

PROGRAMME SPORTIF 2023

Entraîneur: Baptiste Bantin

Groupe: U14

NOVEMBRE			DECEMBRE			JANVIER			FEVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUN			JUILLET			AOUT		
matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir	matin	après midi	soir
1 M																													
2 M																													
3 J																													
4 V																													
5 S																													
6 D																													
7 L																													
8 M																													
9 M																													
10 J																													
11 V																													
12 S																													
13 D																													
14 L																													
15 M																													
16 M																													
17 J																													
18 V																													
19 S																													
20 D																													
21 L																													
22 M																													
23 M																													
24 J																													
25 V																													
26 S																													
27 D																													
28 L																													
29 M																													
30 M																													
31																													

Entraînements
entraînements
courses
repos
camp entraînement

Vacances scolaires
Zone A

type	quantité	Séances
	103	
	18	
	11	