



# ENTRAÎNEMENTS TTSH - SAISON 2025 - 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	
14h00			Poussins débutants 6 - 8 ans 14h00 - 15h00	Handisport 14h00 - 15h30			
14h30			Benjamins - Minimes 9 - 12 ans 15h00 - 16h00				
15h00			Poussins - Benjamins Performance 9 - 12 ans 16h00 - 17h30				
15h30						Libre 9h30 - 12h30	
16h00							
16h30							
17h00	Libre 17h00 - 17h30	Libre 17h00 - 17h30	Séances individuelles 17h30 - 18h00	Libre 17h00 - 17h30	Services 17h00 - 17h30		
17h30	Minimes - Cadets Juniors Groupe performance 17h30 - 19h30	Minimes - Cadets - Juniors 12 - 18 ans 17h30 - 19h00	Minimes - Cadets Juniors Groupe performance 18h00 - 19h30	Cadets - Juniors 13 - 18 ans 17h30 - 19h30	Benjamins - Minimes 9 - 12 ans 17h30 - 19h00		Minimes - Cadets Juniors Groupe performance 17h30 - 19h00
18h00							
18h30		Séances individuelles 19h00 - 19h30					
19h00		Séniors - Vétérans D2 - D3 - D4 19h30 - 21h00		Cadets - Juniors Élite + Séniors - Vétérans R3 - D0 - D1 19h30 - 21h00	Loisirs Adultes 19h00 - 20h30		Féminines 19h00 - 20h30
19h30							
20h00	Loisirs Adultes 19h30 - 21h00						
20h30							
21h00					Séniors - Vétérans D2 - D3 - D4 20h30 - 22h00		
21h30	Libre 21h00 - 22h30	Libre 21h00 - 22h30		Libre 21h00 - 22h30		Libre 20h30 - 22h30	
22h00					Libre 22h00 - 22h30		
22h30							

Entraînements dirigés par Ludovic  
 Entraînements dirigés par Rémi

Entraînements Handi dirigés par Régis  
 Entraînements libres