



Planning Jeunes			
Pas d'entrainement durant les vacances scolaires (hors stages)			
Lundi			
Mini Poussins - Poussins - Pupilles	Course à pied	Stade JP Rives	17h30-18h30
Benjamins - Minimes	Course à pied	Stade JP Rives	18h30-19h30
Cadets - Juniors	Course à pied	Bois de Boulogne	19h30-21h
Mardi			
Cadets - Juniors	Natation	Charras	7h-8h30
Cadets - Juniors	Natation	Charras	20h-21h30
Mercredi			
Cadets - Juniors	Natation	Charras	7h-8h30
Benjamins - Minimes	Vélo	Longchamp	13h15-14h45
Mini Poussins - Poussins - Pupilles	Natation	Charras	14h-15h
Benjamins - Minimes	Natation	Charras	15h-16h
Cadets - Juniors	Natation	Charras	16h-17h30
Cadets - Juniors	*G ou transition (hiver)	Stade JP Rives	19h-20h30
Cadets - Juniors	Enchaînement (été)*	Longchamp	19h30-21h
Jeudi			
Cadets - Juniors	Natation	Charras	7h-8h30
Cadets - Juniors	Course à pied	Stade JP Rives	19h-20h30
Vendredi			
Cadets - Juniors	Natation	Charras	7h-8h30
Cadets - Juniors	Natation	Charras	20h-21h30
Samedi			
Mini Poussins - Poussins - Pupilles - Benj (VTT)	Vélo	Ile de la Jatte	13h30-15h
Minimes - Cadets - Juniors	Vélo	Longchamp	15h-17h30
Poussins - Pupilles - Benj	Piscine	Charras	18h30-19h30
Minimes - Cadets - Juniors	Piscine	Charras	18h30-20h

* octobre à mars

* avril à septembre

Juniors	2004 / 2005
Cadets	2006 / 2007
Minimes	2008 / 2009
Benjamins	2010 / 2011
Pupilles	2012 / 2013
Poussins	2014 / 2015
Mini-Poussins	2016/2017