

Horaire des entrainements du 23 août au 13 octobre 2021



	Lundi		Mercredi	Jeudi		Vendredi	
	18h-19h15 Finges	18h-19h45 Ecoxia	18h-19h45 Ecoxia	18h-20h Ecoxia	18h-19h45 Ecoxia	18h-19h45 Ecoxia	17h30-19h15 Ecoxia
<u>Groupes Jeunesse :</u>	Course Vitesse Souplesse	Course Vitesse Intervalles	Course Vitesse Intervalles Renforcement	Technique spécifique	Vitesse Condition physique	Technique générale Vitesse Rythme Coordination	Technique générale Vitesse Rythme Coordination
1 : 8 à 10 ans (2011-2013)	☺						☺
2 : 11 à 12 ans (2009-2010)		☺				☺	
3 : 13 à 20 ans (2001-2008)			☺	☺	☺		

N.B. Les entrainements n'ont pas lieu durant les vacances scolaires et les jours fériés, sauf communication particulière