

Stage de Toussaint 2017

U10 et U12 :

Le 27 avec Annick et Frank : au foyer début des activités à 10h fin à 17h,
Matin, Préparation Physique Générale, course à pied, jeux sportifs.
Après-midi, course d'orientation rallye-photo. Course à pied par équipes avec des lieux à prendre en photo pour valider la course.

Le 28 avec Maéva et Frank : au foyer début des activités à 10h fin à 17h,
Matin, P.P.G. , course à pied, jeux sportifs.
Après-midi, Bia-Trail.

Le 29 avec Maéva et Frank : au foyer début des activités à 10h fin à 17h,
Rando Revard avec pique-nique (sauf si mauvais temps retour le midi au foyer).

U14 et+ :

Le 27 avec Francis et Thibault matin : La Féclaz début des activités à 10h15 fin à 12h15,
Ski roue skate et renfo.

Le 27 après-midi : Fin des activités au foyer
P.P.G. Course d'orientation rallye-photo. Course à pied par équipes avec des lieux à prendre en photo pour valider la course.

Le 28 avec Francis et Thibault matin : La Féclaz début des activités à 10h15 fin à 12h15 ,
Ski roue classique distance.

Le 28 Après-midi : La Féclaz avec retour au foyer,
Ski roue skate Technique et renfo.

Le 29 avec Laurent et Thibault matin : Fromagerie de Trévignin à 9h40,
Ski roue classique montée Trévignin > Revard

Le 29 Après-midi : au Foyer,
P.P.G. Bia-Trail.

N'oubliez pas le goûter pour dimanche ! Gâteaux et boissons sont les biens venu.