



PLANNING D'ENTRAINEMENTS Saison 2017 / 2018

Groupe ELITE

Sébastien DUBROCA – Mohamed FARHAN

- SEMAINE 37 : DU 11 au 17 SEPTEMBRE 2017
Semaine d'entraînement.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN		9h00 9H45 TREMBLERE	9h00 9H45 TREMBLERE	9h00 9H45 TREMBLERE	9h00 9h45 TREMBLERE	REPOS	REPOS
APRES-MIDI	14h45 15h30 TREMBLERE	14h45 15h30 TREMBLERE	REPOS	14h45 15h30 TREMBLERE	14h45 15h30 TREMBLERE	MATCH N3 19H00 ST CYR sur Loire A ST CYR	REPOS