

# Planning été / automne 2026 : Ski + Préparation physique

JUIN 2026	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	JUILLET 2026	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	AOÛT 2026	Groupe Ski+U14/U16	Groupe hors ski+U12	SEPTEMBRE	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	OCTOBRE	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	NOVEMBRE	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	DÉCEMBRE	Groupe Ski+U14/U16	Groupe U12	
lundi 1er			mercredi 1er			samedi 1er			mardi 1er			jeudi 1er			dimanche 1er			mardi 1er			
mardi 2			jeudi 2			dimanche 2	Fête Saint Laurent		mercredi 2			vendredi 2			lundi 2			mercredi 2	Diablerets	Diablerets	
mercredi 3			vendredi 3			lundi 3	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME		jeudi 3			samedi 3			mardi 3			jeudi 3			
jeudi 4			samedi 4			mardi 4			REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME	vendredi 4			dimanche 4			mercredi 4			vendredi 4	Diablerets	
vendredi 5			dimanche 5			mercredi 5			REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME	samedi 5			lundi 5			jeudi 5			samedi 5		
samedi 6	Tests Physiques		lundi 6			jeudi 6			REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME	dimanche 6			mardi 6			vendredi 6			dimanche 6		
dimanche 7			mardi 7			vendredi 7			REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME	lundi 7			mercredi 7			samedi 7			lundi 7		
lundi 8			mercredi 8			samedi 8			mardi 8			jeudi 8			dimanche 8	Stage Saas Fee		mardi 8			
mardi 9			jeudi 9			dimanche 9	Fête des Bûcherons		mercredi 9			vendredi 9			lundi 9		Stage Saas Fee	mercredi 9			
mercredi 10	Journée Sortie Montagne		vendredi 10			lundi 10			jeudi 10			samedi 10			mardi 10			jeudi 10			
jeudi 11			samedi 11			mardi 11	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME		vendredi 11			dimanche 11			mercredi 11			vendredi 11			
vendredi 12			dimanche 12			mercredi 12	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME		samedi 12			lundi 12			jeudi 12			samedi 12			
samedi 13	Journée découverte Roller		lundi 13			jeudi 13	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME		dimanche 13			mardi 13			vendredi 13			dimanche 13			
dimanche 14			mardi 14			vendredi 14			lundi 14			mercredi 14			mercredi 14			lundi 14			
lundi 15			mercredi 15			samedi 15	Fête Chardons Bleus		mardi 15			jeudi 15			dimanche 15			mardi 15			
mardi 16			jeudi 16			dimanche 16			mercredi 16			vendredi 16			lundi 16			mercredi 16			
mercredi 17	Journée VTT		vendredi 17			lundi 17			jeudi 17			samedi 17			mardi 17			jeudi 17			
jeudi 18			samedi 18			mardi 18			vendredi 18			dimanche 18			mercredi 18	Diablerets	Diablerets	vendredi 18			
vendredi 19			dimanche 19			mercredi 19			samedi 19			lundi 19			jeudi 19			samedi 19			
samedi 20			lundi 20			jeudi 20			dimanche 20			mardi 20			vendredi 20	Diablerets	Diablerets	dimanche 20			
dimanche 21			mardi 21	Raid montagne	Raid montagne	vendredi 21			lundi 21			mercredi 21			samedi 21			lundi 21			
lundi 22			mercredi 22			samedi 22			mardi 22			jeudi 22			dimanche 22			mardi 22			
mardi 23			jeudi 23	Aquaparc	Aquaparc	dimanche 23	Départ	Belle Dimanche	mercredi 23			vendredi 23			lundi 23			mercredi 23			
mercredi 24			vendredi 24			lundi 24			jeudi 24			samedi 24			mardi 24	Diablerets	Diablerets	jeudi 24			
jeudi 25			samedi 25			mardi 25			vendredi 25			dimanche 25	Départ		mercredi 25			vendredi 25			
vendredi 26			dimanche 26			mercredi 26			samedi 26			lundi 26			jeudi 26	Diablerets	Diablerets	samedi 26			
samedi 27			lundi 27			jeudi 27			dimanche 27			mardi 27			vendredi 27			dimanche 27			
dimanche 28			mardi 28			vendredi 28			lundi 28			mercredi 28			samedi 28			lundi 28			
lundi 29			mercredi 29			samedi 29			mardi 29			jeudi 29			dimanche 29			mardi 29			
mardi 30			jeudi 30			dimanche 30			mercredi 30			vendredi 30			lundi 30			mercredi 30			
			vendredi 31			lundi 31						samedi 31	Retour					jeudi 31			

GROUPES	Nombres de séances	Infos diverses:	Contenu des séances	Contacts pour renseignements
Prép. Physique U14/U16	57	Raid montagne : 3 jours Stage Surf : départ le matin	Programme de Préparation physique établi par un préparateur physique + Activités proposées : VTT, Aquaparc, Montagne, Roller, Wibit, Surf, Trampoline, Rafting, Autres ...	VUARAND Loïc : 06.73.21.62.74 RUBIN Max : 06.75.54.60.99
Prép. Physique U12	47	Raid montagne : 2 jours		
Ski U14/U16	17	Saas Fee et Les Diablerets : départ tôt le matin	Ski + préparation physique	
Ski U12	5	Les Diablerets : départ tôt le matin	Ski	

Remarque : Les journées de ski aux Diablerets peuvent d'être modifiées en fonction des conditions météo et des libertés obtenues avec le collège.