

# ENTRAINEMENTS POLE SPORTIF

CPCO 2015/2016

## CNC

### SEPTEMBRE

Samedi 19	10h- 16h	Chargement, Convoyage,Déchargement, Matage, rangement matos
Samedi 26	15h- 20h	Entrainement

### OCTOBRE

Samedi 3	10h- 16h	Entrainement
Samedi 10	15h-19h	Entrainement
Samedi 17	9H30-15H	Entrainement, Régate le 18 oct au CNC
Samedi 24	13h-18h	Entrainement
Samedi 31	9h30-14h	Entrainement

### NOVEMBRE

samedi 7	12h-17h30	Entrainement
samedi 14	10h- 16h	Chargement, Convoyage, Rangement matos

## EVB

### MARS

Samedi 12	9h30 - 15h30	Chargement, Convoyage,Déchargement, Matage, rangement matos
Samedi 19	9h30 - 15h30	Entrainement
samedi 26	9h30 - 15h30	Entrainement

### AVRIL

Samedi 2	9h30 - 15h30	Entrainement
Samedi 9	9h30 - 15h30	Entrainement
Samedi 16	9h30 - 15h30	Entrainement
Samedi 23	9h00 - 15h00	Entrainement
Samedi 30	9h30 - 15h30	Entrainement

### MAI

Samedi 7	9h30 - 15h30	Entrainement + théorie
Samedi 14	9h30 -15h30	Entrainement
Samedi 21	9h30 - 15h30	Entrainement + théorie
Samedi 28	13h - 19h	Entrainement + Grosse teuf (Apéro gouter)