

		Programme Hiver (Peut être modifié selon les conditions...)								LIEUX		Besoin MF ou PARENT	Besoin MF
		U7	U9	U11	U13	U15		U17 et +		fond	Biathlon	fond	Biathlon
						Fond	Biathlon	Fond	Biathlon				
mercredi 7 janvier 2026	AM	classic écaille technique/équilibre/ descente sous forme de jeux(10h-12h)	classic écaille technique/équilibre/ descente sous forme de jeux(10h-12h)	skate biathlon (10h-12h)						BB			
	PM				skate biathlon (14h-16h15)	classique (train séparé) (14h-16h15)	Biathlon	classique (train séparé) (14h-16h15)	Biathlon Dt Long	BB			
samedi 10 janvier 2026	AM		Skate initiation (9h30-12h)	skate vitesse (9h30-12h)	skate vitesse (9h30-12h)	skate vitesse (9h30-12h)		skate vitesse (9h30-12h)	Biathlon veille de course	Correncon		2	
	PM												
dimanche 11 janvier 2026				Coupe du dauphiné Biathlon VSF			Coupe du dauphiné Biathlon VSF		Coupe du dauphiné Biathlon VSF				
mercredi 14 janvier 2026	AM	Ski écaille jeux de parcours chausser déchausser (10h-12h)	Ski écaille jeux de parcours chausser déchausser (10h-12h)	Skate Dt (technique) (10h-12h)						Correncon			
	PM				Skate Dt (technique transfert) (14h-16h15)	Skate Dt (technique transfert) (14h-16h15)		Skate Dt (technique transfert) (14h-16h15)	Biathlon	Correncon		1	
samedi 17 janvier 2026	AM		Ski écaille ou à fart (9h30-11h30)	classique vitesse (9h30-11h30)	classique vitesse (9h30-11h30)	classique vitesse (9h30-11h30)	Biathlon vitesse	classique vitesse (9h30-11h30)	SNT Méribel	BB		1	
	PM												
dimanche 18 janvier 2026				Coupe du Dauphiné indiv CL Villard									
mercredi 21 janvier 2026	AM	Ski écaille balade (10h-12h)	Ski écaille balade (10h-12h)	Classique (technique sans baton) (10h-12h)						BB			
	PM				Classique Dt Longue (14h-16h30)	Classique Dt Longue (14h-16h30)		Classique Dt Longue (14h-16h30)	biathlon intense	BB			
samedi 24 janvier 2026	AM		Ski Skate technique et jeux (9h30-12h)	skate technique + relais (9h30-12h)	Skate (1 temps) 6x30/30 + 6x1/1 (9h30-12h)	Skate (1 temps) 6x30/30 + 6x1/1 (9h30-12h)		Skate (1 temps) 6x30/30 + 6x1/1 (9h30-12h)	SNT Les Contamines	Correncon		1	
	PM						Biathlon						
dimanche 25 janvier 2026													
mercredi 28 janvier 2026	AM	Ski écaille technique/jeux et/ou balade (9h30-12h)	Ski écaille technique/jeux et/ou balade (9h30-12h)	Classique technique sans baton (10h-12h)						BB			
	PM				Classique Train séparé (faux plat) (14h-16h15)	Classique Train séparé (faux plat) (14h-16h15)		Classique Train séparé (faux plat) (14h-16h15)	biathlon intense	BB		1	
samedi 31 janvier 2026	AM		Skate et jeux (9h30-11h30)	Skate vitesse jeux (9h30-11h30)	Skate vitesse (9h30-11h30)	Skate vitesse (9h30-11h30)	Biathlon Aura	SNT Méribel ou Coupe du Dauphiné indiv CL Guc (dimanche)	Biathlon Aura Villard	Correncon			
	PM												
dimanche 1 février 2026					Coupe du Dauphiné indiv CL Guc								
mercredi 4 février 2026	AM	Ski écaille technique et jeux (9h30-12h)	Ski écaille technique et jeux (9h30-12h)	skate (technique descente) (9h30-12h)						BB			
	PM				Skate (6x30/30 + 3x1/1) (14h-16h15)	Skate (6x30/30 + 3x1/1) (14h-15h30)		Skate (8x30/30 + 8x1/1) (14h-16h15)		BB			
samedi 7 février 2026	AM			Pas d'entrainement	Pas d'entrainement	France Fond Col de Porte		Pas d'entrainement	SNT Autrans				
	PM												
dimanche 8 février 2026													