



PROGRAMME Décembre - Vacances de Noël 2024

Date	Groupe	Coach	Discipline	Horaire	Lieu RDV	Commentaire
samedi 14 décembre 2024	TWIST	Yan / Séb	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Yan / Séb	Libre	9H30 - 12H	Linga	
	D-SPIN	Yan / Séb	Libre	9H30 - 12H	Linga	
dimanche 15 décembre 2024	TWIST	Yan / Séb	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Yan / Séb	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yan / Séb	Libre	13H30 - 16H	Linga	
mercredi 18 décembre 2024	TWIST		Repos			
	BACK		Repos			
	D-SPIN		Repos			
samedi 21 décembre 2024	Sélectionnés	Yannick	Critérium	Voir commentaire		Critérium jeunes TIGNES, prendre pique nique pour 2 midi et sac de couchage
	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H30 - 12H	Linga	
	D-SPIN	Sébastien	Libre	9H30 - 12H	Linga	
dimanche 22 décembre 2024	Sélectionnés	Yannick	Critérium	Voir commentaire		Critérium Jeunes TIGNES
	TWIST		Repos			
	BACK	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	D-SPIN	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	

lundi 23 décembre 2024	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 16H	Linga	
mardi 24 décembre 2024	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 16H	Linga	
mercredi 25 décembre 2024	TWIST		Repos	 JOYEUX NOËL 		
	BACK		Repos			
	D-SPIN		Repos			
jeudi 26 décembre 2024	TWIST	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 16H	Linga	
vendredi 27 décembre 2024	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 16H	Linga	
samedi 28 décembre 2024	Sélectionnés	Yannick	Coupe de France	Voir commentaire		Coupe de France TIGNES, prévoir pique nique pour 3 midi et sac de couchage
	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
	D-SPIN	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
dimanche 29 décembre 2024	Sélectionnés	Yannick	Coupe de France			Coupe de France TIGNES
	TWIST	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	D-SPIN	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
lundi 30 décembre 2024	Sélectionnés	Sébastien	Coupe de France			Coupe de France TIGNES
	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	

lundi 30 décembre 2024	BACK	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
	D-SPIN	Sébastien	Libre	9H - 12H	Linga	
mardi 31 décembre 2024	TWIST	Sébastien	Libre	13H30 - 16H	Linga	
	BACK	Sébastien	Libre	9H - 16H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 16H	Linga	
mercredi 1 janvier 2025	TWIST		Repos	 BONNE ANNÉE 		
	BACK		Repos			
	D-SPIN		Repos			
jeudi 2 janvier 2025	TWIST	Yannick	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
	BACK	Yannick	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 12H	Linga	
vendredi 3 janvier 2025	TWIST	Yannick	Libre	9H - 12H	Linga	
	BACK	Yannick	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
samedi 4 janvier 2025	TWIST	Yannick	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
	BACK	Yannick	Libre	9H - 12H	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	9H - 12H	Linga	
dimanche 5 janvier 2025	TWIST		Repos			
	BACK		Repos			
	D-SPIN		Repos			
mercredi 8 janvier 2025	TWIST	Yannick	Libre	14H - 16H30	Linga	
	BACK	Yannick	Libre	14H - 16H30	Linga	
	D-SPIN	Yannick	Libre	14H - 16H30	Linga	
samedi 11 janvier 2025	TWIST	Yan / Séb	Libre	13H30 - 16H30	Linga	
	BACK	Yan / Séb	Bosses	9H - 16H30	Linga	

	D-SPIN	Yan / Séb	Bosses	9H - 16H30	Linga	
dimanche 12 janvier 2025	TWIST	Yan / Séb	Technique + bosses	9H - 12H	Linga	
	BACK	Yan / Séb	Bosses	13H30 - 16H30	Linga	
	D-SPIN	Yan / Séb	Bosses	9H - 16H30	Linga	

Contacts COACHS :

CERIA YANNICK : 06 86 43 15 60
 GRILLET-PAYSAN Sébastien : 06 07 73 57 28

Merci d'informer les entraîneurs de l'absence de votre enfant