



Groupe Performance - planning saison 2018-2019

Novembre		Horaire		Décembre		Horaire		Janvier		Horaire		Février		Horaire		Mars		Horaire	
1				1	Entraînement Glacier/Autre	08h30 - 15h30		1				1				1	Entraînement		à définir
2				2				2	Entraînement		à définir	2	Entraînement/SL Les Paccots	09h00 - 12h00		2	Entraînement / SL ?		13h00 - 16h00
3	Entraînement Glacier		08h30 - 15h30	3				3	Entraînement		à définir	3	SL Les Paccots			3	GS les Mosses		
4				4				4	Entraînement		à définir	4				4			
5				5				5	Entraînement		13h00 - 16h00	5				5			
6				6				6	SL ?			6				6			
7				7				7				7				7			
8				8	Entraînement Glacier/Autre	08h30 - 15h30		8				8				8			
9				9				9				9	Entraînement/SL Les Pléiades	13h00 - 16h00		9	Entr. / SL Diablerets / GS?		09h00 - 12h00
10	Entraînement Glacier		08h30 - 15h30	10				10				10	SL Les Pléiades			10			
11				11				11				11				11			
12				12				12	Entraînement / GS Rougemont		09h00 - 12h00	12				12			
13				13				13	GS Rougemont			13				13			
14				14				14				14				14			
15				15	Entraînement Gryon		13h00 - 16h00	15				15				15			
16				16				16				16	Entraînement Gryon		13h00 - 16h00	16	Concours interne		
17	Entraînement Glacier/Autre		08h30 - 15h30	17				17				17	SG Les Mosses			17			
18				18				18				18				18			
19				19				19	Entraînement / GP Migros		09h00 - 12h00	19				19			
20				20				20				20				20			
21				21				21				21				21			
22				22	Entraînement		à définir	22				22				22			
23				23	Entraînement		à définir	23				23	Entr./GS Berra/GS Chât.-Dx		09h00 - 12h00	23	Entraînement/combi Leysin		09h00 - 12h00
24	Entraînement Glacier/Autre		08h30 - 15h30	24				24				24	GS Châteaux d'Oex			24	Combi Leysin		
25				25				25				25	Entraînement		à définir	25			
26				26	Entraînement		à définir	26	Entraînement		13h00 - 16h00	26	Entraînement		à définir	26			
27				27	Entraînement		à définir	27				27	Entraînement		à définir	27			
28				28	Entraînement		à définir	28				28	Entraînement		à définir	28			
29				29	Entraînement		à définir	29				29				29			
30				30	Entraînement		à définir	30				30				30	Entraînement		09h00 - 12h00
31				31	Entraînement		à définir	31				31				31			

Courses U11

Courses U12/U14/U16

Pour les jeunes qui participent aux courses, tous les entraînements auront lieu le matin.

Groupe pré-saison : 6 entraînements de 5h(+1h de pause)

Autres entraînements : 3h

9 février 2019 - Descente aux flambeaux des enfants

23 ou 30 mars 2019 - Course d'orientation

13 avril 2019 - Concours de Taveyenne

Pour plus d'infos : www.skiclubgryon.ch