

mardi			mercredi			jeudi			vendredi		
Heure	Équipe		Heure	Équipe		Heure	Équipe		Heure	Équipe	
			9h30							Échauffement	
			9h45							Étirement	
			10h00							Corps de séance	
			10h15								
			10h30								
			10h45		U9 G&F (2013-2014) 10h00-11h10						
			11h00								
			11h15								
			11h30								
			11h45	U11F (2011-2012) 10h45-12h10							
			12h00								
			12h15								
			15h30								
			15h45								
			16h00	U13F (2009-2010) 15h30-16h55							
			16h15								
			16h30								
			16h45								
17h00			17h00			17h00			17h00	Perf U11 G&F	
17h15	U9G&F (2013-2014)		17h15			17h15	Baby (2015)		17h15	(2011-2012)	
17h30			17h30			17h30	17h00-17h45		17h30	17h00-18h00	
17h45	17h00-18h10		17h45			17h45			17h45		
18h00			18h00			18h00		Baby	18h00		U13G (2009-2010)
18h15			18h15			18h15			18h15		17h30-18h55
18h30		U11G (2011-2012) 17h45-19h10	18h30	17h30-18h55		18h30			18h30		
18h45			18h45			18h45			18h45		
19h00			19h00			19h00			19h00	U15F&U18F (2004-2008)	
19h15	U13F (2009-2010)		19h15		U15F/U18F (2004-2008) 18h30-19h55	19h15			19h15	18h30-19h55	
19h30			19h30			19h30			19h30		
19h45	18h45-20h10		19h45			19h45			19h45		
20h00			20h00			20h00			20h00		
20h15			20h15			20h15			20h15		Séniors F (2003-+)
20h30			20h30			20h30			20h30		19h45-21h15
20h45		U15G (2007-2008) 19h45-21h10	20h45	Loisirs 19h45-21h15		20h45			20h45		
21h00			21h00			21h00			21h00		
21h15	U17& SéniorsG (2006-+)		21h15			21h15			21h15	U17& SéniorsG (2006-+)	
21h30			21h30			21h30			21h30		
21h45	20h45-22h15		21h45			21h45			21h45	20h45-22h15	
22h00			22h00			22h00			22h00		
22h15			22h15			22h15			22h15		
22h30			22h30			22h30			22h30		