

Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
1	1	1	1	1
2	2	2	2	2 NATATION
3	3	3	3	3
4	4	4	4 NATATION	4
5	5 RENTREE	5	5	5 Sortie VELO Ado
6	6	6	6	6
7	7	7 NATATION	7 Sortie VELO Ado	7
8	8	8	8	8
9	9 NATATION	9	9	9 NATATION
10	10	10 Sortie VELO Ado	10	10
11	11	11	11	11
12	12	12	12	12 NATATION
13	13 Tri LANEUVILLE	13	13	13 Run and Bike Vandoeuvre
14	14	14 NATATION	14 NATATION (Class Tri)	14
15	15	15	15 Run and Bike MESSEIN	15
16	16 NATATION	16	16	16 NATATION PASSEPORT
17	17	17 NATATION + Enchaînement	17	17
18	18	18	18 NATATION	18
19	19 NATATION	19	19	19 CAP/VELO PASSEPORT
20	20	20	20	20
21	21	21	21 Sortie VELO Ado	21
22	22	22	22	22
23	23 NATATION	23	23	23
24	24	24	24	24
25	25	25	25 NATATION	25
26	26 Sortie VELO Ado	26	26	26
27	27	27	27	27
28	28	28	28	28
29	29	29	29	29
30 CROSS TRI Contrex	30 NATATION	30	30	30
31		31		31



COMPETITION Déplacement club



enchaînement vélo et course à pieds au gymnase Charlet



natation au centre aquatique (si natation le samedi de 12h à 13h30 alors pas d'entrainement à charlet le matin)