

**Planning Entraînement samedi (correspondant session : Fabien HUMEAU 06.63.00.85.15)**



<b>DATE</b>	<b>LIEU</b>	<b>Contenu</b>	<b>Commentaire</b>
sam. 7 janv. 17	RDV stade/Escoublac	contenu proposé par Jean-Loïc	10h
sam. 14 janv. 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30 (repérage parcours cross tous âges)
sam. 21 janv. 17	Paimboeuf (be/mi/ca)	Prépa cross régional jeunes. Regroupement ACL (nécessite parents accompagnateurs)	Attention, en simultané Rgx triathlon à Mayenne (BE/Mi) + organisation Cross StAndré.
sam. 28 janv. 17	St-André (stade)	saut/lancer(BE/MI/CA & EA/PO) + sprint (EA/PO)	10h-11h30
sam. 4 févr. 17	St-André (stade)	saut/lancers/end. (ea/po/be) + Sortie « longue » (mi/ca)	10h-11h30 (possibilité triathlon EA/Po Indoor le même jour à la Soucoupe, orga ESCO Saint Nazaire)
sam. 11 févr. 17	Plage ou stade ESCO pornichet	PPG+ vitesse ou endurance	9h45 - VAC. SCOL.11/02-27/02 (tous âges)
sam. 18 févr. 17	PAS D'ENTRAINEMENT	veille galopades parc paysager et Indoor Regx Nantes	VAC. SCOL.11/02-27/02
sam. 25 févr. 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h – VAC. SCOL.11/02-27/02
sam. 4 mars 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe BE/MI endurance	10h-11h30 (simultanné cross EA/PO Savenay)
sam. 11 mars 17	St-André (stade)	endurance (prepa galopades Brière)	10h-11h30 (tous âges) attention en simultané : rencontre Indoor Poussins Nantes.
sam. 18 mars 17	PAS D'ENTRAINEMENT	cause galopades de briere	MI/CA en serre file ou/et retenue ?
sam. 25 mars 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30
sam. 1 avr. 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30
sam. 8 avr. 17	Beric (56)	mini trails (accompagnateurs voir challenge adultes)	13h à 14h (divers parcours de EA2008 à cadets)
sam. 15 avr. 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30
sam. 22 avr. 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30
sam. 29 avr. 17	PAS D'ENTRAINEMENT	sortie club	10h-11h30
sam. 6 mai 17	SAINT ANDRE DES EAUX	prepa epreuves stade+grpe endurance	10h-11h30 (tous âges)
sam. 13 mai 17	St-André (stade)	prepa epreuves stade	10h-11h30 (attention, dpx triathlon BE en simultané, et les MI le dimanche)
sam. 20 mai 17	PAS D'ENTRAINEMENT	WE Compétitions	10h-11h30
sam. 27 mai 17	StAndré /escoublac	contenu proposé par Jean-Loïc	10h-11h30
sam. 3 juin 17	St-André (stade)	prépa epreuves stade	10h-11h30 (tous âges)
sam. 10 juin 17	St-André (stade)	Prepa epreuves stade + groupe endurance	10h-11h30
sam. 17 juin 17	St-André (stade)	séance fin de saison	(tous âges) apéro payé par les lanternes rouges des classements challenge :)