

# PLANNING ENTRAINEMENTS

	D.H.	P.H.A.	U 19	U 17	U 15 EL.	U 15 EXC	U 13 -1	U 13 - 2	U 13 - 3	U 11	U 9	GARD.	
LUNDI				18 H 30 1/2 SYNT.	18 H 30 1/2 SYNT.					18 H PELOUSE		17 H 30 U11 / U13 18 H U15 / U17	
MARDI	18 H 30 1/2 SYNT.	18 H 30 1/2 SYNT.	18 H 30 TUFF										
MERCREDI	19 H 2/3 SYNT.		19 H 1/3 SYNT.	17 H 1/2 SYNT.	13 H 1/2 SYNT.	13 H 1/2 SYNT.	17 H 1/4 SYNT.	17 H 1/4 SYNT.	17 H PELOUSE	15 H 1/2 SYNT.	15 H 1/2 SYNT. PELOUSE		
JEUDI		18 H 30 1/2 SYNT.		18 H 30 TUFF		18 H 30 1/2 SYNT.							
VENDREDI	18 H 30 1/2 SYNT.			18 H 30 1/2 SYNT.	18 H 30 TUFF			18 H 30 PELOUSE	18 H 30 TUFF			17 H 15 U15 / U17	
SAMEDI			10 H SYNT,				10 H 30 SYNT,						

P. PELOUSE

SYNTH.

TUFF