

STAGE 5 Tignes samedi 20 novembre dimanche 21 novembre

ski	ski libre	ski libre
thème	équilibration	équilibration
horaires	8h45 / 13h	8h45 / 13h
pistes		
neige	compacte	compacte
météo	neige	
prep. Physique	foot	
prep. Physique	abdos / étirements	

entraîneurs:
Chris + Fish
résidence Odalys
Val Claret
Tignes

Michelland Agathe	Raoust Clothilde
Feutrier Marie	Deruaz Albane
Giraud Elisa	Vincent Romane
Magnin Lucille	Jullien guillaume
Aury nathan	Lopez Théo