

PLANNING ENTRAINEMENT- Jeune Performance

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
06:30							
07:00		Natation Piscine Belletanche 06:30-08:30		Natation Piscine Belletanche 06:30-08:30	Natation Piscine Belletanche 06:30-08:30		
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00						Vélo de route 13:30-15:00	
15:00							
16:00							
17:00	Course a pied Lycée Robert Schuman 16:15-17:30	Course a pied Lycée Robert Schuman 16:15-17:45	Course a pied Lycée Robert Schuman 16:15-17:30	Vélo/HT Lycée Robert Schuman 16:15-18:00			
18:00	Natation Lycée Robert Schuman 17:30-19:30		Natation Lycée Robert Schuman 17:30-19:30	Course a pied Lycée Robert Schuman 18:00-19:30	Natation Piscine Lothaire 17:00-19:00		
19:00					Course a pied Piscine Lothaire 19:00-20:00		
20:00							
21:00							
21:30							