

JAFretin - VAFA		AMADOU DRAME	06.26.70.53.01			
		OLIVIER PIERREUSE	06.11.66.10.96			
Date	Horaires	Lieu de RDV	Circuit/Événement	Info covoiturage	Amadou?	
Sun 05 October	9H00	STADE NIVESSE DE FRETIN (entrée du côté de la rue du cimetière)	INITIATION/SEANCE TECHNIQUE Sortie de 7KM		OUI	
Wed 08 October	18h30	STADE NIVESSE DE FRETIN (entrée du côté de la rue du cimetière)	SEANCE CARDIO pour les avancés/Compétition		OUI	
Sat 11 October	9H30	PARKING DE L'EGLISE DE FRETIN	CIRCUIT FRETIN/BONNANCE 10KM		NON	
Sat 11 October	14H	PARC DU MONT SOLEIL OUTREAU	NORDIQUE OUTRELOISE COMPETITION 12KM	10H45 PARKING CIMETIERE DE FRETIN	OUI	
Mon 13 October	18H30	STADE NIVESSE DE FRETIN (entrée du côté de la rue du cimetière)	SEANCE CARDIO pour les avancés/Compétition		OUI	
Sun 19 October	9H30	PARKING MARAIS DE BONNANCE	CIRCUIT BONNANCE/SAINGHIN 10KM		NON	
Wed 22 October	18H30	STADE NIVESSE DE FRETIN (entrée du côté de la rue du cimetière)	SEANCE CARDIO pour les avancés/Compétition		NON	
Sat 25 October	9H30	PARKING DE L'EGLISE DE FRETIN	CIRCUIT FRETIN/BONNANCE 10KM		NON	
Mon 27 October	18H30	STADE NIVESSE DE FRETIN (entrée du côté de la rue du cimetière)	SEANCE CARDIO pour les avancés/Compétition		NON	