

So swing / planning vacances février 2023

SAMEDI 18/02	DIMANCHE 19/02	LUNDI 20/02	MARDI 21/02	JEUDI 23/02	SAMEDI 25/02
		Cross-training /1h		Cross-training /1h	
		9h à 10h Rdv 8h45		9h à 10h Rdv 8h45	
		Yohan		Yohan	
		niv 3 - Parc Marly		niv 3 - Parc Marly	
Training plein air (dont M.nordique)	Training plein air (dont M.nordique)	Marche nordique cool1 explo /1h30	Marche nordique explo /2h	Marche nordique explo /2h	Training plein air (dont M.nordique)
10h à 12h Rdv 9h45	10h à 12h Rdv 9h45	10h à 11h30 Rdv 9h45	9h30 à 11h30 Rdv 9h15	10h à 12h Rdv 9h45	10h à 12h Rdv 9h45
Sully	Yohan	Yohan	Carole	Stéphane	Sully
niv 3 - Parc Marly	niv 3 - Parc Marly	niv 1 - Parc Marly	niv 2/3 - Rdv voir blog	niv 2/3 - Rdv voir blog	niv 3 - Parc Marly
		Marche nordique explo /2h			
		13h30 à 15h30 Rdv 13h15			
		Carole			
		niv 3 - Rdv voir blog			
LUNDI 27/02	MARDI 28/02	JEUDI 02/03	SAMEDI 04/03	DIMANCHE 05/03	
Cross-training /1h		Cross-training /1h			
9h à 10h Rdv 8h45		9h à 10h Rdv 8h45			
Yohan		Yohan			
niv 3 - Parc Marly		niv 3 - Parc Marly			
Marche nordique cool1 explo /1h30	Marche nordique explo /2h	Marche nordique explo /2h	Training plein air (dont M.nordique)	Training plein air (dont M.nordique)	
10h à 11h30 Rdv 9h45	9h30 à 11h30 Rdv 9h15	10h à 12h Rdv 9h45	10h à 12h Rdv 9h45	10h à 12h Rdv 9h45	
Yohan	Carole	Carole	Yohan	Yohan	
niv 1 - Rdv Parc Marly	niv 2/3 - Rdv voir blog	niv 2/3 - Rdv voir blog	niv 3 - Parc Marly	niv 3 - Parc Marly	
Marche nordique explo /2h					
13h30 à 15h30 Rdv 13h15					
Carole					
niv 3 - Rdv voir blog					