

Calendrier Prévisionnel Ecole de Sport L'Equipe 2009-2010



Septembre		Octobre		Novembre		Décembre		Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin	
1 Ma		1 J		1 D		1 Ma		1 V		1 L		1 L		1 J		1 S		1 Ma	
2 Me		2 V		2 L		2 Me		2 S		2 Ma		2 Ma		2 V		2 D		2 Me	
3 J		3 S		3 Ma		3 J		3 D		3 Me		3 Me		3 S		3 L		3 J	
4 V		4 D		4 Me		4 V		4 L		4 J		4 J		4 D		4 Ma		4 V	
5 S		5 L		5 J		5 S		5 Ma		5 V		5 V		5 L		5 Me		5 S	
6 D		6 Ma		6 V		6 D		6 Me		6 S		6 S		6 Ma		6 J		6 D	
7 L		7 Me		7 S		7 L		7 J		7 D		7		7 Me		7 V		7 L	
8 Ma		8 J		8 D	6 h NDC Voile	8 Ma		8 V		8 L		8 L		8 J		8 S		8 Ma	
9 Me		9 V		9 L		9 Me		9 S		9 Ma		9 Ma		9 V		9 D		9 Me	
10 J		10 S		10 Ma		10 J		10 D		10 Me		10 Me		10 S		10 L		10 J	
11 V		11 D		11 Me		11 V		11 L		11 J		11 J		11 D		11 Ma		11 V	
12 S		12 L		12 J		12 S	Rillauds	12 Ma		12 V		12 V		12 L		12 Me		12 S	
13 D		13 Ma		13 V		13 D	+ soirée	13 Me		13 S		13 S		13 Ma		13 J		13 D	Descente Maine
14 L		14 Me		14 S		14 L		14 J		14 D		14 D		14 Me		14 V		14 L	
15 Ma		15 J		15 D		15 Ma		15 V		15 L		15 L		15 J		15 S		15 Ma	
16 Me		16 V		16 L		16 Me		16 S		16 Ma		16 Ma		16 V		16 D		16 Me	
17 J		17 S		17 Ma		17 J		17 D		17 Me		17 Me		17 S		17 L		17 J	
18 V		18 D		18 Me		18 V		18 L		18 J		18 J		18 D		18 Ma		18 V	
19 S		19 L		19 J		19 S		19 Ma		19 V		19 V		19 L		19 Me		19 S	
20 D		20 Ma		20 V		20 D		20 Me		20 S		20 S		20 Ma		20 J		20 D	
21 L		21 Me		21 S		21 L		21 J		21 D		21 D		21 Me		21 V		21 L	
22 Ma		22 J		22 D		22 Ma		22 V		22 L		22 L		22 J		22 S		22 Ma	
23 Me		23 V		23 L		23 Me		23 S		23 Ma		23 Ma		23 V		23 D		23 Me	
24 J		24 S		24 Ma		24 J		24 D		24 Me		24 Me		24 S		24 L		24 J	
25 V		25 D		25 Me		25 V		25 L		25 J		25 J		25 D		25 Ma		25 V	
26 S		26 L		26 J		26 S		26 Ma		26 V		26 V		26 L		26 Me		26 S	
27 D		27 Ma		27 V		27 D		27 Me		27 S		27 S		27 Ma		27 J		27 D	
28 L		28 Me		28 S		28 L		28 J		28 D		28 D	R.Ligue	28 Me		28 V		28 L	
29 Ma		29 J		29 D		29 Ma		29 V				29 L		29 J		29 S	Critérium 49	29 Ma	
30 Me		30 V		30 L		30 Me		30 S				30 Ma		30 V		30 D		30 Me	
31 S		31 S				31 J		31 D				31 Me				31 L			

Entraînement + gouter de ?

Régate

Challenge