

|                    | Semaine 1 du lundi 20 au dimanche 26 octobre 2025 |                                                              |                                              |                                                                         |                                              |                                                               |
|--------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|                    | Séance 1                                          | Séance 2                                                     | Séance 3                                     | Séance 4                                                                | Séance 5                                     | Séance 6                                                      |
| <b>AVENIRS 1</b>   | Mardi 21/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye         | Jeudi 23/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                      | -                                            | -                                                                       | -                                            | -                                                             |
| <b>AVENIRS 2</b>   | Mardi 21/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye         | Jeudi 23/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                      | -                                            | -                                                                       | -                                            | -                                                             |
| <b>AVENIRS 3</b>   | Lundi 20/10<br>19h00-20h30<br>La Madeleine        | Mardi 21/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye                    | Mercredi 22/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud   | Jeudi 23/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                                 | Samedi 25/10<br>12h15-13h45<br>La Madeleine  | -                                                             |
| <b>BENJAMINS 1</b> | Mardi 21/10<br>19h00-20h30<br>Hellemmes           | Mercredi 22/10<br>19h00-20h30<br>Hellemmes                   | Jeudi 23/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy    | Vendredi 24/10<br>19h30-20h45<br>Étirements<br>20h45-21h00<br>Hellemmes | Samedi 25/10<br>12h30-14h30<br>Marx Dormoy   | -                                                             |
| <b>BENJAMINS 2</b> | Lundi 20/10<br>7h30-9h00<br>Marx Dormoy           | Mardi 21/10<br>18h15-19h45<br>PPG 17h15-18h15<br>Marx Dormoy | Mercredi 22/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Jeudi 23/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy                               | Vendredi 24/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Samedi 25/10<br>12h30-14h30<br>PPG 11h15-12h15<br>Marx Dormoy |

|                             | Semaine 1 du lundi 20 au dimanche 26 octobre 2025 |                                           |                                            |                                           |                                                              |                                            |
|-----------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                             | Séance 1                                          | Séance 2                                  | Séance 3                                   | Séance 4                                  | Séance 5                                                     | Séance 6                                   |
| JUNIORS 1                   | Lundi 20/10<br>20h00-21h30<br>Lomme               | Mercredi 22/10<br>20h00-21h30<br>Lomme    | Jeudi 23/10<br>19h30-21h00<br>Lomme        | Samedi 25/10<br>17h00-19h00<br>Lomme      | -                                                            | -                                          |
| JUNIORS 2                   | Lundi 20/10<br>8h00-9h30<br>Marx Dormoy           | Mardi 21/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Mercredi 22/10<br>8h00-9h30<br>Marx Dormoy | Jeudi 23/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Vendredi 24/10<br>8h00-9h30<br>Marx Dormoy                   | -                                          |
| MASTERS                     | Lundi 20/10<br>6h30-8h00<br>Marx Dormoy           | Mardi 21/10<br>6h30-8h00<br>Marx Dormoy   | Mardi 21/10<br>20h30-21h45<br>Plein Sud    | Jeudi 23/10<br>06h30-08h00<br>Marx Dormoy | Jeudi 23/10<br>19h30-21h00<br>PPG 19h00-19h30<br>José Savoye | Samedi 25/10<br>12h30-14h30<br>Marx Dormoy |
| ADOS<br>PERFECTIONNEMENT    | Pas de séances d'entraînement                     |                                           | -                                          | -                                         | -                                                            | -                                          |
| ADULTES<br>PERFECTIONNEMENT | Pas de séances d'entraînement                     |                                           |                                            | -                                         | -                                                            | -                                          |

|                    | Semaine 2 du lundi 27 octobre au dimanche 2 novembre 2025 |                                                              |                                              |                                                                         |                                            |          |          |
|--------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------|----------|
|                    | Séance 1                                                  | Séance 2                                                     | Séance 3                                     | Séance 4                                                                | Séance 5                                   | Séance 6 | Séance 7 |
| <b>AVENIRS 1</b>   | Mardi 28/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye                 | Jeudi 30/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                      | -                                            | -                                                                       | -                                          | -        | -        |
| <b>AVENIRS 2</b>   | Mardi 28/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye                 | Jeudi 30/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                      | -                                            | -                                                                       | -                                          | -        | -        |
| <b>AVENIRS 3</b>   | Mardi 28/10<br>18h00-19h30<br>José Savoye                 | Mercredi 29/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud                   | Jeudi 30/10<br>19h00-20h30<br>Plein Sud      | -                                                                       | -                                          | -        | -        |
| <b>BENJAMINS 1</b> | Mardi 28/10<br>19h00-20h30<br>Hellemmes                   | Mercredi 29/10<br>19h00-20h30<br>Hellemmes                   | Jeudi 30/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy    | Vendredi 31/10<br>19h30-20h45<br>Étirements<br>20h45-21h00<br>Hellemmes | Samedi 01/11<br>12h30-14h30<br>Marx Dormoy | -        | -        |
| <b>BENJAMINS 2</b> | Lundi 27/10<br>7h30-9h00<br>Marx Dormoy                   | Mardi 28/10<br>18h15-19h45<br>PPG 17h15-18h15<br>Marx Dormoy | Mercredi 29/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Vendredi 31/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy                            | -                                          | -        | -        |

|                                     | Semaine 2 du lundi 27 octobre au dimanche 2 novembre 2025 |                                           |                                            |                                            |                                           |                                                              |                                            |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                                     | Séance 1                                                  | Séance 2                                  | Séance 3                                   | Séance 4                                   | Séance 5                                  | Séance 6                                                     | Séance 7                                   |
| <b>JUNIORS 1</b>                    | Lundi 27/10<br>20h00-21h30<br>Lomme                       | Mercredi 29/10<br>20h00-21h30<br>Lomme    | Jeudi 30/10<br>19h30-21h00<br>Lomme        | Samedi 01/11<br>17h00-19h00<br>Lomme       | -                                         | -                                                            | -                                          |
| <b>JUNIORS 2</b>                    | Lundi 27/10<br>7h30-9h00<br>Marx Dormoy                   | Mardi 28/10<br>18h15-19h45<br>Marx Dormoy | Mercredi 29/10<br>7h00-9h00<br>Marx Dormoy | Vendredi 31/10<br>7h00-9h00<br>Marx Dormoy | -                                         | -                                                            | -                                          |
| <b>MASTERS</b>                      | Lundi 27/10<br>6h30-8h00<br>Marx Dormoy                   | Mardi 28/10<br>6h30-8h00<br>Marx Dormoy   | Mardi 28/10<br>20h30-21h45<br>Plein Sud    | Mercredi 29/10<br>13h00-14h30<br>Plein Sud | Jeudi 30/10<br>06h30-08h00<br>Marx Dormoy | Jeudi 30/10<br>19h30-21h00<br>PPG 19h00-19h30<br>José Savoye | Samedi 01/11<br>12h30-14h30<br>Marx Dormoy |
| <b>ADOS<br/>PERFECTIONNEMENT</b>    | Mercredi 29/10<br>13h00-14h30<br>Plein Sud                | Samedi 01/11<br>12h00-13h30<br>Plein Sud  | -                                          | -                                          | -                                         | -                                                            | -                                          |
| <b>ADULTES<br/>PERFECTIONNEMENT</b> | Mercredi 29/10<br>13h00-14h30<br>Plein Sud                | Jeudi 30/10<br>20h30-21h30<br>Plein Sud   | Samedi 01/11<br>12h00-13h30<br>Plein Sud   | -                                          | -                                         | -                                                            | -                                          |