

	Horaire d'entrainement						
	Semaine 18 au 24 septembre 2017						
	Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22	Samedi 23	Dimanche 24
Jours	3	4	5	6			
Groupe AM	Gym 1 et 2 7h45 à 9h muscu de 9h à 10h	Gym 1 et 2 de 7h45 à 10h15	Gym 1 et 2 7h45 à 9h muscu de 9h à 10h	Gym 1 et 2 de 7h45 à 10h15	C		
Gym 1 pm	13h10-15h U17M* 15h-17h U15F	13h10-15h U15F 15h-17h U17M*	13h10-15h U17M* 15h-17h U15F	13h10-15h U15F 15h-17h U14M	O		
Gym 2 pm	15h-17h U14M	15h-17h U14M	15h-17h U17F	15h-17h U17M*	n		
Gym 3 pm	∅	∅	∅	∅	g		
Palestre pm	15h-17h U17F	15h-18h U17F	15h-17h U14M	Porte ouverte 17h-21h	é		
Ecole Impact							
Salle de musculation	14h-15h U14M U15F	13h-14h U14M U17M*	14h-15h U17F U15F	14h-15h U17M* U14M			
	15h-16h U17M*						
Repos ou Autres activités	Meeting Parent U14M 19h-21h salle RegART	Meeting Parent U17F 19h-21h salle RegART		Match Amical 17h-20h vs Jean-Eudes U17F à Montréal			

Weekend de compétition ou de repos