

JUIN 2026	Groupe BOSSES	JUILLET 2026	Groupe BOSSES	AOÛT 2026	Groupe BOSSES
lundi 1er		mercredi 1er		samedi 1er	
mardi 2		jeudi 2		dimanche 2	Fête Saint Laurent
mercredi 3		vendredi 3		lundi 3	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME
jeudi 4		samedi 4		mardi 4	
vendredi 5		dimanche 5		mercredi 5	
samedi 6		lundi 6		jeudi 6	
dimanche 7		mardi 7		vendredi 7	
lundi 8		mercredi 8		samedi 8	
mardi 9		jeudi 9		dimanche 9	
mercredi 10		vendredi 10		lundi 10	REPOS / SEANCES A FAIRE A LA MAISON POUR MAINTENIR LA FORME
jeudi 11		samedi 11		mardi 11	
vendredi 12		dimanche 12		mercredi 12	
samedi 13		lundi 13		jeudi 13	
dimanche 14		mardi 14		vendredi 14	
lundi 15		mercredi 15		samedi 15	Fête Chardons Bleus
mardi 16		jeudi 16		dimanche 16	
mercredi 17		vendredi 17		lundi 17	
jeudi 18		samedi 18		mardi 18	
vendredi 19		dimanche 19		mercredi 19	
samedi 20		lundi 20		jeudi 20	
dimanche 21		mardi 21		vendredi 21	
lundi 22		mercredi 22		samedi 22	
mardi 23		jeudi 23		dimanche 23	Fête Belle Dimanche
mercredi 24		vendredi 24		lundi 24	
jeudi 25		samedi 25		mardi 25	
vendredi 26		dimanche 26		mercredi 26	
samedi 27	9H-12H : Stade Foot La Chapelle	lundi 27		jeudi 27	
dimanche 28		mardi 28		vendredi 28	
lundi 29		mercredi 29		samedi 29	
mardi 30		jeudi 30		dimanche 30	
		vendredi 31		lundi 31	

GRUPE BOSSES	Contenu des séances	Contacts pour renseignements
Préparation Physique avec les groupes de la section ALPIN	Séances de préparation 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
Entraînement demi-journée : 9H30 - 12H	Préparation physique	LEVRAY Sylvain : 06.08.42.70.93 CERIA Yannick : 06.86.43.15.60
Entraînement journée : 9H30 - 12H & 13H30 - 16H	Préparation physique, Trampoline et Water Jump	