



## PLANNING ENTRAÎNEMENTS SAISON 2023-2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>BABY</b>			9h30 - 10h30			
- 9 ANS			9h - 10h30			
- 11 F		17h30 - 19h**				10h - 12h*
- 11 M			12h - 13h30		17h - 18h15	
- 13 F		17h30 - 19h**				9h - 10h30
- 13 M			13h30 - 15h			10h30 - 12h
- 15 F		19h - 20h30**			18h - 19h15*	
- 15 M			15h - 16h30		18h15 - 19h30	
- 17 F	19h15 - 20h30*				19h15 - 20h30*	
- 18 M D2			16h30 - 18h	20h-21h15***		
- 18 M D1			18h - 19h30	20h-21h15***		
<b>SENIOR F</b>		20h30-22h30**				
<b>PRE-NATIONALE</b>			21h - 22h30	21h15-22h30***		
<b>NATIONALE 2</b>	20h - 22h		19h30 - 21h	20h30 - 22h		
<b>LOISIRS</b>					19h30 - 21h	

Halle des sports de Prades-le-Lez

\* Gymnase Gérard Saumade du lycée Jean Jaurès aux Matelles

\*\* Halle des sports les Verriès à St Gely du Fesc

\*\*\* Gymnase du collège du Pic St Loup à St Clément de Rivière