

Programme d'entrainement de Janvier

Janvier	Entraînements aux Menuires		Thème	entraîneur
	Matin 9h30-12h Rdv local du club	Après-Midi 13h30-16h30 RDV local du club		
Mercredi 4	Tous			Romain
Vendredi 6	grand	grand	SBX Puy St Vincent	Romain
Samedi 7	grand	grand	SBX Puy St Vincent	Romain
		Petits		David
Dimanche 8	grand	grand	SBX Puy St Vincent	Romain
	minimes	Tous		David
Mercredi 11	Tous			Romain
Samedi 14	minimes	minimes	SBX Reg Grd Bornand	David
Dimanche 15	grand	grand	SBX Isola 2000	Romain
	Petits	Petits		David
Lundi 16	grand	grand	SBX Isola 2000	Romain
Mardi 17	grand	grand	SBX Isola 2000	Romain
Mercredi 18	Tous			
Samedi 21	grand	grand	HP Les 2 Alpes	Romain
		Petits		David
Dimanche 22	grand	grand	HP Les 2 Alpes	Romain
	minimes	Tous		David
Lundi 23			SBS Les 2 Alpes	
Mercredi 25	Tous			
Samedi 28		Petits	Snowboard	
Dimanche 29	minimes	Tous	Snowboard	

Goupes:

Petits
minimes
grand
Tous

Lucas, David, Juliette, Titouan, Guillaume, Jeanne, Florian, Margaux
William, Lisa, Leo, Alexis, Enzo,
Robin, Jordan, Elisa, Sophie

Entraîneur Valthorens:

Michael Tel: 06.14.89.24.90

Entraîneur les Menuires

Romain Tel: 06.27.38.78.74

David Tel: 06.33.43.18.56

Ramassage:

**Pour les enfants de
Villarly jusqu'aux**