

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Avenirs 1	17h30	18h	17h30, 18h30		17h30	
Avenirs 2 Avenirs 3	17h30	18h	17h30, 18h30		17h30	10h, 16h, 17h
Espoirs 1	17h30	17h30	16h30, 17h30	17h30	17h30	10h, 11h, 16h, 17h
Espoirs 2	17h30	17h30	16h30, 17h30	17h30	17h30	10h, 11h, 15h, 16h, 17h
Elites	18h30	18h30	18h30	18h30	18h30	10h, 18h
Ados	17h30	20h	16h30, 17h30	17h30	17h30, 20h	10h, 11h, 16h, 17h, 19h
Adultes Initiation	20h15		20h30			19h
Adultes Perf.	17h30, 20h		17h30, 20h30	20h30	17h30	10h, 11h, 16h, 17h, 19h
Masters	20h		20h15	20h30		10h, 19h

Tous les entraînements durent 1 heure (sauf Elites : 2 heures, Avenirs 1 et 2 : 50 min, Masters : 2 heures le samedi matin)