

Calendrier 2020 semestre 1 - à retrouver sur www.guc-co.fr

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin		Juillet							
1	M	1	S	1	D	1	M	1	V	1	L	1	M	Challenge Grenobleis					
2	J	2	D	2	L	2	J	2	S	2	M	2	J						
3	V	3	L	3	M	FM - Seyssins Concentration	3	V	3	D	3	M	Challenge Grenobleis	3	V				
4	S	4	M	FM - Salle Maison GUC Analyse de courses	4	M	4	S	4	L	4	J	4	S					
5	D	5	M	5	J	5	D	5	M	NM - Poisat Course en couloir	5	V	5	D					
6	L	6	J	6	V	6	L	6	M	6	S	6	L						
7	L	7	V	7	S	7	M	FH - Frange verte Choix d'itinéraire	7	J	7	D	7	M					
8	M	8	S	8	D	8	M	8	V	CF relais sprint 42	8	L	8	M					
9	J	9	D	9	L	9	J	9	S	CF MD 42	9	M	9	J					
10	V	10	L	10	M	FH - St Egrève Mémoire Précision	10	V	10	D	CFC 42	10	M	Challenge Grenobleis GUC	10	V			
11	S	11	M	JCR - SalleMaisonGUC Cartographe invité	11	M	11	S	WE club	11	L	11	J	11	S				
12	D	12	M	12	J	12	D	WE club	12	M	FM - Bastille Murs et tunnels	12	V	12	D				
13	L	13	J	13	V	13	L	WE club	13	M	13	S	O'Plato Vercors Drômois	13	L				
14	M	NM - Salle Maison GUC Lecture du relief	14	V	14	S	CDL MD et Nuit 01	14	M	Pas d'entraînement	14	J	14	D					
15	M	15	S	Challenge Isérois Campus - GUC	15	D	CDL LD 01	15	M	15	V	15	L	15	M				
16	J	16	D	16	L	16	J	16	S	CP - Lieu à préciser	16	M	16	J					
17	V	17	L	17	M	MC - Parc Bachelard Simu cartes CFC	17	V	17	D	17	M	Challenge Grenobleis	17	V				
18	S	18	M	Pas d'entraînement	18	M	18	S	CL LD 63	18	L	18	J	18	S	Nationale MD 73			
19	D	19	M	19	J	19	D	MD 63	19	M	FH - Poisat Relief Simplification	19	V	19	D	Nationale LD 73			
20	L	AG Club	20	J	20	V	20	L	20	M	20	S	20	L					
21	M	FH - Salle Maison GUC Symboles et définitions	21	V	21	S	VTT'O MD 38	21	M	Vacances Pas d'entraînement	21	J	21	D	21	M			
22	M	22	S	Ski'O 74	22	D	VTT'O LD 38	22	M	22	V	22	L	22	M				
23	J	23	D	23	L	23	J	23	S	23	M	23	J	23	J				
24	V	24	L	24	M	RT - L'île d'Amour Utilisation boussole	24	V	24	D	24	M	Challenge Grenobleis	24	V				
25	S	Challenge Isérois Chapareillan - USSE	25	M	Vacances Pas d'entraînement	25	M	25	S	25	L	25	J	25	S				
26	D	Ski'O 26	26	M	26	J	26	D	26	M	FM+NM - Frange verte Relocalisation et Picnic	26	V	26	D				
27	L	27	J	27	V	27	L	27	M	Sco'Bivwak	27	S	Vertaco - Orga Guc et Orientalp	27	L				
28	M	RT - Salle Maison GUC Construction d'itinéraire	28	V	28	S	Changement d'heure	28	M	FH - Parc Paul Mistral Travail des visées	28	J	Sco'Bivwak	28	D	Autrans Méaudre	28	M	OOCCUP 01
29	M	29	S	29	D	CL MD 26	29	M	29	V	Sco'Bivwak	29	L	29	M				
30	J	30	L	30	J	30	S	Raid O'Bivwak	30	M	30	M	30	J					
31	V	31	M	FM - Meylan Contact Anticipation	31	D	Raid O'Bivwak	31	V	31	V	31	V						

LEGENDE

Entrainement du mardi soir - 18h45

Entrainement en journée

Challenge Isérois ou Grenobleis

Orga ou course club (hébergement prévu)

Courses non club suggérées

ANIMATEURS

FM	François Maréchal	06 88 45 12 27
RT	Roland Thiévenaz	06 75 70 22 01
JCR	Jean-Claude Ragache	06 07 22 85 52
FH	Florence Herpin	06 61 65 47 26
NM	Nicolas Monseu	06 83 83 35 02
CP	Christophe Prunet	06 75 88 75 45
CR	Christine Raucoules	06 85 15 72 39
MC	Marianne Corbin	

TYPES DE COURSES

CL	Championnat de ligue
CF	Championnat de France
CFC	Championnat de France des Clubs (Relais)
CDL	Course de Ligue
MD	Moyenne Distance
LD	Longue Distance

Renseignements courses sur le site de la Ligue
www.lauraco.fr