

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
08h30						Natation Piscine Fontenelle Technique / 2 lignes
08h45						Natation Piscine Fontenelle 1 ligne non-coachée
09h00						21 03
09h15						21 03 13
09h30						
12h00						Natation Piscine Fontenelle 2 lignes
12h15			Natation Piscine Fontenelle	Natation Piscine Fontenelle	Natation Piscine Fontenelle	Natation Piscine Fontenelle 1 ligne libre
12h30			21 03	21 13	21 03 11 12	21 03
12h45					13	22
13h00						
13h15			Natation Piscine Fontenelle			Natation Piscine Fontenelle 2 lignes
13h30			01 02 11 12			11 12 13 03
13h45						Natation Piscine Fontenelle 1 ligne
14h00						01 02
14h15						
14h30						
14h45						
15h00						
17h00		Natation Piscine Fontenelle				
17h15		11 12 13 03				
17h30	Course à pied Parking Fontenelle		Course à pied Stade G-s-Coffrane			
17h45	Technique / Intensités					
18h00	11 12 13		01 02 03 11	VTT Coffrane->Montmollin	Vélo route Coffrane->Montmollin	Natation Piscine Fontenelle
18h15			12 13	01 02 03 11	03 12 13	21
18h30				12		
18h45		Vélo Divers	Course à pied Stade G-s-Coffrane			
19h00	Natation Piscine Fontenelle	21 03 12 13	Technique / Intensités			
19h15			21 03			
19h30	21 03 13					
19h45						
20h00						
20h15						

Groupes	Minis	01	Kids	02	Ados	03	Young perfo	11	Performance	12	Youth	13	Elite	14	Adultes	21	Libre	22
---------	-------	----	------	----	------	----	-------------	----	-------------	----	-------	----	-------	----	---------	----	-------	----