

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>RDV : 8 H 45/12H</p> <p>LIEU : stade de Lognan</p> <p>PROGRAMME :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echauffements - Travail des games - géant - Vidéo 	<p>RDV : 8 H 45/12H</p> <p>LIEU : stade de Lognan</p> <p>PROGRAMME :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echauffements - Travail de trajectoire - géant - Vidéo 	<p>RDV : 8 H 45/12H</p> <p>LIEU : stade de Lognan</p> <p>PROGRAMME :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echauffements - Travail des départs - Travail des figures - géant - Vidéo 	<p>RDV : 8 H 45/12H</p> <p>LIEU : stade de Lognan</p> <p>PROGRAMME :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echauffements - Slalom parallèle - géant - Vidéo 	<p>RDV : 8 H 45/12H</p> <p>LIEU : stade de Lognan</p> <p>PROGRAMME :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echauffements - Test blanc (ouvreur Test ou Eurotest) - Vidéo
<p>RDV : 13H30/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> -géant -ski libre technique -chrono <p>et/ou</p> <p>-séance sport en salle</p> <p>RDV : 18 H 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -retour video -préparation ski -cours : la reconnaissance 	<p>RDV : 13H30/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> -géant -ski libre technique -chrono <p>et/ou</p> <p>-séance sport en salle</p> <p>RDV : 18 H 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -retour video -préparation ski -cours : notion de trajectoire 	<p>RDV : 13H30/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> -géant -ski libre technique -chrono <p>et/ou</p> <p>-séance sport en salle</p> <p>RDV : 18 H 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -retour video -préparation ski -cours : la performance 	<p>RDV : 13H30/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> -géant -ski libre technique -chrono <p>et/ou</p> <p>-séance sport en salle</p> <p>RDV : 18 H 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -retour video -préparation ski 	<p>RDV : 13H30/17H</p> <ul style="list-style-type: none"> -géant -ski libre technique -chrono <p>et/ou</p> <p>-séance sport en salle</p> <p>RDV : 18 H 30</p> <ul style="list-style-type: none"> -retour video <p>FIN DE STAGE</p>

CE PROGRAMME EST INDICATIF ET SUSCEPTIBLE DE MODIFICATIONS