

## PROGRAMME   FREESTYLE

<b>Date</b>	<b>Groupe</b>	<b>Horaire départ</b>	<b>Horaire arrivée</b>	<b>Types d'entraînement</b>	<b>Commentaires</b>
<i>Mercredi 7 Novembre.</i>	Tous	16h30 Abon.	18h15 Abon.	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Samedi 10 novembre.</i>	Tous	9h00 Bernex (fétuière)	15h00 Bernex	<b>montagne</b>	pic nic, sac a dos, chaussures de montagne, kway, eau
<i>Samedi 10 novembre.</i>	si mauvais temps	16h30 abondance	19h00 abondance	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Mercredi 14 Novembre.</i>	Tous	16h30 Abon.	18h15 Abon.	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Samedi 17 novembre.</i>	Formation juges Albertville				
<i>Samedi 17 novembre.</i>	Tous	9h00 Châtel (Linga)	15h00 Châtel (Linga)	<b>montagne</b>	pic nic, sac a dos, chaussures de montagne.
<i>Samedi 17 et dimanche 18 Nov.</i>				<b>Bourse aux Ski</b>	Maison des associations Evian
<i>Mercredi 14 Novembre.</i>	Tous	13h00 Abon.	15h00 Abon.	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Samedi 24 novembre.</i>	Tous	horaire à définir et lieu		<b>VTT</b>	prévoir pic nic, VTT
<i>Samedi 24 novembre.</i>	location Ski	15h00 local Linga	17h00 Local Linga		prévoir règlement et mm de chaussures location ski
<i>Samedi 24 novembre.</i>	si mauvais temps	16h30 abondance	19h00 abondance	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Mercredi 28 Novembre.</i>	Tous	13h00 Abon.	15h00 Abon.	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Samedi 1 décembre.</i>	Tous	horaire à définir et lieu		<b>VTT ou Montagne</b>	prévoir pic nic
<i>Samedi 1 décembre.</i>	si mauvais temps	16h30 abondance	19h00 abondance	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Mercredi 5 décembre.</i>	Tous	13h00 Abon.	15h00 Abon.	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance
<i>Samedi 8 décembre.</i>	Tous	16h30 abondance	19h00 abondance	<b>Trampoline</b>	Fin d'entraînement Abondance

Ce programme peut bien évidemment être modifié pour des raisons diverses, vous serez prévenu le plutôt possible.

**Yannick 06 86 43 15 60**  
**Sébastien 06 07 73 57 28**