

JANVIER

planning entrainement



| lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi | samedi | dimanche | | | |
|-------|------------------------|--|-------|---|---|---|------------------------|----|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | |
| | | 14H 15H30 entrainement U12. 18H30 20H entrainement U16 U18. | | 18H30 20H entrainement U16 U18. senior 19H/21H | | | | | |
| | senior 19H/21H | | | | senior 19H/21H | | | | |
| 8 | 9 | | 10 | | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| | | 14H 17H selection U14 comité. 14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | | 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | EDR entrainement Tonnay Charente de 10H30 a 12H. U16 U18 déplacement a Saint André de Cubzac. | senior championnat déplacement a Barbezieux équipe B 13H30 équipe A 15H00 | | | |
| | 18H30 20H centre élite | | | | | | 18H30 20H centre élite | | |
| | senior 19H/21H | | | | | | senior 19H/21H | | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | | | |
| | | 14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | | 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. 19H15 a 21H entrainement senior. | EDR entrainement Tonnay Charente de 10H30 a 12H. U16 U18 réception de Puilboreau 14H et 15H30. | senior championnat réception de Floirac équipe B 13H30 équipe A 15H00 | | | |
| | 18H30 20H centre élite | | | | | | 18H30 20H centre élite | | |
| | senior 19H/21H | | | | | | senior 19H/21H | | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | | | |
| | | 14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | | 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | EDR entrainement a Tonnay Charente de 10H30 a 12H. | senior championnat déplacement a Bazas équipe B 13H30 équipe A 15H00 | | | |
| | 18H30 20H centre élite | | | | | | 18H30 20H centre élite | | |
| | senior 19H/21H | | | | | | senior 19H/21H | | |
| 29 | 30 | 31 | | | | | | | |
| | | 14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. | | | | | | | |
| | 18H30 20H centre élite | | | | | | | | |
| | senior 19H/21H | | | | | | | | |