



Calendrier

AUTOMNE 2018

Septembre	23	Course en sentier (bâtons)	BASE DE PLEIN-AIR LA DÉCOUVERTE
	29	Compétition cross-country & essai des vêtements	BASE DE PLEIN-AIR LA DÉCOUVERTE
	30	Hiking	MONT WRIGHT
Octobre	7	Congé	
	14	Course et escaliers	PARC DE LA PLAGE JACQUES-CARTIER
	20	Bazard	BASE DE PLEIN-AIR LA DÉCOUVERTE
	21	Course et/ou ski à roulettes	CENTRE CASTOR DE VALCARTIER
	28	Course en sentier (bâtons)	DUCHESNAY
Novembre	04	Course et escaliers	PLAINES D'ABRAHAM
	07	Soirée Pro-Deal	COUREUR NORDIQUE
	11	Hiking	MONT WRIGHT
	18	Course en sentier (bâtons)	BASE DE PLEIN-AIR LA DÉCOUVERTE
	25	Course et/ou ski à roulettes	PLAINES D'ABRAHAM
Décembre	02	Ski sur neige ou course à pied	À DÉTERMINER
	09	Ski sur neige ou course à pied	À DÉTERMINER
	16	Ski sur neige	À DÉTERMINER

*Tous les entraînements sont de 9h30 à 11h à moins d'avis contraire.