

STAGE DE Toussaint 2025

		U11	U13	U15 Fond	U15 Biathlon	U17 et + Fond	U17 et + Biathlon	Lieu	MF dispo
Lundi 27	AM	Ski roue Skate (10h-12h)	Ski roue Skate (10h-12h)	muscu U15-2 (Paul)(10h-11h) Puis Cap en autonomie (11h-12h)		Cap en autonomie (10h-11h) muscu(Paul)(11h-12h)		Corrençon U11-U13 BB U15 et +	
	PM			Ski roue classique intense (4x5' recup egal) (14h-16h15)		Ski roue classique intense (5x5' recup egal)(14h-16h15)	ski roue classique/tir (14h-16h15)	Corrençon	
Mardi 28	AM			Cap longue (Darbenouse) (9h-12h)		Cap longue (Darbenouse) (9h-12h)		Corrençon	
	PM	Cap biathlon (13h30-16h)	Cap biathlon (13h30-16h)		Biathlon (15h30-17h30)		ski roue skate/technique (15h30-17h30)	Corrençon	
Mercredi 29	AM			ski roue skate longue villard/vassieux (pique nique le midi) (9h-12h)		ski roue skate longue villard/vassieux (pique nique le midi) (9h-12h)		Colline des Bains	
	PM			Course a pied retour villard vers 17h30	Biathlon retour villard vers 17h30	Course a pied retour villard vers 17h30	biathlon retour villard vers 17h30	Vassieux	
Jeudi30	AM	Ski roue classique (10h-12h)	Ski roue classique (10h-12h)				biathlon	Corrençon	
	PM			ski roue classique muscu u15-2/gaignage U15-1 (10h-12h)		ski roue classique/muscu (10h-12h)		BB	
Vendredi 31	AM			ski roue skate chrono (Alliere) (10h)		Ski roue skate chrono (Alliere) (10h)		Lans	
	PM	cap jeux (14h-16h15)	cap jeux (14h-16h15)	course a pied récup ou vélo recup(autonomie)		course a pied récup ou vélo recup(autonomie)		BB	

Le programme pourra changer en fonction des conditions (infos sur les groupes Watsapp) ...