



Horaires	LUNDI 24 AOÛT			MARDI 25 AOÛT			MERCREDI 26 AOÛT			JEUDI 27 AOÛT			VENDREDI 28 AOÛT	
09H00 - 10H00	ACCUEIL													
	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	ARRIVÉE 8H30	
10H00 - 10H30	échauffement collectif gym			échauff praticable	échauff fast-track	échauff piste accro	échauff piste-accro	échauff praticable	échauff fask-track	échauff fask-track	échauff piste-accro	échauff praticable		
10H30 - 11H10	sol	trampoline	barres	sol	barres	poutre	barres	sol	trampoline	trampoline	barres	sol		
11H10 - 11H50	poutre	barres	saut	barres	poutre	trampoline	saut	poutre	barres	saut	poutre	barres		
11H50 - 12h00	ÉTIREMENTS													
12h30 - 14h15	REPAS													
14h15 - 14h30	échauffement couleurs			échauffement parcours militaire			échauffement course			échauffement collectif gym				
14h30 - 15h00	saut	poutre	trampoline	trampoline	saut	sol	trampoline	saut	poutre	barres	trampoline	poutre		
15h00 - 15H30	barres	sol	poutre	saut	trampoline	barres	poutre	barres	sol	poutre	sol	trampoline		
15H30 - 16H15	trampoline	saut	sol	poutre	sol	saut	sol	trampoline	saut	agrès libre				
16H15 - 17H00	ACCUEIL FIN DE JOURNÉE													