

CRENEAUX DES ENTRAINEMENTS DE L'ASSOCIATION SPORTIVE 2018-2019

dès le 17/09/2018

JOURS	HORAIRES	ACTIVITES et LIEU	PROFESSEURS
LUNDI	12h20- 13h50	Musculation Salle muscu lycée	M. Jacques
	18h00 - 19h30	Volley-Ball Petit Gymnase	Mme Yilmaz
	18h00 – 19h30	Cross training Salle muscu lycée (jusqu'au 30/01)	Mme Joly
	18h00 - 19h30	Step-fitness Salle chaufferie (en face du lycée)	Mme Stephanov
MARDI	18h00 – 19h30	Badminton Petit gymnase	Mme Yilmaz
MERCREDI	13h00 - 15h00	Musculation Salle muscu lycée	Mme Chaffard
	13h30 - 15h00 (ou 13h -14h30)	Futsal Gymnase Argouges	Mme Cottier
	14h00 – 17h00	Escalade Gymnase Marie Curie Echirolles	Mme Arnoux
	16h00 – 17h30	Boxe française Salle poly (1er trimestre)	M. Benyahia
	17h30 – 19h00	Boxe française Ring Grenoblois	M. Benyahia
Période hivernale	13h00 - 18h00	Ski de fond. Larselles/ Le Sappey	M.Jacques
Période hivernale	12h15 - 18h15	SkiAlpin/Snow. Chamrousse/7 Laux (janvier – mars)	Mme Yilmaz
JEUDI	18h00 - 19h30	Badminton Petit Gymnase	Mme Cottier

NB :

-Pas d'entraînement de basket, mais pour les garçons, tournois de district possibles si pas cours les mercredis après-midi (v. Mme STEPHANOV)

-Pas d'entraînement de natation, mais coupe de Noël possible (v. Mme STEPHANOV)