

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT
SKI ALPIN

SC SIXT SAISON 2017



GROUPES SC SIXT 2017:

<p><u>G1+</u> <u>[ELITES/ESPOIRS U16</u> <u>1/U30+(02/avant 1998)]</u> <u>/G1</u> <u>(JEUNES) U12/U14 1(06/04): YVAN</u> -</p>	<p><u>G2 : SANDRA</u> <u>U10 (07/08)</u></p>	<p><u>G3 : SANDRA</u> <u>U10/U8 (07/10)</u></p>	<p><u>G4 : MONITEUR</u> <u>ESF SIXT:</u> <u>KATY</u> <u>PRE CLUB U8/U6</u> <u>(09/012)</u> <u>ET GROUPE SKI CLUB</u> <u>LOISIRS SC SIXT 2017</u> <u>U8/U18</u></p>
<p><u>G1+</u> <u>RUBAUD SYLVAIN U30+</u> <u>MARGERARD CELIA U21</u> <u>CHAPRON PIERRE ELIE U21</u> <u>PRADES-DEFFAYET TOM U18 2</u> <u>RICHARD PIERRE U18 2</u> <u>RIGHENZI JOSEPH U18 2</u> <u>OUVRIER-BUFFET ILONA U18 1</u> <u>DEFOSSE LUCIE U16 1</u> <u>CHAIGNEAU JP U16 1</u> <u>G1</u> <u>LHERIDAUD ADELIN U14 1</u> <u>VACHER MAËL U14 1</u> <u>COUDURIER ANGELE U12 2</u> <u>RIGHENZI ZOE U12 2</u> <u>HALDANE HOLLY U12 2</u> <u>HALDANE NICHOLAS U12 2</u> <u>BOUVET LEONIE U12 1</u> <u>JACQUIER LEANE U12 1</u> <u>LHERIDAUD SARAH U12 1</u> <u>MANGOT CECILE U12 1</u></p>	<p><u>G2</u> <u>BESOMBES QUENTIN</u> <u>U12 1 avec sandra pour le</u> <u>début de saison 2017</u> <u>BOUVET OLYMPE</u> <u>U10 2</u> <u>GAUDILLAT AGATHE</u> <u>U10 2</u> <u>DEFOSSE JEAN</u> <u>BAPTISTE U10 2</u> <u>ABOU-THOURAYA</u> <u>SARAH U10 1</u> <u>DEFFAYET JUSTINE</u> <u>U10 1</u> <u>REIGNIER-DEFFAYET</u> <u>PAUL U10 1</u> <u>GAUDILLAT</u> <u>LYSSANDRE U10 1</u> <u>AVANTHAY THAIS U10 1</u> <u>PRADES-DEFFAYET</u> <u>PAUL U10 1</u> <u>CHAIGNEAU PE U10 2</u></p>	<p><u>G3</u> <u>DEBEAUMARCHE</u> <u>CLEMENT U10 1</u> <u>KAPP NATHAN U10 2</u> <u>HALDANE GRACE U10 1</u> <u>HEMERY THOMAS U10 1</u> <u>DEFFAYET RAPHAEL</u> <u>U8 2</u> <u>SERRANO PAUL U8 2</u></p>	<p><u>G4</u> <u>PRE CLUB</u> <u>U8/U6(09/012)</u> <u>NIVEAU 3EME</u> <u>ETOILE:</u> <u>PAULINE</u> <u>ADELE</u> <u>EVE</u> <u>LOU</u> <u>LEA</u> <u>JEANNE</u> <u>JULIETTE</u> <u>MARIE NEIGE</u> <u>WILLIAM</u> <u>GROUPE SKI CLUB</u> <u>LOISIRS</u> <u>SC SIXT 2017</u> <u>U8/U18</u> <u>KATTY</u> <u>MARIE</u> <u>LOIC</u></p>

INFOS PLUS SC SIXT 2017 :

ATTENTION LE PROGRAMME PEUT ÊTRE MODIFIÉ A TOUT MOMENT PAR LES ENTRAINEURS EN FONCTION DES CONDITIONS METEO OU DES REPORTS DE COURSES !!!

ENCORE UNE BONNE ANNEE 2017 A TOUS, ET L' HIVER EST ENFIN LA !!!

