

PLANNING COURTFORREST HORS STADE BRIGNOLES

Semaine du 19 au 23 octobre 2026

GROUPES ROUTE		Lundi		Mercredi		vendredi		Weekend / courses			
Débutants		12'+10'+3x5'		12'+10'+3x5'		12'+10'+3x5'					
COACHS		Laëti		Laëti		Laëti					
RDV		Boulevard des voutes		Boulevard des voutes		Chenil sécurité civile					
Groupe 1/ 2/3		BlaBla Pible		Séances de côtes courtes		Sortie EF		PPG samedi 10:15 à 11:30			
COACHS		Céline - Serge - JS		Céline		Céline - Serge		Serge			
RDV		Boulevard des voutes		Boulevard des voutes		Chenil sécurité civile		Salle Studio 115 - av Burlière			
Groupe 1 route											
COACHS											
RDV											
VMA PISTE Raynouard								Mercredi		Dimanche/courses	
Tous niveaux											
COACH											
RDV											
GROUPE TRAIL		Lundi		Mercredi		vendredi		Dimanche/courses			
Groupe 2/3 Trail		tous en rose pour la st-quinis		sortie en EF		pas de séance					
COACHS		Raymond		Raymond Michel							
RDV		parking des cavieres point gps à venir		parking d'intermarche Brignoles							
Groupe 1 trail		Sortie en EF		Séance de côtes		Séance de VMA					
COACHS		Doriane Ben Olive		Doriane Ben Olive		Ben					
RDV		Rdv parking école la Celle		Rdv parking collège Jean Moulin		Parking école des Censiés					
GROUPES MARCHE NORDIQL		Lundi		mardi 20		Mercredi		jeudi 22		Vendredi	Samedi
Groupe débutants			G1 & 2 Techn+ sortie La Rouge			Sortie commune G1 & G2					
COACHS			Anne + Sophie			Anne					
RDV			Parking Intermarché			Parking la Halle aux vêtements					
Groupe 2			G1&2 Techn + sortie La Rouge			Sortie commune G1 +G2					
COACHS			Anne + Sophie			Anne					

RDV		Parking Intermarché		Parking la Halle aux vêtements		
Groupe 3		Fractionné court 3 X (3+ 2 + 1)		2000 + 3000 + 2000		
COACHS		Michel		Michel		
RDV		Stade du vabre		Parking école les Censiés		
NATATION				jeudi		
COACH ISA				Natation Séance d endurance		
RDV				18h15 au bord du grand bassin		