



SAISON 2026 -2027	
-------------------	--

2027

Septembre		Octobre		Novembre		Décembre		Janvier		Février	
1	L	1	J	1	D	1	M	1	V	1	L
2	M	2	V	2	L	2	M	2	S	2	M
3	J	3	S	3	M	3	J	3	D	3	M
4	V	4	D	4	M	4	V	4	L	4	J
5	S	5	L	5	J	5	S	5	M	5	V
6	D	6	M	6	V	6	D	6	M	6	S
7	L	7	M	7	S	7	L	7	J	7	D
8	M	8	J	8	D	8	M	8	V	8	L
9	M	9	V	9	L	9	M	9	S	9	M
10	J	10	S	10	M	10	J	10	D	10	M
11	V	11	D	11	M	11	V	11	L	11	J
12	S	12	L	12	J	12	S	12	M	12	V
13	D	13	M	13	V	13	D	13	M	13	S
14	L	14	M	14	S	14	L	14	J	14	D
15	M	15	J	15	D	15	M	15	V	15	L
16	M	16	V	16	L	16	M	16	S	16	M
17	J	17	S	17	M	17	J	17	D	17	M
18	V	18	D	18	M	18	V	18	L	18	J
19	S	19	L	19	J	19	S	19	M	19	V
20	D	20	M	20	V	20	D	20	M	20	S
21	L	21	M	21	S	21	L	21	J	21	D
22	M	22	J	22	D	22	M	22	V	22	L
23	M	23	V	23	L	23	M	23	S	23	M
24	J	24	S	24	M	24	J	24	D	24	M
25	V	25	D	25	M	25	V	25	L	25	J
26	S	26	L	26	J	26	S	26	M	26	V
27	D	27	M	27	V	27	D	27	M	27	S
28	L	28	M	28	S	28	L	28	J	28	D
29	M	29	J	29	D	29	M	29	V	29	
30	M	30	V	30	L	30	M	30	S	30	
31		31	S	31		31	J	31	D		

ENTRAÎNEMENT MERCREDI

COUPURE ANNUELLE

NOUVELLE SAISON

Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet		Aout		Septembre	
1 L	PPG / MN	1 J		1 S	FERIE	1 M		1 J		1 D		1 M	REPRISE SAISON 2027-2028
2 M		2 V	SEANCE TRAIL	2 D		2 M	SEANCE TRAIL / MN	2 V		2 L		2 J	
3 M	SEANCE RUN / MN	3 S	WETRAIL	3 L	PPG / MN	3 J		3 S		3 M		3 V	
4 J		4 D	WETRAIL	4 M		4 V	SEANCE TRAIL	4 D		4 M		4 S	
5 V	SEANCE RUN	5 L	WETRAIL	5 M	SEANCE TRAIL / MN	5 S		5 L		5 J		5 D	
6 S	SORTIE TRAIL / MN	6 M		6 J	FERIE ASCENSION	6 D		6 M		6 V		6 L	
7 D		7 M	SEANCE TRAIL / MN	7 V	PONT	7 L	PPG / MN	7 M	SEANCE TRAIL / MN GLAISINS	7 S		7 M	
8 L	PPG / MN	8 J		8 S	FERIE	8 M		8 J		8 D		8 M	
9 M		9 V	SEANCE TRAIL	9 D		9 M	SEANCE TRAIL / MN	9 V		9 L		9 J	
10 M	SEANCE RUN / MN	10 S	SORTIE TRAIL / MN	10 L	PPG / MN	10 J		10 S		10 M		10 V	
11 J		11 D		11 M		11 V	SEANCE TRAIL	11 D		11 M		11 S	
12 V	SEANCE RUN	12 L	PPG / MN	12 M	SEANCE TRAIL / MN	12 S	SORTIE TRAIL/MN PIQUE NIQUE	12 L		12 J		12 D	ANCILEVIENNE
13 S		13 M		13 J		13 D		13 M		13 V		13 L	
14 D		14 M	SEANCE RUN / MN	14 V	SEANCE TRAIL	14 L	PPG / MN	14 M	SEANCE TRAIL / MN GLAISINS	14 S		14 M	
15 L	PPG / MN	15 J		15 S	PAS DE SEANCES	15 M		15 J		15 D		15 M	
16 M		16 V	SEANCE TRAIL	16 D		16 M	SEANCE TRAIL / MN	16 V		16 L		16 J	
17 M	SEANCE RUN / MN	17 S		17 L	PENTECOTE	17 J		17 S		17 M		17 V	
18 J		18 D		18 M		18 V	ULTIME AFTER	18 D		18 M		18 S	
19 V	SEANCE RUN	19 L	PPG / MN	19 M	SEANCE + AFTER RUN	19 S		19 L		19 J		19 D	
20 S		20 M		20 J		20 D		20 M		20 V		20 L	
21 D		21 M	SEANCE TRAIL / MN	21 V	SEANCE TRAIL	21 L	PPG / MN	21 M	SEANCE TRAIL / MN GLAISINS	21 S		21 M	
22 L	PPG / MN	22 J		22 S	SORTIE TRAIL / MN	22 M		22 J		22 D		22 M	
23 M		23 V	SEANCE + AFTER RUN	23 D		23 M	SEANCE TRAIL / MN	23 V		23 L		23 J	
24 M	SEANCE + AFTER PIZZA	24 S	SORTIE TRAIL	24 L	PPG / MN	24 J		24 S		24 M		24 V	
25 J		25 D		25 M		25 V	SEANCE TRAIL	25 D		25 M		25 S	
26 V	SEANCE RUN	26 L	PPG / MN	26 M	SEANCE TRAIL / MN	26 S	SORTIE TRAIL	26 L		26 J		26 D	
27 S	SORTIE TRAIL	27 M		27 J		27 D		27 M		27 V		27 L	
28 D		28 M	SEANCE TRAIL / MN	28 V	SEANCE TRAIL	28 L	PPG / MN	28 M	SEANCE TRAIL / MN GLAISINS	28 S		28 M	
29 L	FERIE	29 J		29 S	SORTIE TRAIL	29 M		29 J		29 D		29 M	
30 M		30 V	SEANCE TRAIL	30 D		30 M	SEANCE TRAIL / MN	30 V		30 L		30 J	
31 M	SEANCE RUN / MN			31 L	PPG / MN			31 S		31 M			

Légende (se reporter à la newsletter / au plan d'entraînement mensuel pour la confirmation des activités) :

Séance AVOC Trail / RUN / Piste / Marche Nordique (Les lundis sous conditions effectifs de 40 inscrits minimum sur la saison)

Après entraînement After Run offerte par AVOC

Jour férié (Pas de seance)

Sortie trail et Marche Nordique (MN) le samedi

AVOC organise ANCILEVIENNE et CROSS, on a besoin de Benevoles