

PLANNING - Minimes - JANVIER 2018

JOUR	LIEU	HEURE	ACTIVITE	ENTRAINEURS	INFORMATIONS
mercredi 10	Les Buissons	14h30 - 16h30	Route	André-Fred	reprise en douceur , travail Foncier 20 a 25 Km
samedi 13	Les Buissons	14h - 16h30	Route	André-Fred	reprise en douceur , travail Foncier 20 a 25 Km
dimanche 8					
mercredi 17	Les Buissons	14h30 - 16h30	Route	André-Fred	travail Foncier endurance 20 a 25 Km
samedi 20	Les Buissons	14h - 16h30	Route	André-Fred	travail Foncier endurance 20 a 25 Km
dimanche 15	septeuil				CYCLO CROSS A SEPTEUIL
mercredi 24	Les Buissons	14h30 - 16h30	Route	André-Fred	travail Foncier endurance 25 Km à 30 km
samedi 27	Les Buissons	14h - 16h30	Route	André-Fred	travail Foncier endurance 20 a 25 Km
dimanche 22					
mercredi 31	Les Buissons	14h30 - 16h30	Route	André-Fred	travail Foncier endurance 25 Km à 30 km

pour info : en fonction des conditions météo les entrainements pourront être modifiés au dernier moment par info sms ou par mail prévoir chaussures tennis

pour tous renseignements ou inscriptions compétitions, s'adresser à André ou Frederic au 06 74 50 65 24 ou 06 60 02 06 57

Entraîneurs : - Frederic Brail -- André Voyaux Aides entraîneurs: -Philippe Jacquet-