



Planning Stage de la Toussaint 2016 - du 20 octobre au 2 novembre - Groupe EC1 / EC2

Jeudi 20 octobre	vendredi 21 octobre	samedi 22 octobre / dimanche 23	Lundi 24 octobre	Mardi 25 octobre	Mercredi 26 octobre
8h30 - 11h	8h30 - 11h		8h30 - 11h	8h30 - 11h	8h30 - 11h
Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2		Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2
11h - 12h30	11h - 12h30		11h - 12h30	11h - 12h30	11h - 12h30
parcours motricité - Gymnase	sport co - Gymnase		parcours motricité - Gymnase	Souplesse - club house	Nutrition - salle réunion
12h30 - 13h30	12h30 - 13h30		12h30 - 13h30	12h30 - 14h30	12h30 - 13h30
Repas	Repas		Repas	Repas / Repos	Repas
13h30 - 15h	13h30 - 15h		13h30 - 15h		13h30 - 15h
<i>devoirs scolaires salle de réunion</i>	<i>devoirs scolaires salle de réunion</i>		<i>devoirs scolaires salle de réunion</i>		<i>devoirs scolaires salle de réunion</i>
15H - 16H	14h30 - 16h15		15H 16H	14h30 - 16h15	15H 16H
Prépara physique salle	Souplesse - club house		Prépara physique salle	sports de combat - Gymnase	Prépara physique salle
16h30 - 18h30	16h30 - 18h30		16h30 - 18h30	16h30 - 18h30	14h-15h30
Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2		Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2

Jeudi 27 octobre	Vendredi 28 octobre	Samedi 29 / dimanche 30 octobre	Lundi 31 octobre	Mardi 1 novembre	Mercredi 2 novembre
8h30 - 11h	8h30 - 11h		8h30 - 11h		8h30 - 11h
Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2		Natation EC1 - EC2		Natation EC1 - EC2
11h - 12h30	11h - 12h30		11h - 12h30		11h - 12h30
analyse vidéo - protocoles compétitions	Prépara physique salle		Souplesse - club house		Prépara physique salle
12h30 - 14h30	12h30 - 14h30				
Repas / Repos	Repas / Repos				
14h30 - 16h15	14h - 16h15				
Boules lyonnaises	Laser Game				
16h30 - 18h30	16h30 - 18h30		16h30 - 18h30	16h30 - 18h30	16h30 - 18h30
Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2		Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2	Natation EC1 - EC2