

Horaire d'entraînement du mois d'Août 2019

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche	
29	Juillet	30	Juillet	31	Juillet	1	Août	2	Août	3	Août	4	Août
10:00 à 11:45 (Mt-Bleu) 18:15 à 19:45 (Asticou)				Twilight, Ottawa 10:00 à 11:45 18:15 à 19:45 (Asticou)				18:15 à 19:45 (Asticou)					
5	Août	6	Août	7	Août	8	Août	9	Août	10	Août	11	Août
18:15 à 19:45 (Asticou)				Twilight, Ottawa 18:15 à 19:45 (Asticou)				Champ. Canadien Jeunesse Sydney, N-E 18:15 à 19:45 (Asticou)		Champ. Canadien Jeunesse Sydney, N-E		Champ. Canadien Jeunesse Sydney, N-E	
12	Août	13	Août	14	Août	15	Août	16	Août	17	Août	18	Août
				Twilight, Ottawa				18:15 à 19:45 (Asticou)					
19	Août	20	Août	21	Août	22	Août	23	Août	24	Août	25	Août
18:15 à 19:45 (Asticou)				<sup>3</sup> 15:45 Spécial Training 16:00 à 18:00 (Lac Leamy)				<sup>3</sup> 15:45 Spécial Training 16:00 à 18:00 (Lac Leamy)					
26	Août	27	Août	28	Août	29	Août	30	Août	31	Août	1	Septembre
<sup>3</sup> 15:45 Spécial Training 16:00 à 18:00 (Lac Leamy)				18:15 à 19:45 (Asticou)				18:15 à 19:45 (Asticou)					

**Note : 2 Septembre 2019 ( Lac Leamy )**

<sup>3</sup>15:15 / Début 15:30 fin vers 18:00 = petit training de course + volleyball de plage

**En vert, Groupe athlétisme**

En rouge, vous devez me confirmez votre présence, le plus tôt possible.

En Bleu , voir date limite pour me répondre

Spécial training = 21, 23 et 26 août 2019 = Volleyball de plage ou/et petit training de course

<sup>3</sup>Lieu et heure de rencontre : Stationnement en bas du Réno ( proche du Saint-Eloi Café Bistro ) à 15:45 / 15:15 (2sept.)

Sinon à 16:00 au terrain de Volleyball ( près de la plage du Lac Leamy )

[Confirmez votre présence ici pour le volleyball](#)

**Changement à l'horaire initial**

\* Des changements peuvent survenir