



STAGE JEUNE- VACANCES TOUSSAINT 2018

[INSCRIPTIONS](#)

	lundi 22 octobre 18	mardi 23 octobre 18	mercredi 24 octobre 18	jeudi 25 octobre 18	vendredi 26 octobre 18	samedi 27 octobre 18
8 h	NATATION (bassin 25m)	NATATION (bassin 25m)	NATATION (bassin 25m)	NATATION (bassin 25m)	NATATION (bassin 25m)	JOURNEE INTEGRATION CLUB (Duathlon)
8 h 15						
8 h 30						
8 h 45						
9 h						
9 h 15						
9 h 30						
9 h45						
10 h						
10 h 15						
10 h30						
10 h 45						
11 h	COURSE A PIED	CAP CRAPA + w tranitions	CAP CRAPA + w tranitions	Ballade Vélo - Aller	CAP CRAPA + w tranitions	
11 h15						
11 h 30						
11 h 45						
12 h						
12 h 15	REPAS	REPAS	REPAS	PIC-NIC	REPAS	
12 h 30						
12 h 45						
13 h						
13 h 15						
13 h 30						
13 h 45						
14 h	VELO - Atelier mecanique	VELO - CRITERIUM / TECHNIQUE (base nature)	RETOUR ANALYSE VIDEO	Ballade Vélo - Retour	REUNION	
14 h 15						
14 h 30						
14 h 45						
15 h						
15 h 15						
15 h 30						
15 h 45						
16 h						
16 h 15						
16 h 30	GOUTER	Enchainement CAP	NAT (2 lignes Bassin de 50m)	NAT (2 lignes Bassin de 50m)		
16 h 45						
17 h						
17 h 15						
17 h 30	PPG					
17 h 45						
18 h	NAT (2 lignes Bassin de 50m)		NAT (2 lignes Bassin de 50m)			
18 h 15						
18 h 30						
18 h 45						
19 h						
19 h 15						
19 h 30						