

VELOROC
CALENDRIER PREPARATION ODANAK
1^{er} CYCLE
2011

DIMANCHE 6 FEVRIER	CAVAILLON UFOLEP	Courses XC à partir des benjamins (ufolep 1998 et 1999)
SAMEDI 12 FEVRIER	LES TAILLADES	14 heures entraînement
DIMANCHE 20 FEVRIER (organisation véloroc)	GORDES	9 heures LES CALADES DE GORDES ou TRJV
DIMANCHE 6 MARS	LES TAILLADES	10 heures entraînement (tests)
DIMANCHE 13 MARS (organisation véloroc)	LES TAILLADES Ufolep	Courses XC à partir des benjamins
WE 19 et 20 MARS	OFF ROAD CASSIS	Courses XC à partir des poussins
SAMEDI 9 AVRIL	LES TAILLADES	14 heures entraînement circuit ODANAK
SAMEDI 16 AVRIL	LES TAILLADES	14 heures entraînement
26-27-28-29 AVRIL (organisation véloroc)	SAULT	Stage VELOROC
DIMANCHE 1er MAI (organisation véloroc)	LES TAILLADES	ODANAK #1 à partir des poussins
DIMANCHE 15 MAI	CHEVAL BLANC	10 heures entraînement
DIMANCHE 29 MAI	MANOSQUE	ODANAK #2
SAMEDI 18 JUIN	CHEVAL BLANC	14 heures entraînement
DIMANCHE 26 JUIN	LES ORRES	ODANAK #3
SAMEDI 2 JUILLET	SUPER DEVOLUY	ODANAK #4
DIMANCHE 10 JUILLET	SERRE CHEVALIER	ODANAK #5
Récupération complète	Du 15 juillet au 15 Aout	