



HORAIRES D'ENTRAÎNEMENTS 2016-2017

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche		
	Hugo : repos hebdomadaire						Hugo : repos hebdomadaire		
9h00		sortie loisirs autonomes	sortie loisirs autonomes	sortie loisirs autonomes	sortie loisirs autonomes	sortie loisirs autonomes	entraînement compétiteurs toutes catégories (J12 à J18)		
9h30									
10h00									
10h30									
11h00									
11h30									
12h00									
13h30									
14h00	aviron santé	aviron santé	entraînement compétiteurs toutes catégories (J12 à J18)	aviron santé	aviron santé	entraînement compétiteurs toutes catégories (J12 à J18)			
14h30									
15h00	sortie loisirs autonomes								
15h30									
16h00									
16h30									
17h00									
17h30									
18h00			AVIFIT	AVIFIT					
18h30	entraînement compétiteurs en salle catégories J12 à J18 (musculature-PPG)	entraînement compétiteurs catégories J12 à J18 (1/10 -> 30/3 en salle)					entraînement compétiteurs catégories J12 à J18 (1/10 -> 30/3 en salle)		
19h00									
20h00									
20h30									

Ce calendrier hebdomadaire peut être modifié en fonctions des compétitions

Coupons sports, chèques vacances, carte M'RA acceptés

ATTENTION : les séances "aviron-santé" peuvent être déplacées en fonction de l'occupation du coach (affichage glissant sur 2 semaines)