

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

 **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

 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 : Héliér



 [Google](#) 18,29
Lieu : [Bois des Eboulures de Montmorency, D192p au sud de Chauvry, parking de la Foutue Route, Carte](#)

4ème séance : dimanche 23/10 après-midi


thème : sprint mémo

 RESPONSABLE : Eric



eric.boudy@wanadoo.fr

GEC : Gérard

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

 HORAIRE : rendez-vous à 14h30

