

C.P.A.R.C.

PLANNING HEBDOMADAIRE DES ENTRAÎNEMENTS SAISON 2010/2011

HORAIRES MAINTENUS SOUS RESERVE DE CHANGEMENT

JOURS	CATEGORIES	HORAIRES
LUNDI	Compétition Compétition Baby-Club 1-2-3-4 Glaçons	06H30-08H25 12H15-13H30 (*) 16H30-17H30 17H30-18H25
MARDI	Compétition Compétition Compétition 5-6 Glaçons et Patin d'Acier	06H30-08H25 12H15-13H30 17H30-18H30 18H30-19H25
MERCREDI	Compétition 1-2-3-4 Glaçons Avancé	06H30-10H00 10H00-11H00 13H00-13H50
JEUDI	Compétition Compétition Compétition Avancé Ballet Avancé plus	06H30-08H25 12H15-13H30 17H30-18H25 18H25-19H25 18H25-19H25 19H25-20H20
VENDREDI	Compétition Compétition Compétition	06H30-08H25 12H15-13H30 16H30-17H30
SAMEDI	Adultes Sport adapté Avancé plus	10H00-11H50 12H00-12H50 13H00-13H50

(*) 13H15 si groupe scolaire

PREPARATIONS PHYSIQUES HORS-GLACE

CATEGORIES	JOURS	HORAIRES
Groupes Avancé - Avancé plus et Compétition	Mercredi Vendredi	14H00-15H30 17H30-18H30
Compétition : Streching	Mercredi	09H30-10H00