

Planning des entrainements Saison 2022-2023

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
13:00					
14:00			14h00 / 15h30 Groupe Jeunes C (Rami Miled)		
15:00					
16:00			15h30 / 17h30 Groupe Jeunes B (Rami Miled)		
17:00					
18:00	17h30 / 19h00 Groupe Jeunes C (Théo Ferrandes)	17h30 / 19h30 Groupe Jeunes B (Fabien Guiot)	17h30 / 19h00 Groupe Jeunes A (Rami Miled)	17h30 / 19h30 Groupe Jeunes B (Fabien Guiot)	17h30 / 19h00 Groupe Jeunes C (Théo Ferrandes)
19:00	19h00 / 21h00 Adultes loisirs + Equipes départementales (Yohan Lo-pinto ou Matthieu Foucault)	19h30 / 21h30 Adultes compétiteurs	19h00 / 21h00 Adultes loisirs + Equipes départementales	19h30 / 21h30 Adultes compétiteurs Equipes Nationale et Régionales	19h00 / 21h00 Séance libre
20:00					
21:00					
22:00					

Les équipes de la phase 1

1 : Nationale 3	2 : Régionale 1	3 : Régionale 3	4 : Régionale 3	5 : Départementale 1
6 : Départementale 2	7 : Départementale 3	8 : Départementale 4 (Jeunes)	F : Féminine	