



PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS VACANCES DE FEVRIER 27 FEVRIER AU 10 MARS 2012

ENTRAINEMENTS ECOLE DE TRIATHLON

Semaine du 27 au 03 mars 2012

Jour	Natation	Vélo	Course à pied
Lundi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux
Mardi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux
Mercredi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux
Jeudi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux
Vendredi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux
Samedi	Pas de créneaux	Pas de créneaux	Pas de créneaux

Semaine du 05 au 10 mars 2012

Jour	Natation	Vélo	Course à pied
Lundi	19h/20h45 (M)		
Mardi	19h/20h45 (M)	14h/16h (Fabien)	17h/18h (Fabien)
Mercredi	19h15/21h00 (L)	14h/16h (Fabien)	14h/16h (Fabien)
Jeudi			
Vendredi			
Samedi	7h/8h45 (M)	9h30' (Mallarmé)	

ENTRAÎNEMENTS ADULTES

Semaine du 27 au 03 mars 2012

Jour	Natation	Vélo	Course à pied
Lundi	19h/20h45 (M)		
Mardi	19h/20h45 (M)		
Mercredi	19h15/21h00 (L)		18h00 (Malcombe)
Jeudi			
Vendredi			
Samedi	7h/8h45 (M)	9h30' (Mallarmé)	

Semaine du 05 au 10 mars 2012

Jour	Natation	Vélo	Course à pied
Lundi	19h/20h45 (M)		
Mardi	19h/20h45 (M)		
Mercredi	19h15/21h00 (L)		18h00 (Malcombe)
Jeudi			
Vendredi			
Samedi	7h/8h45 (M)	9h30' (Mallarmé)	