



ETOILE SPORTIVE DOMENOISE

PLANNING AGRES 2007-2008

<http://www.es-domene.com>

LUNDI	17h00- 19h00 17h30- 19h30	ME Julia/Milène	ME Mitchito	Agrés ME à échanger une semaine sur deux	Niv.7 Virginie	Niv.8 Nico /Justine	Niv.5 Romain
		17h30-18h15: Saut	17h30-18h15: Sol		17h30-18h15: Poutre	18h00-18h45: Barres	18h00-18h30: Arçons
	18h15-19h00: Poutre	18h15-19h00: Barres	18h15-19h00: Sol		18h45-19h30: Saut	18h30-19h: Fixe	
	18h30 - 20h30	Niv.6 Carine	Niv.6 Audrey/Maud		Niv.4/5 Audrey/Caro/Nico	Niv. 4 Romain	
	19h00-19h45: Sol	19h00-19h45: Saut	19h00-19h45: Barres	19h30-20h15: Parallèles			
	19h45-20h30: Barres	19h45-20h30: Poutre	19h45-20h30: Sol	20h15-21h00: Sol			

MARDI	17h00 - 19h15	PARCOURS
		Selon besoins
	18h00 -20h00	Niv. 8 Carine
		18h30-19h15: Barres
	19h15-20h00: Saut	

MERCREDI	13h30 - 15h30	BABY GYM	PARCOURS			
		Selon besoins	Selon besoins			
	15h30 - 17h30	Niv.6 Audrey/Maud	Niv.8 Audrey	Niv.7 Virginie	Niv.8 Nico/Léa	Niv.8 Manue
		16h00-16h45: Sol	16h00-16h45: Saut	16h00-16h45: Barres	16h00-16h45: Poutre	16h00-16h45: Saut
		16h45-17h30: Poutre	16h45-17h30: Barres	16h45-17h30: Saut	16h45-17h30: Sol	16h45-17h30: Barres
	17h30 - 19h30	Niv.6 Carine	Niv.5 Audrey/Caro	Niv.4 Audrey/Caro	Niv.4 Romain	Niv.6 Nico
18h00-18h45: Poutre		18h00-18h45: Barres	18h10-18h45: Saut	18h00-18h35: Arçons	17h45-18h10: Saut	
18h45-19h30: Sol		18h45-19h30: Saut	18h45-19h30: Barres	18h35-19h30: Fixe	18h10-18h35: Sol	
				18h35-19h00 : Arçons		

JEUDI	17h30 - 19h30	ME Romain	ME Justine/Elsa	Agrés ME à échanger une semaine sur deux
		18h00-18h45: Saut	18h00-18h45: Poutre	
		18h45-19h30: Barres	18h45-19h30: Sol	

VENDREDI	17h00 - 19h00	ME Romain		Agrés ME à échanger une semaine sur deux	Niv. 8 Carine	Niv.6 Audrey/Maud	Niv.6 Nico
		17h30-18h15: Saut ou Sol	17h30-18h15: Poutre		17h30-18h00: Barres	17h30-18h00: Fixe	
	18h15-19h00: Poutre ou Barres	18h15-19h00: Sol	18h15-19h00: Saut		18h00-18h30: Anneaux		
	18h30 - 20h30	Niv.6 Carine	Niv.5 Audrey/Caro/Nico		Niv.4 Audrey/Caro/Nico	Niv.4 Romain	
	19h00-19h45: Saut	19h00-19h45: Sol	19h00-19h45: Poutre	19h30-20h15: Anneaux			
	19h45-20h30: Barres	19h45-20h30: Poutre	19h45-20h30: Sol	20h15-21h00: Saut			

SAMEDI	10h00 - 12h30	Niv.5 Romain	
		10h30-11h15: Sol	
		11h15-12h00: Saut	
		12h00-12h30: Anneaux	
	13h30 - 15h30	Niv.8 Audrey	Niv.8 Manue
		14h00-14h45: Poutre	14h00-14h45: Poutre
14h45-15h30: Sol		14h45-15h30: Sol	