



Etoile de la Motte Vesoul - Planning des entraînements 2025-2026



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi		
8h00	Ecoles & collèges	Ecoles & collèges		Ecoles & collèges	Ecoles & collèges			
15								
30								
45								
9h00			9h00 - 10h00 dirigé : 2 Amaury		9h00 - 10h00 dirigé Amaury			
15			Séance individuelle		Initiation scolaire	9h30 - 12h00 libre : 20		
30								
45								
10h00		10h00 - 11h00 dirigé Amaury		10h00 - 12h00 libre :20				
15		Initiation scolaire						
30		10h00 - 12h00 libre : 6 Salle polyvalente						
45								
11h00			10h30 - 11h30 dirigé : 12 Amaury - Madeline - Christian		10h15 - 11h15 dirigé Amaury			
15		Loisir tout public	Baby ping		Initiation scolaire	Loisir tout public		
30								
45								
12h00		12h00 - 13h30 dirigé Amaury		12h00 - 13h30 dirigé Amaury				
15		Atelier Pratique Sportive René Cassin Noidans		Atelier Pratique Sportive René Cassin Noidans				
30								
45								
13h00								
15								
30								
45								
14h00			13h30 - 15h00 dirigé : 20 Amaury					
15			Jeunes 4					
30								
45								
15h00			15h00 - 18h00 dirigé : 8 Amaury					
15			Jeunes 1					
30								
45								
16h00								
15								
30								
45								
17h00								
15								
30								
45								
18h00	17h 30 - 19h00 dirigé : 10	17h30 - 19h00 dirigé : 20 Amaury & Christian	13h30 - 15h00 dirigé : 20 Amaury	17h30 - 19h00 dirigé : 8 Amaury	17h30-19h00 dirigé : 20 Amaury & Christian			
15	Actions sociales	Jeunes 2	15h00 - 18h00 dirigé : 8 Amaury	Jeunes 1	Jeunes 2			
30			18h00 - 19h00 dirigé : 2 Amaury					
45			Séance indiv	18h00-19h30 dirigé : 16 Laurent M				
19h00				Jeunes 3				
15								
30								
45								
20h00	19h15 - 21h00 libre : 20	19h15 - 20h45 dirigé : 20 Amaury	19h30 - 21h0 dirigé : 20 Baptiste ou Laurent M	19h15 - 20h45 libre : 20	19h15- 20h45 animé : 20			
15	Loisir tout public	Groupe 1 + Jeunes 1 confirmés	Groupe 2	Groupe 1 + Jeunes 1 confirmés	Ping pour tous			
30								
45								
21h00		Entraînement libre		Entraînement libre	Entraînement libre			
15								
30								
45								
22h00								