

Avant programme

| randos | | | | n. de KM | | acompte | inscription |
|--------|---|----------------|------------------------|-----------|---------------|----------|-------------|
| | | | | | | | avant le : |
| MK | | d 30 mars | trevoux | 23 X 2 | Trevoux | | |
| FFSA | | s 5 AVRIL | La Bressane | 25 | Louhans | 47 | 1er Février |
| FFSA | | 1er mai | Descente dans Lyon | 25 | AUNL | 22 + 22 | 15-avr |
| MK | | 17+18 mai | Chalon | 60+73 | | 20 | |
| | | | Anciens du lundi | | Villeret | 50 | mars |
| MK | R | 24+25 mai | Skiff | 25 | Villeret | 50 | mars |
| FFSA | | 7+8+9 juin | 3 Rivieres | 27+33+15 | Bayonne | 350 | |
| | | 09-juin | Venise | | | 70 | |
| FFSA | R | 15-juin | R N Gorges de la Loire | 20 ou 40 | Av stephanois | 45,00 | mars |
| FFSA | | 21+22 juin | La Saintongeaise | 21,5 x 2 | Saintes | 200 | 15-mars |
| FFSA | R | 29-juin | Les Roselières | 25 | La Sone | 57,00 | avril |
| FFSA | | 27 ... 2 aout | La meuse | 180 | Sedan-Namur | 450 + 30 | mai |
| FFSA | | 11 ... 16 aout | Canal duMidi | 140 + 100 | Toulouse - B | 140 +20 | mai |
| FFSA | R | 14-sept | Seine et Hauts | 28 | Paris | 52,00 | juin |
| FFSA | | 05-oct | iles de Iereins | | Cannes | 54+25 | juillet |
| FFSA | | 12-oct | R ancilienne | 25 | Annecy | 50,00 | mai |
| FFSA | | 6 dec | Baie des anges | 37 | Nice | 110 + 50 | mai |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | 20+22 juin | descente du lot | 47 | Av Cahors | complet | |
| | | ou | Golf Morbihan | 58 | C A Vannes | complet | |
| | | 19+20 sept | Descentedu Lot | | Cahors | complet | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

competitions

11-janv Cross - Miribel
 26-janv Paladru
 02-févr indoor
 8 - fevrier Marignane
 15-févr Décines
 24-févr Vacances
 01-mars Cht Longue D
 09-mars Romans
 22-mars Aiguebelette
 11-avr Cazaubon
 21 - 26 avril Villerest
 24-mai Aiguebelette
 06-juin Libourne J
 13-juin Macon Zone
 27-juin Brives Cht M + Masters
 03-juil Vichy - Cht J et -23
 11-sept Macon - Cht Seniors

pour chaque rando, etablir un chèque à lordre de MK
 il sera débité après la sortie
 si, absent, trouver un remplaçant
 j'enverrais un chèque global, rapidement

évirez de trouver une excuse
 pour ne pas participer au chargement de la R

ne pas oublier votre clé de "10"

11/01/25

CERCLE de l' AVIRON d e LYON

12 quai Clémenceau - 69300

C A L U I R E

Conditions

- être à jour de cotisation
- avoir la peche = un peu de d'entrainement
- respecter les dates d'inscriptions
- participer au chargement de la Remorque
- posséder une clé de "10",
 un tire-bouchon (facultatif)
 et, une dose de bonne humeur