

**Les entraînements au club d'Aviron pour les Cadets (du 19 Mars au 3 juin)**

*Ci-joint le 4eme planning d'entraînements. Ce sont des prévisions! Il se peut qu'il y ait quelques modifications.*

*Dans ce cas, vous serez prévenu suffisamment à l'avance... La participation à l'ensemble des stages est de 20€ à régler par chèque à l'ordre de l'ACLA en début de stage. Merci de nous prévenir pour vos absences! Fred*

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<i>Semaine du 19 au 25 Mars</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h	<b>Epine: Chpts Académique Aiguebelette Sinon entraînement de 15h30 à 18h</b>	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	9h30 à 12H
<i>Semaine du 26 Mars au 1 Avril</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	FOOTING MAISON 45min + 15' Gainage
<i>Semaine du 2 au 8 Avril</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	9h30 à 12H
<i>Semaine du 9 au 15 Avril</i>	<b>Repos</b>	<b>Stage club 14h à 16h30</b>	<b>Stage club 14h à 16h30</b>	Repos	<b>Stage club 14h à 16h30</b>	Footing à la maison	Repos
<i>Semaine du 16 au 22 Avril</i>	<b>Repos</b>	<b>Stage club 9h à 17h30</b>	<b>Stage club 9h à 17h30</b>	<b>Stage club 9h à 12h</b>	Repos	<b>Stage club 9h à 12h</b>	<b>Régate d'AIX Le bourget du lac Journée</b>
<i>Semaine du 23 au 29 Avril</i>	<b>Repos</b>	<b>Repos</b>	14h à 17h20	<b>Repos</b>	14h à 20h	<b>COUPE DES REGIONS MANTES LA JOLIE ou 14h à 16h30</b>	<b>COUPE DES REGIONS MANTES LA JOLIE ou 9h30 à 12h</b>
<i>Semaine du 30 Avril au 6 Mai</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h <i>Férié</i>	14h à 16h30	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	9h30 à 12H
<i>Semaine du 7 au 13 Mai</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h <i>Férié</i>	14h à 16h30	A définir <i>Férié</i>	9h à 17h30 <i>Férié</i>	14h à 16h30	<b>Repos</b>
<i>Semaine du 14 au 20 Mai</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	9h30 à 12H
<i>Semaine du 21 au 27 Mai</i>	A définir <i>Férié</i>	14h à 20h	14h à 16h30	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30	9h30 à 12H
<i>Semaine du 28 au 3 juin</i>	<b>Repos</b>	14h à 20h	14h à 16h30 <b>Préparation remorque</b>	<b>Repos</b>	14h à 20h <b>Préparation remorque</b>	<b>Régate de Macon Macon Journée</b>	<b>Régate de Macon Macon Journée</b>