



PLANNING SEMAINES du 30 août au 12 sept 2010

Séance Sup : Séance Supplémentaire : en effectuer 1 obligatoire par semaine (créneau au choix)

lundi 30	mardi 31	mer 1er	jeudi 2	ven 3	sam 4	dim 5
	8H00 : Séance Sup	8H00 : Séance Sup	REPOS			CALICEO (horaire libre)
10H00 à 12H00 CALICEO	Physique 9H30 : G2 10H30 : G1	9H30 Musculature + Terrain		10H30 Mise en place + Blessés	11H30 RDV Hameau	
Musculature 15H00 : G2 16H00 : G1	14H30 : Photo 15H30 Vidéo Oyonnax 16H00 Terrain séparés + collectif	15H30 : Vidéo Auch 16H00 : Terrain collectif			18H30 AUCH	
	17H15 : Séance Sup	17H15 : Séance Sup				
lundi 6	mardi 7	mer 8	jeudi 9	ven 10	sam 11	dim 12
	8H00 : Séance Sup	8H00 : Séance Sup	REPOS			
Musculature G2 : 9H30 G1 : 10H30	Physique 9H30 : G2 10H30 : G1	9H30 Musculature + Terrain		10H00 Terrain séparés	10H30 Mise en place + Blessés	8H30 Départ
14H30 : Séance Sup	14H30 : Séance Sup					
15H30 : Vidéo Auch 16H00 Terrain séparés	16H00 Terrain défense	15H30 Vidéo Colomiers 16H00 Terrain collectif				15H00 COLOMIERS
	17H15 : Séance Sup	17H15 : Séance Sup				