

PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS 2018-2019

PRECISIONS :

- *Attention, certains horaires sont susceptibles de changer à la rentrée, en fonction des disponibilités des bénévoles.*
- *Les cours du samedi après-midi peuvent être annulés en raison des compétitions.*
- *Pour plus de renseignements, merci de contacter le bureau à la rentrée scolaire.*

BABY GYM

Groupe des petits : samedi 9h-10h
Groupe des moyens : samedi 10h-11h
Groupe des grands : samedi 11h-12h

GYM ADULTES

Lundi et jeudi 20h-22h

SECTEUR FÉMININ LOISIR

ECOLE DE GYM :

6 à 10 ans : mercredi 13h30-15h

GYM LOISIR :

10 à 12 ans : mardi 17h-18h30 et mercredi 15h-16h30
12 à 14 ans : mardi 18h30-20h et mercredi 16h30-18h00

SECTEUR FEMININ LOISIR/PREPA-COMPETITION

POUSSINES :

6 à 9 ans : mercredi 15h-16h30 et vendredi 18h-19h30

SECTEUR FEMININ COMPETITION

Groupes de Nathalie :

FEDERAL B : lundi 17h-18h30 et vendredi 17h-18h30
FEDERAL A : lundi 18h30-20h ; vendredi 18h30-20h et samedi

Groupes de Philippe :

GYM PERF : lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 16h30 à 18h
FEDERAL/NATIONAL : lundi mercredi et jeudi 18h- 20h, vendredi 18h30-20h30 et samedi 14h-17h

TEAM GYM :

Groupe Evolution : mardi et jeudi 18h30-20h30
Groupe Détente : jeudi 18h30-20h30

SECTEUR MASCULIN LOISIR

Débutant 1 : mercredi 15h-16h30

Débutant 2 : mardi 17h-18h30 et jeudi 16h30-18h

SECTEUR MASCULIN COMPETITION

GROUPE FORMATION : lundi 17h-19h, mercredi 16h30-18h30, vendredi 17h-19h

CRITERIUM : mardi 18h-20h, mercredi 17h-19h, samedi 13h30-16h30

FEDERAL : mardi 18h30-21h, jeudi 18h-20h30, samedi 13h30-16h30

DN : lundi et vendredi 17h- 21h, mardi et mercredi 18h30-21h,