

## **STAGE D'ENTRAINEMENT ET DE PERFECTIONNEMENT 22 et 23 octobre 2016 dans le Val-d'Oise**

**4 entrainements variés sur le week-end, avec participation à la carte.**

**Chaque séance sera accompagnée de conseils, d'analyses ...  
débriefing personnalisé à la fin de chaque activité**

**Inscrivez-vous, à chacun, c'est important pour le tirages des  
cartes !**

**Apportez votre pique-nique si vous venez à la journée.**

---



 [Classements](#) des entrainements samedi

 [Classements](#) des entrainements dimanche matin

 [Classements](#) des entrainements dimanche après-midi

 **Coordonnateur : Bertrand**  [b.pellin@orange.fr](mailto:b.pellin@orange.fr)

 **lieu de réunion et de repas : chez Clarissa et Gaël**

Pique-nique sur place en forêt si la météo le permet, sinon chez Clarissa et Gaël, repas du samedi soir chez eux

[CARTE Google](#) 32, Rue de Saint-Gratien 95110 SANNOIS

 [INSCRIPTION](#)

S'inscrire sur le [sondage Doodle](#)

---

 **1ère séance: samedi 22/10 matin**


 thème : azimut distance

 RESPONSABLE : Yann



[fun-events](http://fun-events.free.fr) 

 LIEU : Bois des Lieux à Cergy, [carte de Google](#) (Départ de la CO : Promenade du dolmen)

 HORAIRE : à partir de 10h

## 2ème séance: samedi 22/10 après-midi



thème : poste à poste et micro-relief



RESPONSABLE : Gaël



[gael.ricard](mailto:gael.ricard@free.fr)   
[free.fr](http://free.fr)



LIEU : St Prix, parking au dessus de l'église, [carte Google](#)



HORAIRE : de 14h30 à 17h30



## 3ème séance: dimanche 23/10 matin



thème : exercice de pair-impair



RESPONSABLE : Hélier



18.29  
18 Google de Montmorency, D192p au sud de Chauvry, parking de la Foutue Route, [Carte](#)  
HORAIRE : rendez-vous à 10h

## 4ème séance : dimanche 23/10 après-midi

thème : sprint mémo

RESPONSABLE : Eric



[eric.boudy@wanadoo.fr](mailto:eric.boudy@wanadoo.fr)

GEC : Gérard

LIEU : Bois des Eboulures à Franconville, près de l'étang, [Carte Google](#)

HORAIRE : rendez-vous à 14h30

