

Septembre													
		Matin		Après-Midi			Stage						
		9H00/12H00		14H/17H	14H/15H30	15H30/17H00							
D	1	Journée du Club											
L	2	Rentrée scolaire											
M	3	<b>Repos Physique / Reprise Mental</b>											
M	4												
J	5												
V	6												
S	7												
D	8												
L	9												
M	10							SEA/CIE		Tests Physique 6ème/5ème			
M	11							Tests Physique P1/M2		Tests Physique M2/P1			
J	12	SEA		Tests Physique 4ème/3ème									
V	13	CIE		SEA									
S	14	Roller / Muscu	Roller / Muscu	Roller / renfo		vitesse	Sport co						
D	15												
L	16												
M	17	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo								
M	18	Marche	Marche	Marche	Marche	vitesse	sport co						
J	19	SEA		Marche	Marche								
V	20	CIE		SEA									
S	21	Roller / Muscu	Roller / Muscu	VTT		vitesse	Sport co						
D	22												
L	23						Stage ski district Stelvio 2006 et 2007 Coach Annecy, La Clusaz, Manigod						
M	24	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo								
M	25	Marche	Marche	Marche	Marche	VTT 2007/2008 14h/17h							
J	26	SEA		VTT	VTT								
V	27	CIE		SEA									
S	28	Roller / Muscu	Roller / Muscu	Roller / renfo		vitesse	Sport co						
D	29												
L	30												

Légende couleur + effectifs Groupes		
Microbes 2 (2010) :	8	U10
Poussins 1 (2009) :	12	U12
Poussins 2 (2008) :	8	
Benjamins 1 (2007) :	12	U14
Benjamins 2 (2006):	5 sans les filles (1)	
Minimes 1 (2005) :	10 sans les filles (3) + Enzo et Arthur	U16
Tout le groupe U16 (2004, 2005)	17	
Groupe filles 2004, 2005, 2006	7	

Numéros de téléphone coaches	
Clément	06 08 15 09 23
Léo	06 74 54 78 25

		Octobre								
		Matin		Après-Midi				Stage		
		9H00/12H00		14H/17H		14H/15H30	15H30/17H00			
M	1	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo			Stage ski 2004, 2005? Coach Annecy, LCZ		
M	2	Marche	Marche	Marche	Marche	vitesse	sport co			
J	3	SEA		Marche	Marche					
V	4	CIE		SEA						
S	5	Journée U14 / U16 à Manigod								
D	6									
L	7									
M	8	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo					
M	9	Marche	Marche	Marche	Marche	vitesse	sport co			
J	10	SEA		Marche	Marche			Stage ski district 2006 et 2007 ? Coach Manigod, LCZ, GB		
V	11	CIE		SEA						
S	12	Course d'orientation 8h30/13h de 2009 à 2004								
D	13									
L	14									
M	15	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo			Stage ski 2004, 2005, Coach Annecy, LCZ, GB		
M	16	Marche	Marche	Marche	Marche	vitesse	sport co			
J	17	SEA		Marche	Marche					
V	18	CIE		SEA						
S	19							Tapis 2007 9h/11H		
D	20									
L	21					Vacance pour ceux étant en critère district.				
M	22							Tapis 2008 14h30/16h30		
M	23	U16								
J	24			U16						
V	25	U16		Sport co U12/U14						
S	26									
D	27									
L	28									
M	29	Vacance pour ceux qui ne sont pas en critère district.						Stage Physique 2004 à 2007		
M	30									
J	31									

		Novembre							
		Matin		Après-Midi				Stage	
		9H00/12H00		14H/17H		14H/15H30	15H30/17H00		
V	1								
S	2								
D	3								
L	4								
M	5	SEA/CIE		Roller / renfo	Roller / Renfo				
M	6	Marche	Marche	Marche	Marche	vitesse	sport co	Stage ski	
J	7	SEA		Marche	Marche			2004, 2005 et	
V	8	CIE		SEA				2006 GB	
S	9	Roller / Muscu	Roller / Muscu	Roller / renfo	Roller / Renfo			Tapis 2007	14h30 / 16h30
D	10								
L	11								
M	12	SEA/CIE							
M	13								
J	14	SEA			U16			Stage ski 2008	
V	15	CIE		SEA				Tignes ? A	définir
S	16		U16						
D	17								
L	18								
M	19	SEA/CIE						Stage district	
M	20					2008/2007 14h/15h30		2004, 2005,	
J	21	SEA			U16			2006, 2007	
V	22	CIE		SEA					
S	23		U16			2008/2007 14h/17h			
D	24								
L	25								
M	26	SEA/CIE							
M	27								Comité 2004
J	28	SEA			U16				
V	29	CIE		SEA					
S	30		U16						

		Décembre					
		Matin		Après-Midi		Stage	
		9H00/12H00		14H/17H		14H/15H30	15H30/17H00
D	1						
L	2						
M	3	SEA/CIE					
M	4						
J	5	SEA					
V	6	CIE		SEA			
S	7		U16				
D	8						
L	9						
M	10	SEA/CIE					
M	11						
J	12	SEA					
V	13	CIE		SEA			
S	14		U16				
D	15						
L	16						
M	17	SEA/CIE					
M	18						
J	19	SEA					
V	20	CIE		SEA			
S	21		U16				
D	22						
L	23						
M	24						
M	25						
J	26						
V	27						
S	28						
D	29						

Groupe CIE		
4ème	Mélody, Guillaume, Ivan	3
3ème	Paul, Jean, Emile, Marie, Sacha	3

Groupe SEA		
2nd	Adèle, Fanny, Myrtille	4

## Groupe District

U13	Zoé, Léna, Lily, Romane, Clovis, Tom, Mattéo
U14	Mélody, Guillaume, Ivan
U15	Sacha, Jean, Marie, Émile, Paul
U16	Fanny, Myrtille, Adèle

## Dates Stages automne 2019

Stage	Dates départ	Dates retour	Lieu	Discipline	Coureurs concernés	Coachs
District	22/09/2019	27/09/2019	Stelvio	Ski	2006/2007	District
Comité	24/09/2019	28/09/2019	Amnéville	Ski	Adèle, Fanny, Myrtille	Clem
District	30/09/2019	04/10/2019	Amnéville	ski	2004/2005 sauf Adèle, Fanny, Myrtille	District
District	10/10/2019	15/10/2019	Stelvio	Ski	2006/2007	Léo
District	15/10/2019	18/10/2019	Tignes	Ski	2004/2005	Clem
District	28/10/2019	30/10/2019	Annecy	Physique	2004, 2005, 2006, 2007	Léo et Clem
District	05/11/2019	08/11/2019	Tignes	Ski	2004/2005/2006	Clem
Club	13/11/2019	16/11/2019	Tignes	Ski	2008	Léo
District	17/11/2019	23/11/2019	Stubai	Ski	2004, 2005, 2006, 2007, Sauf Adèle, Fanny, Myrtille	Salomon et Clem
Comité	25/11/2019	29/11/2019	A déterminer	Ski	2004 Adèle, Fanny, Myrtille	Charly Genand