

PLANNING DU 26 AU 30 AVRIL

| Planning du 26-30 Avril | Groupe Tri Kids | Groupe Avenir | Groupe Jeune Compétition | Groupe spécifique Femme | Groupe Adulte (Femme+Homme) |
|-------------------------|---|--|---|---|---|
| LUNDI | | MULTI ACTIVITÉ 16h-17h30 Rdv piste de la GDD | CYCLISME 17h15-18h45 Rdv au vélodrome | NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m | HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan |
| MARDI | | | | | CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig |
| MERCREDI | NATATION 14h-15h rdv 13h50 à l'accueil du Stade Nautique | VTT ET ENCHAÎNEMENT 14h-16h Rdv parking piscine GDD | NATATION Stade Nautique bassin 50m Groupe 1 du mercredi 15h00-16h30 Groupe 2 du mercredi 16h30-18h30 | NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m NATATION (spécifique débutant) 12h-13h Stade Nautique bassin de 50m | HOME TRAINER 18h30-19h30 |
| JEUDI | | | NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m | CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig | CAP 17h45-18h45 Rdv parking Cour Koenig Séance sur vélodrome |
| VENDREDI | | | | NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m | |

SAMEDI

FÉRIE
PAS D'ENTRAÎNEMENT