

VOLLEYBALL DE PLAGE

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT

Homme

Mercredi 23 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3
9h00-10h00	E1	E7	E12
10h00-11h00	E2	E8	E13
11h00-12h00	E3	E9	E14
12h00-13h00			
13h00-14h00			
14h00-15h00	E4	E10	E15
15h00-16h00	E5	E11	E16
16h00-17h00	E6		
17h00-18h00			

Jeudi 24 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3
9h00-10h00	E10	E15	E5
10h00-11h00	E11	E16	E6
11h00-12h00	E7	E12	E1
12h00-13h00			
13h00-14h00			
14h00-15h00	E8	E13	E2
15h00-16h00	E9	E14	E3
16h00-17h00			E4
17h00-18h00			

Vendredi 25 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3
9h00-10h00	E13	E2	E8
10h00-11h00	E14	E3	E9
11h00-12h00	E15	E4	E10
12h00-13h00			
13h00-14h00			
14h00-15h00	E16	E5	E11
15h00-16h00	E12	E6	E7
16h00-17h00		E1	
17h00-18h00			

Samedi 26 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3
9h00-10h00	E6	E11	E16
10h00-11h00	E1	E7	E12
11h00-12h00	E2	E8	E13
12h00-13h00			
13h00-14h00			
14h00-15h00	E3	E9	E14
15h00-16h00	E4	E10	E15
16h00-17h00	E5		
17h00-18h00			

Dimanche 27 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3
9h00-10h00	E9	E14	E4
10h00-11h00	E10	E15	E5
11h00-12h00		E16	E6
12h00-13h00			
13h00-14h00			
14h00-15h00	E11	E12	E1
15h00-16h00	E7	E13	E2
16h00-17h00	E8		E3
17h00-18h00			

Lundi 28 septembre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

Mercredi 30 septembre 09

Horaire		
	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

Jeudi 1 octobre 09

Horaire		
	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

Vendredi 2 Octobre 09

Horaire		
	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

Samedi 3 Octobre 09

Horaire		
	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

Dimanche 4 Octobre 09

Horaire	Terrain 1	Terrain 2
9h00-10h00	0	0
10h00-11h00	0	0
11h00-12h00	0	0
12h00-13h00	0	0
13h00-14h00	0	0
14h00-15h00	0	0

0 = A réserver au CIT du Village