

Répartition des entraînements 2009-2010

HORAIRE	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
14:00-14:30					
14:30-15:00			Débutants et jeunes		
15:00-15:30					Leçon individuelle
15:30-16:00					
16:00-16:30	Leçon Individuelle	Débutants et jeunes	Confirmés épée et fleuret		Débutants et jeunes
16:30-17:00				Leçon individuelle	
17:00-17:30	Leçon individuelle	Confirmés épée et fleuret		Leçon individuelle	Confirmés et Compétition épée et fleuret
17:30-18:00			Compétition épée et fleuret	Leçon individuelle	
18:00-18:30		Préparation Physique			
18:30-19:00	Cadets / juniors / seniors / élites		Leçon individuelle	Cadets / juniors / seniors / élites	Leçon ou Prépa mentale
19:00-19:30					
19:30-20:00		Escrime Artistique	Adultes loisirs		
20:00-20:30	Leçon Individuelle			Leçon individuelle	
20:30-21:00					