

PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT
ESSOR – Du 08/12/2020 au 09/01/2021

<u>Semaine</u>	<u>Date</u>	<u>Thème</u>	<u>Lieu</u>	<u>Horaire</u>
<u>Semaine 1</u>	Mercredi 9 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	19 h 15 /20 h 30
	Vendredi 11 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	19 h 15 /20 h 30
<u>Semaine 2</u>	Mercredi 16 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	18 h 15 /19 h 30
	Samedi 19 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	10 h 30 /12 h 00
<u>Semaine 3</u>	Lundi 21 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	18 h 15 /19 h 30
	Mercredi 23 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	18 h 15 /19 h 30
<u>Semaine 4</u>	Lundi 28 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	10 h 30 /12 h 00
	Mercredi 30 Décembre 2020	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	10 h 30/12 h 00
<u>Semaine 5</u>	Mercredi 6 Janvier 2021	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	18 h 15 /19 h 30
	Vendredi 8 Janvier 2021	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	A Définir en fonction de la nouvelle Réglementation
	Samedi 9 Janvier 2021	Entraînement	Synthétique Locmiquélic	10 h 00 /12 h 00