

SKI ALPIN (LG et MCV)

PREPARATION PHYSIQUE du 08/09/25 au 19/12/25

AUTOMNE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h-9h				2D-MCV1	
9h-10h					
10h-11h	1D-MCV2				TD-MCV3-MCV4
11h-12h					
12h-12h50					
12h-12h50					
12h50-13h40	TD-MCV3-MCV4				1D-MCV2
13h40-14h40					
14h40-15h40					2D-MCV1
15h40-17h35					

SKI du 05/01/26 au 06/02/26 + du 09/03/26 au 27/03/26

HIVER	Lundi	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h-9h						
9h-10h		1D-MCV2		1D-MCV2	2D-MCV1	TD-MCV3-MCV4
10h-11h						
11h-12h						
12h-12h50	TD-MCV3-MCV4		2D-MCV1			
12h-12h50						
12h50-14h40						1D-MCV2
14h40-15h40						
15h40-16h40						
16h40-17h35						