LE COMITE ET LES ENTRAINEURS DU SC SIXT SAISON 2017 !!!

**ENFIN POUR LA COURSE U14/U16 SL DE CE WE SUR SIXT NOUS FOURNISSONS
ENCORE UNE FOIS LA PISTE MAIS C EST LE SC MORILLON QUI ORGANISE ET
QUI CHRONOMETRE MAIS VOUS POUVEZ VENIR ENCOURAGER NOS PETITS U14
ET U16...**

			<u>G4 :</u> <u>KATY :</u> <u>06 78 61 07 68</u>
<u>G1+/G1: YVAN :</u> <u>06 84 08 54 28</u>	<u>G2 : SANDRA :</u> <u>07 86 58 18 13</u>	<u>G3 : SANDRA :</u> <u>07 86 58 18 13</u>	<u>GROUPE SKI CLUB</u> <u>LOISIRS</u> <u>SC SIXT 2017</u> <u>KATY :</u> <u>06 78 61 07 68</u>

ME
25/
01/
2017

**6EME 5 EME 4 EME 3 EME
COLLEGE BOSCO
LIBEREES EN MATINEE**

**ENT. SL OU GS SIXT
STADE DE BALME**

**AVEC SC SAMOENS OU
TANINGES**

9H/12H=3H

**SKIS : SL ET GS SC SIXT
2017**

G2/G3 AVEC SANDRA

**HORAIRES :
12H/14H30=2H30
MAIS POSSIBILITE DE
RESTER JUSQU'A 16H30
AVEC G1+/G1 ET YVAN**

**LIEUX : SIXT RDV BAS
FEULATIERE 12H**

**DISCIPLINES :
GS/EDUCATIFS GS STADE
DE BALME**

**SKIS :
SKIS GS PERSOS POUR
G2/G3**

G2/G3 AVEC SANDRA

**HORAIRES :
12H/14H30=2H30
MAIS POSSIBILITE DE
RESTER JUSQU'A 16H30
AVEC G1+/G1 ET YVAN**

**LIEUX : SIXT RDV BAS
FEULATIERE 12H**

**DISCIPLINES :
GS/EDUCATIFS GS STADE
DE BALME**

**SKIS :
SKIS GS PERSOS POUR
G2/G3**

**G4/GROUPE SC LOISIRS SC
SIXT 2017 REPOS OU SKI
LIBRE SIXT**

**APRES MIDI G1+/G1 AVEC
YVAN**

**HORAIRES :
13H30/16H30=3H**

**LIEUX : SIXT RDV STADE
DE BALME 13H30 AVEC
SANDRA
(DEBUT DE SEANCE AVEC
SANDRA 13H30/14H30=1H /
PUIS SEANCE AVEC YVAN
DE 14H30 A 16H30=2H)**

