

Propose : Calendrier des entrainements à partir du 25. 03. 17

| Né en.. | Les Groupes | Mardi | | Mercredi | | Jeudi | Vendredi | | Weekend |
|------------------|-------------------|---------------|-------------|----------|------------------|--|---------------|---------------------|--|
| | | MTB | Route | MTB | Route | Route | MTB | Route | |
| 2008 -.... | Jeunes | 18h00 - 20h00 | | / | / | / | 18h00 - 20h00 | | - Compétitions - Randonnées. Informations : → Calendrier FSCL → Info's par Email → Info's par WhatsApp → Info's sur Training Peaks |
| 2006-2007 | Min1 + Jeunes | ? | ? | | | | | | |
| 2004-2005 | Cad 1+Min2 *** | / | 18h00-20h00 | / | / | / | / | 18h00-20h00 **** | |
| 2001, 2002, 2003 | Début 1,2 + Cad 2 | / | 18h00-20h00 | / | 18h00-20h00 * | 14h30 (cadets, sortie possible en fonction de la phase d'entrainement, sans accompagnement) | / | 18h00-20h00 **** | |
| 2001, 2002, 2003 | Début 1,2 + Cad 2 | / | 18h00-20h00 | / | 18h00-20h00 * | 14h30 (sortie autonome sans accompagnement) | / | 18h00-20h00 **** | |

Remarques importantes :

- (*) L'entraineur se réserve le droit de sélectionner les participants de cette sortie !
- (??) Décision après discussion
- (***) Départ commun, répartition des groupes en cours de route si nécessaire.
- (****) S'il y a une course le samedi, la sortie se limitera à une durée de 1h30 max !

Lieu des départs : Parking Lycée du Nord.

Activités durant les vacances scolaires:

Des modifications durant les vacances scolaires sont possibles. Notifications par « WhatsApp »!

Prière de vérifier votre courrier avant chaque départ !

Les Weekends :

Communication par « WhatsApp » et sur « Training Peaks » !

Nos coureurs actuels :

Jeunes, né avant 2007 : Noa, Mahé, Max, Michèle, Lars, Leon

Jeunes (Benjamin), né en 2007 : Arthur, Christophe P., Tom Gr.

Minimes 1, né en 2006 : Lila, Ana

Minimes 2, né en 2005 : Noah,

Cadets 1, né en 2004 : Dan, Niels, Béryl

Cadets 2, né en 2003 : Christophe Th., Mathis ?

Débutants 1, né en 2002 : Pol, Tim, Philippe

Débutants 2, né en 2001 : Joé, Julien

Les accompagnateurs actuels : (N'hésiter pas de nous joindre !)

Mardi: Luc Leyder, Yves Bissener, Fernand Theisen, Marc Post, Massen Fernand, Karier Jean,

Mercredi : Luc Leyder, Jean Karier, Patrick Brust (et tous ceux qui ont envie)

Jedi : Sans accompagnement.

Vendredi : Luc Leyder ??, Yves Bissener, Fabrice Michotte, Fernand Theisen, Marc Post, Massen Fernand, Karier Jean