

# Entraînement RixBad 2019-2020

Septembre 2019											Octobre 20																
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
	S1	D1				J1	V1	S1					J1	V1	S1	D1				J1	V1	Ba d	Ba d		M1		J1
V2	S2	MB		M2			V2	S2			M2			V2	S2	MB		M2			V2				M2		
V3		D2					V3							V3		D2					V3						
P		PP			P		P					P		P		PP			P		P					P	

## Légende

### Groupes jeunes


V1	Vendredi 17h30-18h30
V2	Vendredi 18h30-19h30
S1	Samedi 10h-11h
S2	Samedi 11h-12h
D1	Dimanche 10h-11h
MB	Dimanche 10h-11h
D2	Dimanche 11h-12h
PP	Dimanche 11h-12h30
P	Mer 18h-20h + Ven 19h-21h

### Groupes adultes

M1	Mardi 21-22h30 , groupe Olivier
M2	Mardi 21-22h30 , groupe Charles
J1	Jeudi 21-22h30 , groupe Charles
V3	Vendredi 19h30-21h , groupe Ugo

19														Novembre														
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V
V1	S1	D1		M1		J1												M1		J1	V1	S1	D1		M1		J1	V1
V2	S2	MB		M2				T	O	U	S	S	A	I	N	T		M2			V2	S2	MB		M2			V2
V3		D2																			V3		D2					V3
P		PP			P		P												P		P		PP			P		P

**Pas d'entraînement**

 Entraînements reportés

ore 2019															Déc													
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S
S1	D1		M1		J1	V1	S1	D1		M1		J1	V1	S1	D1		M1		J1	V1	S1	D1		M1		J1	V1	S1
S2	MB		M2			V2	S2	MB		M2			V2	S2	MB		M2			V2	S2	MB		M2			V2	S2
	D2					V3		D2					V3		D2					V3		D2					V3	
	PP			P		P		PP			P		P		PP			P		P		PP						

**embre 2019**

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
D1		M1		J1																						V1	S1	D1
MB		M2									N	O	E	L												V2	S2	MB
D2																												D2
PP																								P		P		PP

# Janvier 2020

13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L
				V1	S1	D1					V1	S1	D1			J1	V1	S1	lying		M1		J1	V1	S1	D1		
				V2	S2	MB					V2	S2	MB				V2	S2			M2			V2	S2	MB		
						D2							D2				V3							V3		D2		
		P		P		PP			P		P		PP			P		P				P		P		PP		

## Février 2020

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M
M1		J1	V1	S1	D1		M1		J1	V1	S1	olley								M1		J1	V1	S1	TT		M1	
M2			V2	S2	MB		M2			V2	S2	C	A	R	N	A	V	A	L		M2			V2	S2		M2	
			V3		D2					V3														V3				
	P		P		PP			P		P												P		P				

# Mars 2020

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8
M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M
	J1	V1	Ba d	Ba d		M1		J1	V1	S1	D1		M1				S1	D1		M1								
		V2				M2				S2	MB		M2				S2	MB										P
		V3							V3		D2					V3		D2										
P		P					P		P		PP			P		P		PP			P		P					

Avril 2020

9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	
J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	
		D'Clie										M1				Volley	D1		M1										
A	Q	U	E	S													MB												
															V3		D2												
													P		P		PP				P								



# Mai 2020

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V
		D1							D1					
		MB							MB					
		D2							D2					
P		PP			P		P		PP					P