

Programme du Week-End

		Samedi	Dimanche	
08:00	Matin		Petit Déjeuner Commun Floridor	
08:30				
09:00		RDV LOCAL CLUB 9H	Séance Endurance 4H	
09:30				
10:00				
10:30		Séance ENDURANCE 2H30		
11:00				
11:30				
12:00				
12:30				
13:00	REPAS LOCAL CLUB			
13:30		Apéro offert par le club		
14:00	Après Midi	Séance intensités 2H30		
14:30				
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00			RETOUR LOCAL CLUB	