**DISCIPLINES :
GS/EDUCATIFS GS
STADE BALME**

**SKIS : SKIS DE GS PERSOS
2017 CHEZ FREDE**

SA 28/ 01/ 2017	<p>CIRCUIT DE BRONZE U14/U16 H/D</p> <p>GS LES BRASSES 2M</p> <p>DEPART AVEC JEAN PIERRE SC SIXT 7H15 ET ENSUITE AVEC LE SC SAMOENS 7H45 SC SAMOENS</p> <p>AU RETOUR ENT. SL STADE DE BALME SIXT POSSIBLE AVEC YVAN 14H30/16H30=2H</p> <p>SKIS DE SL DANS MINI BUS COMMUNE SIXT OU CONTRE L ESF</p>			<p>G4 APRES MIDI AVEC KATY</p> <p>HORAIRE : 12H30/14H30=2H</p> <p>LIEUX : SIXT RDV BAS FEULATIERE 12H30</p> <p>DISCIPLINES : SKL SKT GS / STNTT</p> <p>SKIS : GS PERSOS 2017</p>
	<p>RESTE G1+/G1=U12/U18+ AVEC YVAN</p> <p>HORAIRE : 9H/16H30=7H30</p> <p>LIEUX : SIXT RDV STADE DE BALME 9H</p> <p>DISCIPLINES :</p> <p>MATIN 9H/12H30=3H30 GS STADE DE BALME</p> <p>/ APRES MIDI 13H30/16H30=3H SL STADE DE BALME U18+ / SL SALVAGNY U12</p> <p>SKIS : SL ET GS SC SIXT 2017 POUR RESTE G1+/G1=U12/U18+ A RECUPERER DANS LE MINI BUS COMMUNE SIXT OU CONTRE L ESF</p>	<p>G2 APRES MIDI AVEC SANDRA</p> <p>HORAIRE : 12H30/14H30=2H</p> <p>LIEUX : SIXT RDV BAS FEULATIERE 12H30</p> <p>DISCIPLINES : GS STADE DE BALME</p> <p>SKIS : GS PERSOS 2017</p>	<p>G2/G3 FIN APRES MIDI AVEC SANDRA</p> <p>HORAIRE : 14H30/16H30=2H</p> <p>LIEUX : SIXT RDV BAS FEULATIERE 14H30</p> <p>DISCIPLINES : GS STADE DE BALME</p> <p>SKIS : GS PERSOS 2017</p>	<p>GROUPE SC LOISIRS SC SIXT 2017 APRES MIDI AVEC KATY</p> <p>HORAIRE : 14H30/16H30=2H</p> <p>LIEUX : SIXT RDV BAS FEULATIERE 14H30</p> <p>DISCIPLINES : SKL SKT GS / STNTT</p> <p>SKIS : GS PERSOS 2017</p>

DIM
29/
01/
2017

**CIRCUIT DE BRONZE
U14/U16 H/D**

**SL SIXT 2M
STADE DE BALME**

**RDV STADE DE BALME 9H
AVEC SC MORILLON OU
SAMOENS POUR
RECONNAISSANCE ET
COURSE**

**SKIS DE COURSES SL SC
SIXT 2017 A RECUPERER
CONTRE L ESF**

**COUPE DE BRONZE U12
H/D**

GS 2M LES CARROZ

**DEPART SC SIXT AVEC
YVAN 8H**

**U18/U30 G1+
GRANDS PRIX (GP) MB SL
OU GS POSSIBLE LES WE**

**REGARDER SUR SKI74.FR
LES COURSES PREVUS
SUR LE WE
REFERENT GP JO**

**ET POUR L INSCRIPTION
VOIR AVEC LAURENT
MANGOT
06 75 66 79 28 OU SUR
laurent-mangot@wanadoo.fr**

**G1+/G1 FIN D APRES MIDI
14H30/16H30=2H**

**ENT. SL STADE BALME ET
PISTE SALVAGNY AVEC
YVAN**

**SKIS DE SL SC SIXT 2017 A
RECUPERER
DANS LE MINI BUS
COMMUNE SIXT OU
CONTRE L ESF**

**G2/G3 REPOS OU SKI
LIBRE SIXT**

**G2/G3 REPOS OU SKI
LIBRE SIXT**

**G4/GROUPE SC LOISIRS SC
SIXT 2017 REPOS OU SKI
LIBRE SIXT**

INFOS PLUS SC SIXT 2017 :

ENTRAINEMENTS COLLEGE SAMOENS JANVIER 4 2017 :

MARDI 6 EME 14H 16H (2h) SAMOENS SAVOIR SKIER **SKL SKT GS / SKIS DE GS**

JEUDI 5 EME 14H 16H (2h) SAMOENS SAVOIR SKIER **SKL SKT GS / SKIS DE GS**

**ENTRAINEMENTS COLLEGES TANINGES (TNG) / BOSCO CLUSES SECTIONS SPORTIVES SKI
ALPIN JANVIER 4 2017**

MARDI MATIN 9H/12H (3h) TNG 6 EME 5 EME MARDI AM 13H/16H (3h) TNG/BOSCO 4 EME 3 EME **GS LES CARROZ U16 /
SKIS DE GS**

JEUDI AM 13H 16H (3h) TNG/BOSCO 6 EME 5 EME **GS LES CARROZ U14 / SKIS DE GS**

VENDREDI AM 13H 16H (3h) COLLEGE TNG/BOSCO 6 EME/5 EME/ 4 EME/ 3 EME **LIBEREES POUR LES SKIS CLUBS DU
DISTRICT A/G (ARVE / GIFFRE)**

SL OU GS SIXT/ SKIS DE SL OU GS