




# ECOLE DE COURSE D'ORIENTATION ENTRAINEMENT – Mars 2024



DATE	LIEU	PUBLIC	THEME	MATERIEL	RESPONSABLES
Mercredi 6 mars 18h15 - 19h15	Stade de L'Europe – Colmar	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	Entraînement Foncier	Tenue pour courir, montre, à boire.	<u>Jeanne</u> S'inscrire sur le site du club
Samedi 9 mars 9h30-12h30	Col des 4 chemins (Vosges 88)	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	MD au CN 	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre.	S'inscrire sur le site du club
Mercredi 13 mars 18h15 - 19h15	Stade de L'Europe – Colmar	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	Entraînement Foncier	Tenue pour courir, montre, à boire.	<u>Jeanne</u> S'inscrire sur le site du club
Samedi 16 mars	Lac Blanc (68) ou Corcieux (88)	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	Animation proposée par O'Zone (88)	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre.	Informations à venir
Dimanche 17 mars 13h45-15h45	Ludres (54)	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	MD au CN 	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre.	S'inscrire sur le site du club
Samedi 23 mars 14h30 – 16h30	Labaroche	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	Préparation spécifique CFC	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre.	<u>Nicolas</u> S'inscrire sur le site du club
Dimanche 24 mars 10h – 11h30	Heiligenberg (67)	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	LD au CN 	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre.	S'inscrire sur le site du club
Week-end de Pâques 29 mars au 1 avril	Mazaugues et Saint-Maximin (83)	Jeunes (Perf° O - Fin°O) et Adultes	Week-end CFC 2024	Tenue pour courir, matériel de CO – boussole, doigt SI, montre. <b>LE week-end de l'année !</b> Au programme CFMD, <b>CFC</b> et CFRS ou sprint open.	S'inscrire sur le site du club