

Programme Section Sportives Scolaire - saison 2024-25

6ème - Mai - Juin (réfèrent: Benjamin)

	lieu	Thème	Grp	Entr.
Récup	jeudi 8 mai 2025	Férié	G2	
			G3	
Dim				
Reprise	jeudi 15 mai 2025	Course à pied / marche protocole kiné DT base athlé / sport co	G1 G2 G3	
Dim				
Récup	jeudi 22 mai 2025	Marche Bâtons pic saint michel	G1 G2 G3	
Dim				
Volume	jeudi 29 mai 2025	Férié	G1 G2 G3	
Dim				
Rythme	jeudi 5 juin 2025	Run & bike 1 vtt pour deux	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	jeudi 12 juin 2025	Course Orientation	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	jeudi 19 juin 2025	Sport Co Goûter fin d'année	G1 G2 G3	
		ARRET SSS samedi 21 juin		

5ème - Mai - Juin (réfèrent: Angeline)

	lieu	Thème	Grp	Entr.
Récup	jeudi 8 mai 2025	Férié	G2	
			G3	
Dim				
Reprise	jeudi 15 mai 2025	reprise cap/marche	G1 G2 G3	
Dim				
Récup	jeudi 22 mai 2025	marche batons pic st michel	G1 G2 G3	
Dim				
Volume	jeudi 29 mai 2025	Férié	G1 G2 G3	
Dim				
Rythme	jeudi 5 juin 2025	Run and bike 1 velo pour 2	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	jeudi 12 juin 2025	cap/ parcours training	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	jeudi 19 juin 2025	SPORTS CO gouter fin d'année	G1 G2 G3	
		ARRET SSS samedi 21 juin		

3ème et 4ème - Mai - Juin (réfèrents: Nicolas et Robin)

	lieu	Thème	Grp	Entr.
Récup	mardi 6 mai 2025	Villard Footing - Bases athlé - renfo	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	mardi 13 mai 2025	Villard Vélo route Si pas possible = CP 3ème G1 & G2 = PSC1	G1 G2 G3	
Dim				
Récup	mardi 20 mai 2025	Villard CP + Ateliers Bases athlé + Renfo + Sports-co 3ème G3 = PSC1	G1 G2 G3	
Dim				
Volume	mardi 27 mai 2025	Villard Rando-course Pas de la Ferrière / Martel 3ème G3 = PSC1	G1 G2 G3	
Dim				
Rythme	mardi 3 juin 2025	Villard Vélo route Si pas possible = CP + Gainage	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	mardi 10 juin 2025	A voir Traversée Trail A voir - Mollère ou Gobert	G1 G2 G3	
Dim				
Reprise	mardi 17 juin 2025	Autrans Tournoi Sports-Co Goûter de fin d'année	G1 G2 G3	
		ARRET SSS samedi 21 juin		

Lycéens - Mai - Juin (réfèrent:Florence)

Date	lieu	Thème	Grp	Entr.
lundi 5 mai 2025		course à pied 45'+ base athlé+gainage Yoga François 1/2 groupe=1h30	G1 G2 G3 G4	
jeudi 8 mai 2025		Férié	G1 G2	
Dim				
Volume	lundi 12 mai 2025	course à pied+Gainage+sport co Yoga Laurie anne 1/2 groupe=1h30	G1 G2 G3 G4	
Rythme	jeudi 15 mai 2025	Vélo de route/course à pied 2 choix	G1 G2	
Dim				
Reprise	lundi 19 mai 2025	Vélo de route/MB 2 choix Groupe 1 PSC1	G1 G2 G3 G4	
Reprise	jeudi 22 mai 2025	course à pied	G1 G2	
Dim				
Volume	lundi 26 mai 2025	Marche Bâtons sortie longue Groupe 1 PSC1	G1 G2 G3 G4	
Rythme	jeudi 29 mai 2025	Férié	G1 G2	
Dim				
Reprise	lundi 2 juin 2025	vélo de route/course à pied + gainage+ equilibration 2 choix Groupe 2 PSC1	G1 G2 G3 G4	
Reprise	jeudi 5 juin 2025	course à pied traversée lycée/allières	G1 G2	
Dim				
Volume	lundi 9 juin 2025	Férié	G1 G2 G3 G4	
Rythme	jeudi 12 juin 2025	course à pied + vitesse	G1 G2	
Dim				
Volume	lundi 16 juin 2025	Tournoi de sport co Goûter Groupe 2 PSC1	G1 G2 G3 G4	
Rythme	jeudi 19 juin 2025	course à pied+sport co	G1 G2	
		ARRET SSS samedi 21 juin		

Bois Bar	Ski Roues Class	G1	Willy
	Ski Roues Skate		
Autrans	Course à Pied	G2	JL
	Marche Bâtons	G3	Nico
Méaudre	VTT	G4	Flo
	Vélo Route	G5	Robin
	Course Orientation		Céline
	Ski classique		
Gève	Ski Skate		
La Sure	Ski Rando Ecaille		
	Ski Alpin		
Allières	DT 40'		
	Technique		
Côte 2000	Vidéo		
	Poussée		
	Endurance		
	Team sprint		
	Vitesse		
	Sport Co		