

Calendrier
hivernal 2010-2011
des
Compétitions et des activités
du club de ski de fond

SKIMAU

Shawinigan

Décembre 2010

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1	2	3	4
5 (1) Entraînement (Parc) (10h15) Style libre	6	7	8	9	10	11 Camp des maîtres 10 km SL
12 (2) Entraînement (Parc) (10h15) Style libre.	13	14	15	16	17	18
19 (3) Entraînement (Parc) (10h15) Style clas.	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Janvier 2011

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
						1
2	3	4	5	6	7	8 Parc de la Mauricie (rég.)(class.) Castor 15 km sc
9 (4) Entraînement (Baluchon) (13h00) Style clas.	10	11	12	13	14	15 Rimouski 15-30 km. SC
16	17	18	19	20	21	22 École Vision T.R. (rég.)(libre) Lac Beauport 15km h SC 10km f sc
23 (5) Sortie de groupe défi 34 ou 63 km (Parc) 10h15 Style libre	24	25	26	27	28	29 Mont-Orford 30 km SC

Février 2011

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
30 Mont-Orford 15 km SL	31	1	2	3	4 <u>Vin et</u> <u>fromage</u> <u>au</u> <u>Pimbina</u>	5 Mont Grand-Fonds 17-35 km SC
6 (6) Sortie de groupe défi 40km (Parc) (13h00) Style class.	7	8	9	10	11	12 Norvégien 33km SL
13 île Melville (rég.)(libre)	14	15	16	17	18	19 Gatineau Loppet 29-53 km SC Activités 12h J.P. Petit
20 Gatineau Loppet 29-53 km SL	21	22	23	24	25	26 Forestville 54-103 km SL
27	28					

Mars 2011

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1	2	3	4	5 Défi Parc National 25-40 km (class.)/ Mt.Tremblant 20-40 km SL
6 Défi Parc National 32 km (libre)	7	8	9	10	11	12 Forêt Montmorency SC
13 Loppet OKA	14	15	16	17	18	19 Mont Valin 12-24-38-45 SC-SL
20	21	22	23	24	25	26 Ascension Du MSA 6.5km (SL)
27	28	29	30	31	1 Avril	2 Avril Parc de la Mauricie (régionale) (libre)