

planning ski club valloire Mars 2011

Mars		9H / 11H30	9H / 11H30	11H30 / 14H	14H / 16H30	14H / 16H30	entraîneur
L	28	poussins ateliers départ	microbes repos	benjamins GS mélèzes (vidéo)			
		camp vitesse minimes tignes (hugo coco avec steph grignoux)		minimes gs mélèzes			Boull
M	1	poussins ateliers saut	minimes sl mélèzes 3h	benjamins GS mélèzes (vidéo)	microbes		
M	2	poussins technique	minimes gs mélèzes 3h	benjamins GS mélèzes (chrono)	microbes		
J	3	benjamins SL mélèzes (vidéo)	microbes	minimes gs mélèzes	poussins technique		
V	4	benjamins SL mélèzes (chrono)	microbes	minimes sl mélèzes	poussins GS mélèzes (vidéo)		
S	5	benjamins SQ gd plateau	microbes repos		poussins GS mélèzes (vidéo)		
		qualif. Minimes GS+SL		La Toussuire		La Toussuire	Boull
D	6	microbes	benjamins repos	microbes minimes repos	poussins repos		
L	7	poussins GS Valmeinier	minimes gs mélèzes 3h		benjamins	microbes	Alex + Boull +
M	8	poussins GS Valmeinier	minimes sl mélèzes 3h		benjamins	microbes	Alex + Boull +
		France benjamins SQ Auron		France benjamins SQ Auron			Fish
M	9	microbes repos	minimes gs mélèzes 3h		benjamins		Alex
		coq de bronze poussins GS Valmeinier		coq de bronze poussins GS Valmeinier			Chris + Bo
		France benjamins GS Auron		France benjamins GS Auron			Fish
J	10	benjamins	microbes	minimes sl mélèzes	poussins repos		Alex + Boull +
		France benjamins Combi race Auron		France benjamins Combi race Auron			Fish
V	11	benjamins	microbes	minimes sg mélèzes	poussins		Alex + Boull +
		France benjamins SL Auron		France benjamins SL Auron			Fish
S	12	benjamins // thimel	poussins // thimel	microbes			Alex + Chris -
		CR minimes SQ St Sorlin		CR minimes SQ St Sorlin			Boull
D	13	repos		repos		repos	
		CR minimes GS La Toussuire		CR minimes GS La Toussuire			Boull
L	14	CR minimes SL Le Corbier		CR minimes SL Le Corbier			Boull
M	15						
M	16	microbes		poussins	benjamins		
J	17	écureil d'or SQ St Sorlin		écureil d'or SQ St Sorlin			Boull
V	18	écureil d'or GS La Toussuire		écureil d'or GS La Toussuire			Boull
S	19	écureil d'or SL Le Corbier		écureil d'or SL Le Corbier			Boull
		poussins		microbes	benjamins		Alex + Chris -
D	20	microbes		benjamins / minimes			Alex + Bo
		coupe carré neige poussins GS+ boarder Aillons		coupe carré neige poussins GS+ boarder Aillons			Chris + Fi
L	21						
M	22						
M	23	poussins			benjamins	minimes	Alex + Fi
		microbes St François		microbes St François		microbes St François	Boull + Ch
J	24						
V	25						
S	26	microbes		poussins		minimes // thimel	Alex + Boull +
		Finale benjamins Valoënis		Finale benjamins Valoënis			Fish
D	27	benjamins repos	microbes	poussins		minimes	
L	28						
M	29						
M	30	poussins		microbes		minimes	
J	31	coq d'or	Les Menuires	coq d'or	Les Menuires		Fish

lieu de rendez vous des entrainements: chalet S&az