Planning d'entraînements 2019 / 2020

Version prévisionnelle en attente des inscriptions du début de saison

VLP Basket

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	Dimanche
10h00 - 11h00						Ecole d'arbitrage	COMPETITIONS
11h00 - 12h00						Baby / Lutins	
12h00 - 13h00						U9	
						COMPETITIONS	
16h30 - 16h45			U9				
16h45 - 17h00							
17h00 - 17h15							
17h15 - 17h30	Plateau U11 F et M	U11M		U11F	U11M		
17h30 - 17h45							
17h45 - 18h00			U13M				
18h00 - 18h15							
18h15 - 18h30							
18h30 - 18h45	Plateau U13M	U15M		U15M	U13M		
18h45 - 19h00							
19h00 - 19h15			Plateau U15 etU17 (Si doublement)				
19h15 - 19h30							
19h30 - 19h45							
19h45 - 20h00	Creneau disponible en cas de doublement des U15	U17M		U17M	Creneau disponible en cas de doublement des U17		
20h00 - 20h15							
20h15 - 20h30			Renforcement musculaire				
20h30 - 20h45							
20h45 - 21h00							
21h00 - 21h15		Seniors M	Seniors F	Seniors M	Loisirs		
21h15 - 21h30							
21h30 - 21h45							
21h45 - 22h00							
22h00 - 22h15							
22h15 - 22h30							

Les entrainements ont lieu au gymnase Jules LADOUMEGUE

Reprise à partir du lundi 2 septembre 2019

Concernant les horaires affichés, il s'agit du début de l'entrainement, c'est-à-dire en tenue et sur le terrain

Il est recommandé aux joueurs d'arriver 15 minutes avant le début de l'entrainement