

Planning d'entrainement saison 2023/2024

| Jours | Moirans | Voreppe | Charnecles |
|----------|--|---|--|
| Lundi | Entrainement en commun (CITT-Comité) (Charlie) 17:00-19:30 | | Groupes jeunes (Noureddine) 17:30-19:30 |
| | Loisir (libre) 19:30-21:30 | | |
| | Loisir (Alain) 17:30-20:00 | Groupes jeunes (Christian) 17:30-18:30 | |
| Mardi | | Groupes Championnat + groupes performances (Christian) 18:30-20:30 | |
| Mercredi | Groupe jeunes (Brahim) 13:30-14:30 | | Groupes adultes (libre) 17:30-19:30 |
| | Groupe jeunes (Brahim) 14:30-15:30 | | |
| | Baby ping (Brahim) 15:30-16:15 | | |
| | Entrainement en commun (CITT-Comité) (Brahim+Alain) 16:15-18:45 | | |
| | Loisir (Brahim) 19:00-21:00 | | |
| | Loisir (Alain) 17:30-20:00 | Groupes jeunes (Brahim) 17:30-18:30 | |
| | | Groupes Championnat | |

| | | | |
|----------|---|---|--|
| Jeudi | | + groupes performances (Brahim) 18:30-20:30 | |
| | | Libre 20:30-21:30 | |
| | | | |
| Vendredi | Groupe jeunes (Brahim) 17:30-18:30 | | Groupes jeunes (Noureddine) 17:30-18:30 |
| | Groupes performance (Jeunes championnat) (Brahim) 18:30-20:00 | | Adultes+Loisir (Noureddine) 18:30-20:30 |
| | | | Libre 20:30-22:30 |