

	lundi 19 octobre	mardi 20 octobre	mercredi 21 octobre	jeudi 22 octobre	vendredi 23 octobre	samedi 24 octobre	
10:00							10:00
10:15	Rdv Piscine de Ti Dour	Rdv Piscine de Ti Dour		Rdv Piscine de Ti Dour	Rdv Piscine de Ti Dour		10:15
10:30							10:30
10:45	Préparation Physique	Sport collectif		Préparation Physique	Préparation Physique		10:45
11:00	Général et Jeux de	Jeux de balle		Général et Jeux de	Général et Jeux de		11:00
11:15	cohésion	Jeux de cohésion		cohésion	cohésion		11:15
11:30	Salle Omnisport	Salle Omnisport		Salle Omnisport	Salle Omnisport		11:30
11:45	(Interieur)	(Interieur)		(Interieur)	(Interieur)		11:45
12:00							12:00
12:15	Pique nique et	Pique nique et		Pique nique et	Pique nique et		12:15
12:30	temps calme	temps calme		temps calme	temps calme		12:30
12:45							12:45
13:00	Temps de changement	Temps de changement		Temps de changement	Temps de changement		13:00
13:15	Echauffement à sec	Echauffement à sec		Echauffement à sec	Echauffement à sec		13:15
13:30							13:30
13:45	Entrainement dans l'eau	Entrainement dans l'eau	JOURNÉE OFF	Entrainement dans l'eau	Entrainement dans l'eau		13:45
14:00							14:00
14:15							14:15
14:30	Temps de changement et	Temps de changement et		Temps de changement et	Temps de changement et		14:30
14:45	collation	collation		collation	collation	MEETING DE LA TROUILLE	14:45
15:00							15:00
15:15							15:15
15:30	Activitée exterior	Activitée en pleine air		Activitée en pleine air	Activitée exterior		15:30
15:45	Vivons Perchés	(Taille de citrouille		Jeux de balle	Bowling		15:45
16:00	Accrobranche	pour le meeting)		Jeux de cohésion			16:00
16:15							16:15
16:30				Fin de journée (RDV Ti Dour)			16:30
16:45							16:45
17:00	Fin de journée (RDV Ti Dour)	Fin de journée (RDV Ti Dour)			Fin de journée (RDV Ti Dour)		17:00