

Programme Section Sportives Scolaire - saison 2020-21

3ème et 4ème - Hiver (référents: Willy)

Date	N°	lieu	Thème	Grp	Entr.
Mard 5 Jan	28	Bois Barbu	Ski Classique Dt longue	G1 G2 G3	Willy Céline JL
Vend 8 Jan	29	Allières	Ski Skate Technique et RM jambe en Pas Combi (4x5')	G1 G2 G3	Flo Yo Nico
Dim 10 Jan					
Mard 12 Jan	30	Meaudre	Ski Classique Technique et RM bras (4x5')	G1 G2 G3	JL Nico Yo
Vend 15 Jan	31	Gève	Ski Skate Ski orientation relais (intensité)	G1 G2 G3	Céline Flo Willy
Dim 17 Jan					
Mard 19 Jan	32	Bois Barbu	Ski Skate DT longue - La Royale	G1 G2 G3	Nico Willy Céline
Vend 22 Jan	33	Corrençon	Ski Classique technique et Team Sprint (Intensité)	G1 G2 G3	Yo JL Nico
Dim 24 Jan					
Mard 26 Jan	34	Meaudre	Ski Skate Technique pas de montée et RM jambe en Pas Combi (4x7')	G1 G2 G3	JL Yo Flo
Vend 29 Jan	35	Corrençon	Ski Classique Ski orientation relais (intensité)	G1 G2 G3	Willy Céline Nico
Dim 31 Jan					
Mard 2 Fev	36	Autrans	Ski Classique Technique et RM bras (4x7')	G1 G2 G3	Céline JL Willy
Vend 5 Fev	37	Méaudre	Ski Alpin	G1 G2 G3	Flo Nico Yo
VACANCES Sam 06 Fev au Dimanche 21 Fev					
Dim 7 Fev					
Mard 23 Fev	38	Bois Barbu	Ski Classique Technique - pas tournants	G1 G2 G3	JL Willy Céline
Vend 26 Fev	39	Autrans Meaudre	Ski Skate Dt et technique (1tps et pas combi) AR Méaudre-Autrans	G1 G2 G3	Nico Yo Flo
Dim 28 Fev					
Mard 2 Mar	40	Allières	Ski Skate Technique Pas de montée	G1 G2 G3	Yo JL Nico
Vend 5 Mar	41	Autrans	Ski Classique Technique et RM bras (4x7')	G1 G2 G3	Willy Flo Céline
Dim 7 Mar					
Mard 9 Mar	42	Corrençon	Ski Skate Technique et Team Sprint (Intensité)	G1 G2 G3	Céline Nico Willy
Vend 12 Mar	43	Bois Barbu	Ski Classique Technique - pas de montée	G1 G2 G3	Yo Nico JL
Dim 14 Mar					
Mard 16 Mar	44	Autrans	Ski Classique Technique - Intervalles aérobie	G1 G2 G3	Flo JL Yo
Vend 19 Mar	45	Meaudre Narces	Ski Skate DT vitesse longue	G1 G2 G3	Nico Willy Céline
Dim 21 Mar					
Mard 23 Mar	46	Autrans Gève	Ski Rando Ecaille	G1 G2 G3	Willy Céline JL
Vend 26 Mar	47	La Molière	Ski Skate Dt - descente	G1 G2 G3	Yo Flo Nico
Dim 28 Mar					
Mard 30 Mar	48	Gève	Ski Skate Dt indiv - relais Horloge	G1 G2 G3	JL Yo Flo
Vend 2 Avr	49	La Sure	Ski Alpin ou Ski Rando Ecaille	G1 G2 G3	Céline Nico Willy
Dim 4 Avr					
Mard 6 Avr	50	Gève	Ski Orientation - skis écailles	G1 G2 G3	Nico Willy Céline
Vend 9 Avr	51	Côte 2000	Ski Rando Ecaille	G1 G2 G3	Flo JL Yo
Dim 12 Avr					
COUPURE SSS Sam 10 Avril au Dimanche 09 Mai					

3è Groupes		
G1	G2	G3
1	Timéo B	Thaïs G
2	Quentin C	Adélie L
3	Hugo S	Capucine MB
4	Arthur V	Louna V
5	Louis L	Mathilde A
6	Jules B	Flore D
7		Fantine C
8		Lina P
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		