

nb de seance

	groupes intermediaire	groupe competition	groupe jeunes
DI 16/09			
1 SA 15/09	9H-10H30	9H-10H30	9-10H30
2 SA 22/09	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
3 SA 29/09	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
4 SA 6/10	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
5 SA 13/10	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
6 VE 19/10		19H-20H	
7 SA 20/10	9H-10H30		10H30-12H
7 VE 26/10	19H-20H		
7 SA 3/11	9h-10h15	10h15-11h45	11h45-12h45
8 VE 9/11			19h-20h
9 SA 17/11	9h-10h15	10H15-11H45	11H45-12H45
10 SA 24/11	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
11 VE 30/11		19H-20H	
12 SA 1/12	9H-10H30		10H30-12H
12 SA 15/12		9H-11H	
13 SA 19/01	9H-10H15	10H15-11H45	11H45-12H45
14			
15			
16			

lieu

DESCENTE Amay !!!! INSCRIPTION OBLIGATOIRE!!!!
 FORMATION DES GROUPES

1h30 de cours pour les 2 groupes

CHEMIN DU CHERA (entrée du parcours vita, a 100m du home "les floricots"

AVENUE DES PUDDLEURS, SERAING (derrière la piscine)

1h30 de cours pour les 2 groupes
 2H de cours pour le groupe

