

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
16 H 00			Groupe 1 Garçon Fille 2019 et 2020 (5 ans et 4 ans) débutants De 16h à 16h45			16 H 00
17 H 00						17 H 00
17 H 30		Groupe 3 et 4 M9 Garçon et Fille 2016 et 2017 (8 ans et 7 ans) débutants & confirmés	Groupe 2 M7 Garçon Fille 2018 (6 ans) débutants & confirmés et 2019 (5 ans) confirmés	Groupe 3 et 4 M9 Garçon et Fille 2016 et 2017 (8 ans et 7 ans) débutants et confirmés	Groupe 2 M7 Garçon Fille 2018 (6 ans) débutants et confirmés et 2019 (5 ans) confirmés	17 H 30
18 H 00			Groupe 4 et 5 * Fille M9 2016 et 2017 M11 2014 et 2015 (de 10 à 7 ans) débutantes & confirmées De 17h45 à 18h45			18 H 00
18 H 30		Groupe 5 et 6 M11 Garçon et Fille 2014 et 2015 (10 ans et 9 ans) 1er groupe débutants & confirmés		Groupe 5 et 6 M11 Garçon et Fille 2014 et 2015 (10 ans et 9 ans) 1er groupe débutants et confirmés	Assauts dirigés	18 H 30
19 H 00						19 H 00
19 H 30		Groupe 5 et 6 M11 Garçon et Fille 2014 et 2015 (10 ans et 9 ans) 2nd Groupe débutants & confirmés	Groupe 7 M13 Garçon Fille 2012 et 2013 (12 ans et 11 ans) débutants & confirmés De 18h45 à 20h00	Groupe 5 et 6 M11 Garçon et Fille 2014 et 2015 (10 ans et 9 ans) 2nd Groupe débutants et confirmés	Groupe 7 M13 Garçon Fille 2012 et 2013 (12 ans et 11 ans) débutants & confirmés	19 H 30
20 H 00						20 H 00
20 H 30	Groupe 10 Loisirs Adultes Groupe 9 Garçon Fille M15 2010 et 2011 (14 ans et 13 ans) confirmés et M17 M20 Seniors 2009 et avant (15 ans et plus) confirmés de 20h à 21h30		Groupe 10 Loisirs Adultes Groupe 9 Garçon Fille M15 2010 et 2011 (14 ans et 13 ans) confirmés et M17 M20 Seniors 2009 et avant (15 ans et plus) confirmés de 20h à 21h30	Groupe 8 Garçon Fille M15 2010 et 2011 débutants & loisirs M17 2008 et 2009 débutants & loisirs M20 2005, 2006 et 2007 débutants et loisirs De 20h à 21h30	Groupe 10 Loisirs Adultes Groupe 9 Garçon Fille M15 2010 et 2011 (14 ans et 13 ans) confirmés et M17 M20 Seniors 2009 et avant (15 ans et plus) confirmés de 20h à 21h30	20 H 30
21 H 00						21 H 00
21 H 30						21 H 30
22 H						22 H

Les garçons et filles nés en 2014 et 2015 sont répartis en 2 sous-groupes le mardi et le jeudi

* Les filles qui viennent le mercredi de 17h45 à 18h45 peuvent aussi participer à un deuxième entraînement mixte le mardi ou le jeudi dans leur catégorie d'âge.