

ENTRAINEMENTS ADULTES SAISON 2022



Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h30				NATATION			
8h00							
8h30							
9h00							
09h30							
10h00							COURSE A PIED
10h30							
11h00							
11h30							
12h00		NATATION			NATATION		
12h30							
13h00							
13h30						VELO (2 groupes de niveau)	
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00							
18h30		COURSE A PIED		COURSE A PIED			
19h00							
19h30	NATATION		NATATION				
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							