



PLANNING D'ENTRAINEMENT



| H E U R E | LUNDI | | | MARDI | | | MERCREDI | | | JEUDI | | | VENDREDI | | | SAMEDI | | |
|-----------------------|-----------------------------------|--------------------|---------|---------|-----------|---------|----------|-----------|---------|---------|-----------|---------|----------|-----------|---------|---------|-----------|---------|
| | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. | HONNEUR | STABILISE | CASSEP. |
| 8H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18H | Spé Gardien 18h-19h U13 | U13 18H30 - 20H | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20H | Spé Gardien 19h-20h U14-U17 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21H | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

U6-U9 10H00-11H30

U15
15H00-16H30

U17
16H30-18H00

U6-U9 17H30-19H00

U13
18H00-19H30

U16
18H30-20H00

U11
18H - 19H30

FILLE 17H30-18H30

U15
18H15-19H30

U16
18H30-20H00

SENIOR 1&2
19H30-21H00

Spé Gardien senior

SENIOR 1&2
19H30-21H00

U17
19H30-21H

SENIOR D4
19H30-21H

SENIOR 1&2
19H30-21H00