



Stage Oxy'ski

Du 22/01/2023 au 25/01/2023

DIMANCHE	9h00	Départ Massillon (bus Fontanon)
	11h30	Installation rapide
	12h00	Pique nique tiré du sac
	14h00 - 17h00	Ascension Mézenc en raquette
	17h30	Fin d'installation
	19h00	Repas
	20h30	Vidéo technique skating
LUNDI	8h30	Petit déjeuner
	9h00 - 12h	Skating
	12h30	Repas
	14h-17h	Skating
	18h00-19h00	Analyse vidéo
	19h00	Repas
	20h30	Sortie nocturne raquettes
MARDI	8h30	Petit déjeuner
	9h00 - 12h	Skating
	12h30	Repas
	14h-17h	Raquettes
	19h00	Repas
	20h30	Film Aventure outdoor
MERCREDI	8h30	Petit déjeuner
	9h00 - 12h	Skating
	12h30	Pique nique
	14h00	Départ
	16h30 - 17h00	Arrivée Massillon