

# Planning des entrainements

## Saison 2023-2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10:00			10h00 / 12h00 animation ping centre aéré (entraîneur principal)		
11:00					
12:00	11h30 / 13h30 <b>Periscolaire</b> (entraîneur principal)	11h30 / 13h30 <b>Periscolaire</b> (entraîneur principal)		11h30 / 13h30 <b>Periscolaire</b> (entraîneur principal)	11h30 / 13h30 <b>Periscolaire</b> (entraîneur principal)
13:00					
14:00			13h30 / 15h00 <b>Groupe Jeunes C</b> (entraîneur principal)		
15:00			15h00 / 16h30 <b>Groupe Jeunes B</b> (entraîneur principal)		
16:00			16h30 / 18h00 <b>Groupe Jeunes A</b> (Fabien Guiot )		
17:00					
18:00	17h30 / 19h00 <b>Groupe Jeunes C</b> (Théo Ferrandes)	17h30 / 19h30 <b>Groupe Jeunes B</b> (Fabien Guiot )	18h30 / 19h30 <b>Groupe Jeunes A</b> (Fabien Guiot )	17h30 / 19h30 <b>Groupe Jeunes B</b> (Fabien Guiot )	18h30 / 19h30 <b>Groupe Jeunes A</b> (Fabien Guiot )
19:00	19h00 / 21h00 <b>Adultes loisirs +</b> <b>Equipes départementales</b> (entraîneur principal)	19h30 / 21h30 <b>Adultes compétiteurs</b> (entraîneur principal)	18h00 / 21h00 <b>Adultes loisirs libre</b> + <b>Equipes</b> <b>départementales</b>	18h30 / 20h30 <b>E-sport</b> <b>petite salle</b> (E.prinicpal)	19h30 / 21h30 <b>Adultes compétiteurs</b> <b>Equipes Nationale et</b> <b>Régionales</b>
20:00					
21:00					

22:00

### Les équipes de la phase 1

<b>1</b> : Nationale 3	<b>2</b> : Régionale 1	<b>3</b> : Régionale 3	<b>4</b> : Pré-régionale	<b>5</b> : Pré-régionale
<b>6</b> : Départementale 2	<b>7</b> : Départementale 3	<b>8</b> : Départementale 4 (Jeunes)		