

Horaire d'entraînement du mois de Novembre 2018

| Lundi | | Mardi | | Mercredi | | Jeudi | | Vendredi | | Samedi | | Dimanche | |
|---|----------|-------|----------|--|----------|-------|----------|--|----------|----------------------|----------|----------|----------|
| 29 | Octobre | 30 | Octobre | 31 | Octobre | 1 | Novembre | 2 | Novembre | 3 | Novembre | 4 | Novembre |
| 18:15 à 19:45 (³ Maison citoyen) | | | | 15:15 à 17:00 (Mt-Bleu) | | | | 16:15 à 17:45 (Asticou) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | Cookie Run Ottawa | | | |
| 5 | Novembre | 6 | Novembre | 7 | Novembre | 8 | Novembre | 9 | Novembre | 10 | Novembre | 11 | Novembre |
| 18:15 à 19:45 (³ Maison citoyen) | | | | 15:15 à 17:00 (Mt-Bleu) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | 16:15 à 17:45 (Asticou) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | | |
| 12 | Novembre | 13 | Novembre | 14 | Novembre | 15 | Novembre | 16 | Novembre | 17 | Novembre | 18 | Novembre |
| *19:15 à 21:00 Dôme Louis-Riel | | | | 15:15 à 17:00 (Mt-Bleu) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | 16:15 à 17:45 (Asticou) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | | |
| 19 | Novembre | 20 | Novembre | 21 | Novembre | 22 | Novembre | 23 | Novembre | 24 | Novembre | 25 | Novembre |
| *19:15 à 21:00 Dôme Louis-Riel | | | | 15:15 à 17:00 (Mt-Bleu) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | 16:15 à 17:45 (Asticou) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | | |
| 26 | Novembre | 27 | Novembre | 28 | Novembre | 29 | Novembre | 30 | Novembre | 1 | Décembre | 2 | Décembre |
| *19:15 à 21:00 Dôme Louis-Riel | | | | 15:15 à 17:00 (Mt-Bleu) 18:15 à 19:45 (Asticou) | | | | 18:00 à 19:25 (² Cégep) | | | | | |

En vert, Groupe athlétisme

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

En Bleu , voir date limite pour me répondre

²Cégep (Campus Gabrielle-Roy) porte # 19, Attention le stationnement au cégep est payant

³ Entraînement du lundi à la maison du citoyen : Carte :

<https://maps.google.com/maps/ms?msid=211842522423788809937.0004cbfb669904f776a34&msa=0>

*Lundi 19:15 à 21:00 = Échauffement à l'extérieur au dôme Louis-Riel

*Dôme Louis-Riel, Ottawa (Prévoir frais d'entrée)

Changement à l'horaire initial

* Des changements peuvent survenir