

Planning d'entraînement

Du 29/06/2009 au 30/08/2009



Eté 2009

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h à 9h G7 (en autonomie)		8h à 9h G7 (en autonomie)		Repos	Compétition ou repos	Compétition ou repos
9h à 10h15 G5	9h à 10h15 G1 & G2		9h à 10h15 G3			
	10h30 à 11h45 G3		10h30 à 11h45 G1 & G2			
17h15 à 18h15 Permanence ou Initiations	17h15 à 18h15 Permanence ou Initiations	17h15 à 18h15 Permanence ou Initiations	17h15 à 18h15 Permanence ou Initiations			
18h30 à 19h30 Piscine Test BNSSA 2009/2010	18h30 à 19h45 G4 & G6	18h30 à 19h45 G5	18h30 à 19h45 G4 & G6			
			19h45 à 21h G7 (en autonomie)			