









ECOLE DE COURSE D'ORIENTATION ENTRAINEMENT - Novembre 2019



DATE	LIEU	PUBLIC	THEME	MATERIEL	RESPONSABLES
Du jeudi 31 oct au Dimanche 03 novembre	Tours (37)	Jeunes (Perf' O- Fin' O) et Adultes	Champ. France Sprint - CNE	Tenue pour courir, matériel CO, puce SI	
Dimanche 03 novembre 09h00 / 12h00	Ville de Colmar	Jeunes (Perf O- FinO) et Adultes	Courses de Colmar (2 kms, 5kms ou 10 kms) Challenge Clubs de Colmar	Tenue pour courir, Inscription obligatoire	 COURSES DNA DE COLMAR Dimanche 10 novembre 2013 
<i>Les Mardis du mois novembre 18h30 / 19h30 en fonction des inscrits sur « Yanentrainement »</i>		Jeunes (Perf' O) et Adultes	Entrainement Foncier - PPG au Stade de L'Europe - Colmar	Tenue pour courir	<u>Nicolas Dalibard</u> Inscriptions Obligatoire sur Yaentrainement
Mercredi 06 novembre O'VTT : 10h00 Pédestre : 13h30	Leimbach (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O)	Acad. O'VTT et Journée Promo de la CO en UNSS	VTT / Tenue pour courir, matériel CO – Puce SI	 <u>François et Christophe signaler sa présence</u>
Mercredi 13 novembre 13h30 / 16h00	Wihr au Val (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O)	Cross UNSS InterDistricts	Tenue pour courir	 <u>Christophe signaler sa présence</u>
Mercredi 13 novembre 18h30 / 19h30	Stade Nautique - Colmar	Jeunes (Perf' O) et Adultes	Challenge Marco Diener Epreuve de Relais sur 50m en Natation	Maillot de Bain	 <u>Nicolas Dalibard</u>
Dimanche 17 novembre 10h30 / 12h00	Zellenberg (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	Entrainement Technique – Circuits au choix	Tenue pour courir, matériel CO Thème : Vignes et forêt	<i>Signaler sa présence sur Yaentrainement</i>
Samedi 23 novembre 14h30 / 16h00	Ammerschwih (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	Entrainement Physique et Technique	Tenue pour courir, matériel CO – (Fractionné avec carte et simulation)	<i>Signaler sa présence sur Yaentrainement</i>
Samedi 30 novembre 14h30 / 16h00	Orbey (68)	Jeunes (Perf'O- Fin'O) et Adultes	Entrainement Technique	Tenue pour courir, matériel CO Thème : Flocon de Neige	<i>Signaler sa présence sur Yaentrainement</i>