

# **Programme d'entraînement SKI ALPIN SC SIXT SAISON 2019**

## **NOËL 2018 S2**



<b>GROUPE FORMATION</b> - <b>G1+</b> <b>U14 U16</b> - <b>YVAN</b> <b>06 84 08 54 28</b>	<b>G1</b> <b>U12</b> - <b>YVAN</b>	<b>G2</b> <b>U10</b> - <b>KATIE</b> <b>06 78 61 07 68</b>	<b>G3</b> <b>U8 ET -</b> - <b>PRECLUB</b> -
<b><u>GROUPE FORMATION</u></b>	<b><u>G1</u></b>	<b><u>G2</u></b>	<b><u>G3</u></b>
Righenzi Joseph U19 Chatel Laley Sarah U18  <b><u>G1+</u></b>  Lheridaud Adeline U16/1 Donadio Martin U16/1 Brechet Maxence U14/2 Coudurier Angèle U14/2 Haldane Holly U14/2 Haldane Nicholas U14/2 Righenzi Zoé U14/2 Bouvet Léonie U14/1 Jacquier Léane U14/1 Lheridaud Sarah U14/1	Tillot Mathis U14/2 Bouvet Olympe U12/2 Chaigneau Paul Emile U12/2 Defosse Jean Baptiste U12/2 Abou Thouraya Sarah U12/1 Avanthay Thaïs U12/1 Deffayet Justine U12/1 Haldane Grace U12/1 Hemery Thomas U12/1 Lambert Nicolas U12/1 Prades Paul U12/1 Regnier-Deffayet Paul U12/1	Desgranges Elise U12/2 Duberos Ethan U12/2 Tillot Melyne U12/1 Frenay Arthur Deffayet Raphael U10/2 Frenay Emile U10/2 Nicollet Marie-Neige U10/2 Serrano Paul U10/2 Bellamy Lou U10/1 Besombes Pauline U10/1 Hemery Léa U10/1 Mangot Adèle U10/1 Bouvet Jeanne U8/2 Serrano Juliette U8/2	Desgranges Mathieu U10/2 Rubeaud Lucas U8/2 Maire Augustin U8/2 Chaigneau Hannah-Rose U8/1 Chatel Laley Adrien U8/1 Deffayet Candice U8/1 Frenay Emma U8/1 Haldane Alice U8/1 Ouvrier-Bufferet Noé U8/1

Message des coachs :

	<b>GROUPE FORMATION</b> - <b>G1+</b> <b>U14 U16</b> - <b>YVAN</b>	<b>G1 U12</b> - <b>YVAN</b>	<b>G2 U10</b> - <b>KATIE</b>  -	<b>G3 U8 ET - - PRECLUB</b>  -
Lundi 31 Décembre 2018	<b>Horaires :</b> 9h-12h  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h  <b>Discipline :</b> GS ou SL  <b>Ski :</b> Entraînement GS ou SL du CLUB	<b>Horaires :</b> 9h-12h  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h  <b>Discipline :</b> GS ou SL  <b>Ski :</b> Entraînement GS ou SL du CLUB	<b>SKI Libre</b>	<b>Horaires :</b> 13h30-15h30  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> RDV Bas Feulatière
<b>Mardi 1 Janvier 2019</b>	<b>SKI Libre</b> <b>Bonne année</b>			
Mercredi 2 Janvier 2019	<b>Horaires :</b> 9h-12h  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h  <b>Discipline :</b> SL  <b>Ski :</b> SL du Club	<b>Horaires :</b> 9h-12h  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h  <b>Discipline :</b> SL  <b>Ski :</b> SL du Club	<b>Horaires :</b> 13h30-15h30  <b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> RDV Bas Feulatière	<b>SKI Libre</b>
	<b>Horaires :</b>	<b>Horaires :</b>		<b>Horaires :</b>

<p>Jeudi 3 Janvier 2019</p>	<p>9h-12h</p> <p><b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h</p> <p><b>Discipline :</b> SL</p> <p><b>Ski :</b> SL du Club</p>	<p>9h-12h</p> <p><b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h</p> <p><b>Discipline :</b> SL</p> <p><b>Ski :</b> SL du Club</p>	<p><b>SKI Libre</b></p>	<p>13h30-15h30</p> <p><b>Lieu :</b> Sixt RDV Bas Feulatière</p>
<p>Vendredi 4 Janvier 2019</p>	<p><b>Horaires :</b> 9h-12h</p> <p><b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h</p> <p><b>Discipline :</b> SL</p> <p><b>Ski :</b> SL du Club</p>	<p><b>Horaires :</b> 9h-12h</p> <p><b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 9h</p> <p><b>Discipline :</b> SL</p> <p><b>Ski :</b> SL du Club</p>	<p><b>Horaires :</b> 13h30-15h30</p> <p><b>Lieu :</b> Sixt RDV Bas Feulatière</p>	<p><b>SKI Libre</b></p>
<p>Samedi 5 Janvier 2019</p>	<p><b>Coupe de Bronze Flaine U16 H/D</b> <b>Qualif coupe d'argents U16 :</b></p> <p>SL FLAINE</p> <p>départ SC SIXT à fixer</p>		<p><b>SKI Libre</b></p>	<p><b>Horaires :</b> 13h30-15h30</p> <p><b>Lieu :</b> Sixt RDV Bas Feulatière</p>
<p><b>Horaires :</b> Entraînement après-midi pour FORMATION/G1+ ET G1 14h30-16h30</p> <p><b>Lieu :</b> <b>Sixt</b> Stade Balme/Salvagny RDV 14h30</p> <p><b>Discipline :</b></p>				

	<p>SL</p> <p><b>Ski :</b> SL du CLUB</p>		
<p>Dimanche 6 Janvier 2019</p>	<p><b>Coupe de Bronze Morillon U16 H/D Qualif coupe d'argents U16 :</b></p> <p>GS MORILLON</p> <p>départ SC SIXT à fixer</p>	<p><b>Horaires :</b> 13h30-15h30</p> <p><b>Lieu :</b> Sixt RDV Bas Feulatière</p>	<p><b>SKI Libre</b></p>