



AVENIR GYMNIQUE LEDONIEN  
Planning saison 2018 - 2019

Lundi		Mercredi			Jeudi		Vendredi		Samedi		
GES	Mezzanine GES	Mezzanine GES	Rouget	Espace Mouillères	GES	Rouget	GES	Mezzanine GES	Rouget		
									9h - 11h		
									Delphine / Andréa	Nat 15 Nat TC	Nat 10 - 11
										11h - 13h	
									Lilou / Delphine / Andréa	TFA 13	TFB 13
										CF3	
		14h - 15h		14h - 16h						<u>Adresses des lieux d'entraînements :</u> GES : 475 rue Robert Schuman Mezzanine : Idem GES mais au 1er étage Rouget : Chemin des Dombes (portail gris) Espace Mouillères : 3 rue des Mouillères	
		Emma / Martine Eveils		Lilou / Delphine CF2							
		15h - 16h30									
		Orlane / Anaïs / Martine CF1									
		16h30 - 18h15	16h30 - 18h30		17h30 - 19h15	17h30 - 19h30	17h - 19h				
17h30 - 19h30		Florence / Martine Formation 1	Delphine / Andréa / Alizée / Agathe TFA 10 - 11 TFB 10 - 11	Nat 10 - 11	Amandine / Elise Formation 2	Anaïs / Delphine / Andréa TFA 15 TFB 15	TFA 13 TFB 13	Delphine / Andréa / Alizée / Agathe TFA 10 - 11 TFB 10 - 11			
Anaïs / Delphine / Martine / Amandine / Elise Nat 10 - 11 TFA 15 + Indiv Fed : Péné Maddy Nat 15 TFB 15											
		18h15 - 20h30	20h45 - 22h	18h30 - 20h30		19h - 21h	19h15 - 20h30				
Anaïs / Delphine Nat TC TFA 17	Delphine Rythmique Adultes		Delphine Nat 15 Nat TC	+ Indiv Fed : Marine Camille		Anaïs / Delphine TFA 17	TFA TC TFB TC	Delphine TFA (facultatif) Nat + Indivs (fortement recommandé)			
											<u>Signification des acronymes :</u> CF1, CF2, CF3 : Coupe Formation 1, 2 ou 3 TFA, TFB, TFC : Trophée Fédéral A, B ou C Nat : Nationales 10 - 11, 13, 15, 17, TC : Catégorie d'âge 10 - 11 ans, 13 ans et moins, 15 ans et moins, 17 ans et moins, Toutes Catégories Indiv Fed : Individuelles Fédérales