

Groupe compétition mixte  
SC-Grimentz  
SC-Zinal

<b>Programme Entraînements + Courses</b>												
<b>Groupe compétition 2015-2016</b>												
Dates	Jours	Activités	Matin				Après-midi			Lieux	Heures début-fin	
			tech	GS	SL	CR	tech	GS	SL		Matin	Après-midi
21.11.2015	samedi	Entraînement Technique	2.75				2			Zinal	9:15-12	13-15
22.11.2015	dimanche	Entraînement Technique	2.75							Zinal	9:15-12	
28.11.2015	samedi	Entraînement Technique	2.75				2			Grimentz	9:15-12	13-15
29.11.2015	dimanche	Entraînement Technique	2.75							Grimentz	9:15-12	
05.12.2015	samedi	Entraînement Géant		2.75			2			Zinal	9:15-12	13-15
06.12.2015	dimanche	Entraînement Géant		2.75						Zinal	9:15-12	
12.12.2015	samedi	Entraînement Géant		2.75			2			Zinal	9:15-12	13-15
13.12.2015	dimanche	congé										
19.12.2015	samedi	Entraînement Géant		2.75			2			Grimentz	9:15-12	13-15
20.12.2015	dimanche	Entraînement technique Slalom			2.75					Grimentz	9:15-12	
22.12.2015	mardi	Entraînement Slalom			2.75		2			Grimentz	9:15-12	13-15
23.12.2015	mercredi	Entraînement Slalom			2.75		2			St-Luc	9:15-12	13-15
26.12.2015	samedi	Entraînement Slalom			2.75		2			Zinal	9:15-12	13-15
27.12.2015	dimanche	congé										
29.12.2015	mardi	Entraînement Géant		2.75			2			Grimentz	9:15-12	13-15
30.12.2015	mercredi	Entraînement Combi-Race				2.75	2			Zinal	9:15-12	13-15
02.01.2016	samedi	Entraînement Slalom			2.75		2			Zinal	9:15-12	13-15
03.01.2016	dimanche	GP Migros Géant								Les Crosets	inscription personnel sur internet	
09.01.2016	samedi	Entraînement Combi-Race				2.75				Grimentz	9:15-12	13-15
10.01.2016	dimanche	Entraînement Combi-Race				2.75				Zinal	9:15-12	
16.01.2016	samedi	Entraînement Slalom			2.75		2			Grimentz	9:15-12	13-15
17.01.2016	dimanche	Entraînement Géant		2.75						Zinal	9:15-12	
23.01.2016	samedi	Entraînement Combi-Race				2.75	2			Grimentz	9:15-12	13-15
24.01.2016	dimanche	Course Anniviers Combi-Race								St-Luc	selon programme	
30.01.2016	samedi	Entraînement Combi-Race				2.75	2			Vercorin	9:15-12	13-15
31.01.2016	dimanche	Course FMV Combi-Race								Vercorin	selon programme	
06.02.2016	samedi	Entraînement Slalom			2.75		2			Grimentz	9:15-12	13-15
07.02.2016	dimanche	congé										
13.02.2016	samedi	Entraînement Slalom			2.75		2			Chandolin	9:15-12	13-15
14.02.2016	dimanche	Course FMV SL								à définir	selon programme	
20.02.2016	samedi	Entraînement Géant		2.75			2			Zinal	9:15-12	13-15

Groupe compétition mixte  
 SC-Grimentz  
 SC-Zinal

21.02.2016	dimanche	Entraînement Géant	2.75							Grimentz	9:15-12	
27.02.2016	samedi	Entraînement Slalom		2.75		2				Zinal	9:15-12	13-15
28.02.2016	dimanche	Course Anniviers SL								Vercorin	selon programme	
05.03.2016	samedi	Entraînement Géant	2.75			2				Grimentz	9:15-12	13-15
06.03.2016	dimanche	congé										
12.03.2016	samedi	Course Anniviers GS								Grimentz		
13.03.2016	dimanche	FMV GS								Grimentz	selon programme	
19.03.2016	samedi	GP Migros Géant								Nendaz	inscription personnel sur internet	
20.03.2016	dimanche	congé										
26.03.2016	samedi	Entraînement Slalom		2.75		2				Zinal	9:15-12	13-15
27.03.2016	dimanche	congé										
29.03.2016	mardi	Entraînement Géant	2.75			2				Grimentz	9:15-12	13-15
31.03.2016	jeudi	Ski libre	2.75			2				Zinal	9:15-12	
02.04.2016	samedi	Course Anniviers finale								Zinal	selon programme	
03.04.2016	dimanche	congé										
06.04.2016	mercredi	à définir SL et GS				2				ZIN ou GRI	9:15-12	13-15
03.04.2016	jeudi	à définir SL et GS				2				ZIN ou GRI	9:15-12	13-15
03.04.2016	vendredi	à définir SL et GS				2				ZIN ou GRI	9:15-12	13-15
09.04.2016	samedi		2.75							ZIN ou GRI	9:15-12	
10.04.2016	dimanche	FMV finale								à définir	selon programme	
			19.25	24.75	27.5	13.75	50	0	0			
		Totaux	tech	GS	SL	CR						
		135.25	69.25	24.75	27.5	13.75						
		%	51.2%	18.3%	20.3%	10.2%						

