	Horaires d'entraînement						
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h							
9h							
10h							
11h							
12h							
13h							
14h							
15h							
16h			Ecole de sports 15h30-17h00				
17h							
18h		Laser Run compétiteurs / confirmés 18h30-20h00	Course à pieds / VTT 17h30 – 19h00	Laser Run compétiteurs / confirmés 18h30-20h00			
19h	Natation compétiteurs / nageurs confirmés		Natation compétiteurs / nageurs confirmés		Natation Apprentissage et débutant		
20h							
21h							
Durée :	2h	1h30	5h	1h30	2h		
Total :	12h00						