

PROGRAMME DES ENTRAINEMENTS REPRISE COLLECTIVE



GROUPE SENIORS



janvier - février saison 2014 / 2015

	semaine 3 du 12 au 18	semaine 4 du 19 au 25	semaine 5 du 26 au 1 ^{er}	semaine 6 du 2 au 8	semaine 7 du 9 au 15	semaine 8 du 16 au 22
lundi	12/01 REPOS	19/01 REPOS	26/01 REPOS	2/02 REPOS	9/02 REPOS	16/02 REPOS
mardi	13/01 REPOS	20/01 ENTRAI NEMENT 19h15	27/01 ENTRAI NEMENT 19h15	3/02 ENTRAI NEMENT 19h15	10/02 ENTRAI NEMENT 19h15	17/02 ENTRAI NEMENT 19h15
mercredi	14/01 REPOS	21/01 REPOS	28/01 REPOS	4/02 REPOS	11/02 REPOS	18/02 REPOS
jeudi	15/01 REPOS	22/01 REPOS	29/01 REPOS	5/02 REPOS	12/02 REPOS	19/02 REPOS
vendredi	16/01 ENTRAI NEMENT 19h15 salle	23/01 départ STAGE	30/01 ENTRAI NEMENT 19h15 salle/ext.	6/02 ENTRAI NEMENT 19h15 salle/ext.	13/02 ENTRAI NEMENT 19h15 salle/ext.	20/02 ENTRAI NEMENT 19h15 salle/ext.
samedi	17/01 REPOS	24/01 STAGE	31/01 REPOS	7/02 Match Amical Equipe A RC BESANCON	14/02 Match Amical Equipe A : CLEMENCEAU BESANCON Equipe B : POLIGNY	21/02 Match Amical Equipe A : PS BESANCON Equipe B : MONTMOROT
dimanche	18/01 REPOS	25/01 STAGE	1er/02 REPOS	8/02 REPOS	15/02 REPOS	22/02 REPOS

28/02 et 1er/03 → Match Championnat : Equipe A / RC LONS - Match Amical : Equipe B / TRIANGLE D'OR