



Entraînements 2011/2012

version octobre 2011

Mise application à compter du samedi 4 novembre 2011

Loisirs	Cours de Loisirs
Ensemble	Cours de Compétition "Ensemble"
Indiv	Cours de Compétition "Individuelle"

ENSEMBLES et Responsable	INDIVIDUELLE * et Responsable	lundi	mardi	mercredi	vendredi	samedi
DC1 - DC2 Pous Amandine						15h30 - 17h30 amandine + 17h30 - 18h30 prepa corpo Olivia
-	CF3 Amandine - Laura		18h00 - 20h00 Amandine - Laura			17h30 - 18h30 prepa corporelle Olivia
	CF4 Amandine			17h00-18h30 Amandine		17h30 - 18h30 prepa corporelle Olivia
DC1 Benj / Min Nathalie	INDIV (federal, pré-fédéral, critérium) Nathalie	18h15 - 20h30 Nathalie			17h15 - 18h Préparation Corpo 18h15 - 20h Nathalie	13h30 - 15h30 Nathalie
DC3 Benj/ min Nathalie		18h15 - 20h15 Laura				11h30 - 13h30 Nathalie
DC4 Benj / min Nathalie		18h15 - 20h00 Elodie - Octanse				9h30 - 11h30 Nathalie + aide
DC1 Cad/Jun /Sen Nathalie	indiv (critérium) Nathalie	20h00 - 21h30 Nathalie				13h30 - 16h00 Nathalie
DC2 cad / jun / sen Amandine	indiv (DIR) Nathalie	20h00 - 21h30 Nathalie				13h30 - 15h30 Nathalie
Pépinières Amandine	-					10h00 - 11h30 Amandine
Bébé GR (Ptt / Moy = 3/4)						10h00 - 11h00 Isabelle
Loisirs (Moy / Gdes = 4/5)						9h00 - 10h00 Isabelle + Cathy
Loisirs 6/7 ans CP/ CE1						13h30 - 14h30 Elodie
Loisirs 8/9 ans CE2 / CMI						14h30 - 15h45 Elodie +Laura
Loisirs 10 ans et plus CM2						16h00 17h30 Olivia