



CALENDRIER 2023/2024 Equipe de Club Optimist

	GRUPE	HORAIRES	LIEU	AGE
MERCREDI	Entrainement	4h00/17h30	Base de Mer	9/14 ans
	Préparation Physique Généralisée	8h00/19h00	Salle lycée Tabarly / en extérieur (à préciser)	
Légende	Régate de club	Régate departe	Régate de ligue	Régate Interligue et nationale
	Entrainement			
	Stages Extérieur			
	Préparation Physique Généralisée (PPG)			

JANVIER 2024			FEVRIER 2024			MARS 2024			AVRIL 2024			MAI 2024			JUN 2024			Juillet 2024			Aout 2024		
1	L		1	J		1	V		1	L	I-L Royan	1	M		1	S	Coupe rég La Baule	1	L		1	J	
2	M		2	V		2	S		2	M		2	J		2	D		2	M		2	V	
3	M		3	S		3	D		3	M		3	V		3	L		3	M		3	S	
4	J		4	D	?Entrainement Quiberon ?	4	L		4	J		4	S		4	M		4	J		4	D	
5	V		5	L		5	M		5	V		5	D		5	M		5	V		5	L	
6	S		6	M		6	M		6	S		6	L		6	J		6	S		6	M	
7	D		7	M	VRC	7	J	Stage CDV Vendée + EDS	7	D		7	M		7	V		7	D		7	M	
8	L		8	J		8	V		8	L		8	M		8	S		8	L		8	J	
9	M		9	V		9	S	Dép Moulin Papon	9	M		9	J		9	D	Finale dep St Gilles	9	M	Stage club	9	V	Summer Camp du 7 au 13 ENV
10	M		10	S	EdC + EdS	10	D		10	M	Régate Club	10	V		10	L		10	M		10	S	
11	J		11	D		11	L		11	J		11	S		11	M		11	J		11	D	
12	V		12	L		12	M		12	V		12	D		12	M		12	V		12	L	
13	S		13	M		13	M		13	S	Ligue SNO (Préfailles)	13	L		13	J		13	S		13	M	
14	D		14	M		14	J		14	D		14	M	En extérieur	14	V		14	D		14	M	
15	L		15	J		15	V		15	L		15	M		15	S		15	L		15	J	
16	M		16	V		16	S	Régate Ligue Mazerolles	16	M		16	J		16	D		16	M		16	V	
17	M		17	S		17	D		17	M		17	V		17	L		17	M		17	S	
18	J		18	D		18	L		18	J		18	S		18	M	IL CNBPP (1/2 national)	18	J		18	D	
19	V		19	L		19	M		19	V		19	D		19	M		19	V		19	L	
20	S		20	M		20	M		20	S		20	L		20	J		20	S		20	M	
21	D		21	M	VRC	21	J		21	D		21	M		21	V		21	D		21	M	
22	L		22	J		22	V		22	L		22	M		22	S		22	L		22	J	
23	M		23	V		23	S		23	M	CIP La Rochelle	23	J		23	D		23	M		23	V	
24	M		24	S		24	D	Team Race SNO	24	M		24	V		24	L		24	M		24	S	
25	J		25	D	Stage ENV ou Stage Mazerolle	25	L		25	J		25	S		25	M		25	J		25	D	
26	V		26	L		26	M		26	V		26	D		26	M		26	V		26	L	
27	S		27	M		27	M		27	S		27	L		27	J		27	S		27	M	Stage reprise
28	D		28	M		28	J		28	D		28	M	En extérieur	28	V		28	D		28	M	Stage Summer Camps ENV
29	L	? Stage au CNBPP ?	29	J		29	V		29	L		29	M		29	S		29	L		29	J	
30	M		30	M		30	S		30	M		30	J		30	D		30	M		30	V	
31	M		31	D		31	D	Inter-Ligue Royan	31	D		31	V		31	M		31	M		31	S	