

# Calendrier 2019-2020 Provisoire

septembre 2019			novembre 2019			janvier 2020			mars 2020		
Date	Minimes	OJ	Date	Minimes	OJ	Date	Minimes	OJ	Date	Minimes	OJ
1			1			1			1		
2		Entraînement, Halle de Gym	2		3 jours Saas-Fee (MagicPass) 2 jours technique SL + 1 jour piquets SL	2			2		2x SL, Schwarzsee ou Jaun, SC Villars-sur-Glâne
3			3			3			3		Entraînement, Halle de Gym
4			4		Entraînement, Halle de Gym	4		2x SL, Jaun, SC Jaun	4		Entr. Jaun
5			5			5		1 jour Fribourg ou Vaud (MagicPass) GS	5		Entr. en soirée Jaun (SL)
6			6			6		Entraînement, Halle de Gym	6		
7			7			7			7		2x SL, Les Diablerets, SC Les Diablerets
8			8		Souper de soutien, La Grange, VsG	8		Entr. Jaun	8		Champ. GS, Les Diablerets, SC Les
9		Entraînement, Halle de Gym	9			9		Entr. en soirée Jaun (SL)	9		Entraînement, Halle de Gym
10			10		VTT, Noréaz	10			10		
11			11		Entraînement, Halle de Gym	11		2x GS, Rougem., SC Rougem.	11		Entr. Jaun
12			12			12		2x GS ou 2x CR, Schwarzsee ou Jaun, SC Alpina Bulle	12		Entr. en soirée Jaun (SL)
13			13			13		Entraînement, Halle de Gym	13		
14			14			14			14		Finale CFE, PS, Schwarzsee, CS Le Mouret
15			15			15		Entr. Jaun	15		Finale CFE, PS, U16, Schwarzsee,
16		Entraînement, Halle de Gym	16		2 jours Saas-Fee (MagicPass) 1 jour technique SL + 1 jour piquet SL	16		Entr. en soirée Jaun (SL)	16		
17			17		Entraînement, Halle de Gym	17			17		
18			18			18		GP Migros Les Diablerets	18		
19			19			19		2x GS, Les Paccots, SC Châtel	19		
20			20			20		Entraînement, Halle de Gym	20		
21			21			21			21		2x CR, Leysin, SC Leysin
22		VTT, Noréaz	22			22		Entr. Jaun	22		
23		Entraînement, Halle de Gym	23			23		Entr. en soirée Jaun (SL)	23		
24			24		Ski à Verbier	24			24		
25			25		Entraînement, Halle de Gym	25		2x GS, La Berra, Team La Berra	25		
26			26			26			26		
27			27			27		Entraînement, Halle de Gym	27		
28		VTT, Noréaz	28			28			28		GP Migros Finales Obersaxen
29			29			29		Entr. Jaun	29		
30		Entraînement, Halle de Gym	30		2 jours Saas-Fee (MagicPass)	30		Entr. en soirée Jaun (SL)	30		
						31		Coupe D'Europe, Jaun, Nocturne	31		
octobre 2019			décembre 2019			février 2020			avril 2020		
1			1		1 jour technique GS + 1 jour piquets GS	1		Coupe D'Europe, Jaun, Nocturne	1		
2			2		Entraînement, Halle de Gym	2		Champ. SG, Les Mosses, Tous	2		
3			3			3		Entraînement, Halle de Gym	3		
4			4			4			4		Champ. GS, Villars SL, Villars
5		VTT, Noréaz	5			5		Entr. Jaun	5		Champ. SL, Villars GS, Villars
6			6			6			6		Entraînement, Facultatif Siviez 2-3 jours
7		Entraînement, Halle de Gym	7			7			7		
8		Assemblée Générale, La Grange, VsG	8		1 jour Fribourg ou Vaud (MagicPass) GS	8		2x SL, Les Pléiades, SC Bloney	8		
9			9		Entraînement, Halle de Gym	9			9		
10			10			10		2x SL, Les Pléiades, SLAGEP	10		
11			11			11		Entraînement, Halle de Gym	11		
12			12			12		Entr. Jaun	12		
13		Forêt Belle-Croix Physique	13			13			13		Entr. en soirée Jaun (SL)
14		Entraînement, Halle de Gym	14		2 jours Les Diablerets (MagicPass)	14			14		
15			15		Matinée technique SL + Après midi piquets SL (sans nuit)	15		2x GS, Schwarzsee, SC Schwarzsee	15		
16			16		Entraînement, Halle de Gym	16		Réserve	16		
17			17			17		Entraînement, Halle de Gym	17		
18			18			18			18		
19		VTT, Noréaz	19			19		Entr. Jaun	19		
20			20			20			20		Entr. en soirée Jaun (SL)
21			21			21			21		
22			22		Camp de Noël à Châtel (4 jours)	22		2x GS, Saanen, SC Château-D'Oex	22		
23			23			23		Champ. SL, Saanen, SC Châtea	23		
24			24			24			24		
25			25			25		Entraînement, Facultatif Siviez 3-4 jours	25		
26		Marchethon, Givisiez	26			26			26		
27			27			27			27		
28			28			28			28		
29			29		Entraînement, Facultatif A définir (3 jours)	29		2x GS, Les Diablerets, SC Meu	29		
30			30			30			30		
31			31								

**Responsable:**  
Joël Conus  
079 /457.46.83  
joel.conus@skiclub-vsg.ch

**Entraînement,**  
**Lundi soir 18h-19h**  
**Salle de Gym de Noréaz**  
**Matériel**  
- Gourde d'eau uniquement  
(pas de boisson sucrée dans les salles de gym)

**Entraînement,**  
**Samedi matin 10h-12h**  
**Forêt de Belle-Croix**  
**Matériel**  
- Gourde

**Entraînement Ski**  
**Heure de départ selon e-mail**  
- Ski aiguisé  
- Pique-nique  
- chaufferettes et Schf (pause resto)  
- **Inscription obligatoire jusqu'au mardi précédent l'entraînement à 17h**

**Courses**  
**Heure de départ selon e-mail**  
- Ski aiguisé  
- Pique-nique  
- chaufferettes et Schf (pause resto)  
- **Inscription obligatoire jusqu'au lundi précédent la course à 17h**

SL - Slalom Spécial  
GS - Slalom Géant  
CR - Combi-Race (Mix GS + SL)  
PS - Parallèle

Minimes (2009-2012)  
OJ (2008-2004)  
Adultes (2003 et plus)

**Entraînement**  
Camp d'entraînement  
Coupe Fribourgeois des enfants (CFE)  
Coupe Raiffeisen (SROM)  
Coupe Fribourgeois des adultes (CFA)  
GP Migros  
Coupe d'Europe Jaun  
Entraînement Facutatif

Vacances d'automne

Vacances de Noël

Vacances de Carnaval

Vacances de Pâques