

	1ère semaine							
JEUNES	Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17	Samedi 18	Dimanche 19	
<b>J4-5</b>								
<b>NAT</b>	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00		Berck / chpt régional B&R	Guillaume
<b>VELO</b>	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h			
<b>CAP</b>		18h-20h rdv piste		18h-20h rdv piste				
<b>J3</b>								
<b>NAT</b>	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00		Berck / chpt régional B&R	Erwina
<b>VELO</b>	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h	10h30 12h			
<b>CAP</b>		18h-20h rdv piste		18h-20h rdv piste				
<b>J2</b>								
<b>NAT</b>	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00	8h 10h00				Erwina
<b>VELO</b>	10h30 12h							David
<b>CAP</b>		18h-20h rdv piste		18h-20h rdv piste				David
<b>ADULTES COMP</b>								
<b>NAT</b>	18h-20h		18h-20h		18h-20h			Erwina
<b>CAP</b>		18h-20h rdv piste		18h-20h rdv piste				Guillaume
	2 ème semaine							
<b>2 ème semaine</b>	<b>Lundi 20</b>	<b>Mardi 21</b>	<b>Mercredi 22</b>	<b>Jeudi 23</b>	<b>Vendredi 24</b>	<b>Samedi 25</b>	<b>Dimanche 26</b>	
<b>J1</b>								
<b>NAT</b>	12h30 13h30	12h30 13h30	12h30 13h30		12h30 13h30			Erwina
<b>VELO</b>								
<b>CAP</b>	13h45 15h	13h45 15h	13h45 15h		13h45 15h			Erwina
<b>J2-3</b>				EPREUVES CLASS TRI & TEST CLUB de 12h30 à 16h (prévoir affaires de natation + affaires de cap ) Rdv au club . <b>A PARTIR DE J2</b>				
<b>NAT</b>	13h30 16h	13h30 16h	13h30 16h					Guillaume + ?
<b>VELO</b>								
<b>CAP</b>	16h15 17h	16h15 17h	16h15 17h					Erwina + ?
<b>J4-5</b>								
<b>NAT</b>	13h30 16h	13h30 16h	13h30 16h					Guillaume
<b>VELO</b>								
<b>CAP</b>	16h15 17h	16h15 17h	16h15 17h					Guillaume
<b>ADULTES COMP</b>								
<b>NAT</b>	18h-20h		18h-20h		18h-20h			Erwina
<b>CAP</b>		18h-20h rdv piste		18h-20h rdv piste				Séance Training Peaks
<b>Santé-Loisirs- Bien être</b>								
<b>CAP</b>	17h30 18h30		Vélo en autonomie 2h rdv 14h au club		17h30 18h30			Myriam
<b>NAT</b>	18h45 20h				18h45 20h			Myriam