

Planning d'entraînement Crocos « COMPETITION » (Benjamin-Minime-Cadet-Junior)

Lundi	18h30-19h30	CAP PPG	Parking du CNH	Julien LEBOURG	Crocos tous niveaux à partir de Benjamins	+
Mardi	Repos					
Mercredi	14h-15h30	Enchainements Vêlo-CAP	Parking central de la forêt de Montgeon	Julien, Cécile, Loïc, Franck, Sébastien	Tous les Crocos	
	17h30-19h	Natation (technique)	Mare-Rouge	Corentin	Crocos « compétition »	+
Jeudi	Repos					
Vendredi	17h30-19h	Natation	Edouard Thomas	Timothée DIEBOLT	Crocos « compétition »	
Samedi	9h-11h	Vêlo	Parking de Fontaine La Mallet	Franck	Crocos à partir de minimes	
Dimanche	Repos ou compétitions					

+éventuellement quelques créneaux du groupe performance en CAP, en Vêlo et en Natation (sur les créneaux du HAC Natation de 6h00 à 7h30 selon les places libres dans les lignes d'eau.