

JUIN		JUILLET		AOÛT			
Lun	1	Mer	1	9	Sam	1	
Mar	2	Jeu	2		Dim	2	
Mer	3	Ven	3	10	Lun	3	
Jeu	4	Sam	4		Mar	4	
Ven	5	Dim	5	depart	Mer	5	
Sam	6	Lun	6	1	Jeu	6	
Dim	7	Mar	7	2	Ven	7	
Lun	8	Mer	8	3	Sam	8	
Mar	9	Jeu	9	4	Dim	9	
Mer	10	Ven	10	5 retour	Lun	10	
Jeu	11	Sam	11		Mar	11	
Ven	12	Dim	12		Mer	12	
Sam	13	Lun	13		Jeu	13	
Dim	14	Mar	14		Ven	14	
Lun	15	Mer	15		Sam	15	
Mar	16	Jeu	16		Dim	16	
Mer	17	Ven	17		Lun	17	11
Jeu	18	Sam	18		Mar	18	12
Ven	19	Dim	19		Mer	19	
Sam	20	Lun	20		Jeu	20	depart
Dim	21	Mar	21		Ven	21	6
Lun	22	Mer	22		Sam	22	7
Mar	23	Jeu	23		Dim	23	8
Mer	24	Ven	24		Lun	24	9
Jeu	25	Sam	25		Mar	25	10 retour
Ven	26	Dim	26		Mer	26	
Sam	27	Lun	27		Jeu	27	
Dim	28	Mar	28		Ven	28	
Lun	29	Mer	29		Sam	29	
Mar	30	Jeu	30		Dim	30	
		Ven	31		Lun	31	

EN JAUNE LES ENTRAINEMENTS PHYSIQUES

EN VERT LES STAGES DE SKI A AMNEVILLE

CELA CONCERNE TOUS LES BENJAMINS
PAS DE SELECTIONS..

Mimi, Zoe, Justine, Coleen, Marie-neige, Claire, Olivier, Nelson
Sophie, Estelle, Zoe, Diane, Victor, Germain, Alexandre.

Prevenez moi rapidement pour ceux qui ne veulent pas venir
aux stages de ski.

Si vous faites les stages de ski, vous devez faire l'entrainement
physique obligatoirement..

PAS DE PHYSIQUE = PAS DE SKI

Cout par jour a votre charge 60€ soit 600€ au total des stages

On fera 2 journees devarossages en plus avec les parents
je donne les dates des que je peux !

FLORIAN 06 84 17 81 32 / skiclubleshouches@yahoo.fr

ENTRAINEMENTS PHYSIQUES : avec Florian

Les mercredis apres-midi de 13h30 a 16h30 du local
Les samedis de 9h00 a 12h00 du local

On fera du VTT, de la marche, sports collectif etc..
Faites bien reviser votre VTT, il y aura au moins 6 seances !

STAGES DE SKI : avec florian et Ted.

On va a Amneville les 2 stages de 5 jours.

On part la veille vers 12h00.

Prevoir tout le matos de slalom uniquement, pas de geant.

Equipez vous en protections au maximum...

Prendre le duvet et le petit dejeuner, bols cuilleres etc..

Affaires de sport, ballon, etc..