

CALENDRIER PERFORM CONCEPT TRAIL PRINTEMPS ETE 2020

JOURNEES	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE	OCTOBRE
Trail découverte balcons de serre Ponçon <i>{Journée}</i>		08 – 31		30	19		
Initiation trail nocturne <i>{Soirée}</i>		9 – 22				25 – 26	2 – 3
Trail masters 50 <i>{Journée}</i>			28		15	6	
Tests physiques et préférences motrices <i>{Journée}</i>				9	1 – 12		
Préparation mentale du trailier <i>{Journée}</i>			27	6	11 – 20	5	
Balade pleine nature- pleine conscience <i>{Demi-journée}</i>		17		07 – 28	13 – 18		
Marche active évasion <i>{Demi-journée}</i>				8 – 29	14 – 21		
STAGES	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE	OCTOBRE
Trail méditerranéen en Corse du Sud <i>{5 jours / en option 5 nuits}</i>							Du 15 au 19 Du 20 au 25
Trail pour tous Alpes du Sud <i>{4 jours / en option 4 nuits}</i>				Du 10 au 14 Du 15 au 19	Du 2 au 6		
Trail wellness <i>{3 jours / en option 3 nuits}</i>						Du 10 au 13	
Préparation physique du trailier <i>{3 jours / en option 3 nuits}</i>			Du 18 au 21				