

Calendrier Prévisionnel Sportif 2018 2019

Aviron Cognac (le C.Y.R.C)

VETERANS (1981 et avant)

	Lieux	Dates	Activités	Niveau
Octobre	Cognac	S 12	Assemblée générale club	Pour tous = tous concernés
	Cognac	S 20	Run/rowing	Pour tous
	Cognac	Ma 30	Rando intégration + sport co	Pour tous
	Cognac	Me 31	Stage intégration avec soirée club	Pour tous
Novembre	Cognac	S 17	Journée nationale en 8	Pour tous
Décembre	Cognac	S 8	Indoor en relais	Pour tous
	Cognac	S 8 ou D 9	Téléthon	Tout public = même les familles
	Bordeaux	D 9	Indoor (Test Ergo) (évaluation individuel national)	Etre au minimum à 70% de séances d'entraînement
	Cognac	S 22 Séance de 9h30 à 12h	Sortie de Noël. Apporter si possible un bonnet de Noël (chocolat de Noël offert par le club)	De J11 à adultes Possibilité de reste manger au club en apportant son repas
	Cognac	S ???	Test footing	Pour tous
Janvier	Cognac	V 25 ou S 26	Défi indoor interne au club en relai	Tout public = même les familles
Février	Charléty	S 9	Chpt France indoor	Etre au minimum à 70% de séances d'entraînement
	Bordeaux	D 10	Challenge Nouvelle Aquitaine (régates)	Pour tous (les inscriptions se feront dans des courses senior)
Mars	Châtelleraut	S 23	Tête de Rivière	Pour tous
	Cognac	J 28	LOTO du Club	Tout public = même les familles
Mai	Libourne	S 5 et D 6	Régates de Zone	Pour tous
	Cazaubon	S 18 au D 19	Régates de Zone	Etre au minimum à 70% de séances d'entraînement. A confirmer si dans le programme il y aura des courses Vétérans
Juin	Bordeaux	S 1 et D 2	Régates de Zone	Pour tous
	Vichy	V 21 au D 23	Chpt de France Master	Selon le temps réalisé sur un chrono de 500m au club entre le 25 mai et 8 juin
	Cognac	S 22 à confirmer	Portes ouvertes	Pour tous
Juillet	Bergerac	D 14	Régates	Pour tous
	Ratzeburg	A définir	Jumelage	Tout niveau
Septembre	Cognac	A déterminer	Date de rentrée de la nouvelle saison 2020	Pour tous
	Gérardmer	Du 27 au 30	Chpt France Sprint Senior	Selon catégorie + selon le temps réalisé sur un chrono de 500m au club entre 7 et 14 septembre
Octobre 2019	Angers	S ??? Et D??	Coupe des Dames et Coupe des supporters	Pour tous