

MARS

planning entrainement



lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
			1	2	3	4
			18H30 20H centre élite	18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18. 19H15 a 21H entrainement senior.	EDR plateau a Tonnay début 14H00. U14 plateau territorial a Melle début 13H30. U16 U18 réception de Tulle les 2 rencontre a 15H00 a Rochefort.	senior championnat réception de Blaye. Equipe B 13H30 Equipe A 15H00
			senior 19H/21H			
5	6	7	8			
19H 21H entrainement féminine		14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	19H 21H entrainement féminine	18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	EDR entrainement a Tonnay de 10H30 a 12H.	senior championnat déplacement a Chauray Equipe B 13H30 Equipe A 15H00 Féminine a La Rochelle et ST Hilaire
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite			
	senior 19H/21H		senior 19H/21H			
12	13	14	15	16	17	18
		14H a 17H sélection U14 comité. 14H 17H centre Elite. 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 a Tonnay de 10H30 a 12H. U12 amical niveau 1 contre Saintes a Rochefort. U14 plateau territorial a Jarnac début 13H30. U16 U18 déplacement a Pays d'Aunis Surgères rencontre a 14H00 et 15H30.	senior championnat réception de Poitier Equipe B 13H30 Equipe A 15H00
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite			
	senior 19H/21H		senior 19H/21H			
19	20	21	22	23	24	25
19H 21H entrainement féminine		14H 17H centre élite. 17H30 19H entrainement EDR. 18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	19H 21H entrainement féminine	18H30 20H entrainement U14. 19H 21H entrainement U16 U18.	EDR plateau a Rochefort début 14H00.	senior championnat déplacement a Surgères Equipe B 13H30 Equipe A 15H30 Féminine a Saujon et Les Herbiers
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite			
	senior 19H/21H		senior 19H/21H			
26	27	28	29	30	31	
		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 de 10H30 a 12H.	
	18H30 20H centre élite		18H30 20H centre élite			
	senior 19H/21H		senior 19H/21H			