les parents et le mini-bus du club.

Une présence régulière et sérieuse aux entraînements est vivement conseillée.

Toutes les informations : info.skiclubpaysrochois.com

Contact : Mathieu 06.86.85.25.53
Christophe 06.73.03.90.85