



ENTRAÎNEMENTS TTSH - SAISON 2025 - 2026



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
14h00			Poussins débutants 6 - 8 ans 14h00 - 15h00	Handisport 14h00 - 15h30		
14h30						
15h00			Poussins - Benjamins 7 - 10 ans 15h00 - 16h00			
15h30						
16h00			Poussins - Benjamins Performance 8 - 11 ans 16h00 - 17h30			
16h30						
17h00	Libre 17h00 - 17h30	Libre 17h00 - 17h30		Libre 17h00 - 17h30	Services 17h00 - 17h30	
17h30						
18h00	Minimes - Cadets Juniors Groupe performance 17h30 - 19h30	Minimes - Cadets - Juniors 12 - 18 ans 17h30 - 19h00	Minimes - Cadets - Juniors 12 - 18 ans Entraînement coordonné avec les 2 entraîneurs 17h30 - 19h00	Benjamins - Minimes 9 - 12 ans 17h30 - 19h00	Minimes - Cadets Juniors Groupe performance 17h30 - 19h00	
18h30						
19h00		Séances individuelles * 19h00 - 19h30				
19h30						
20h00	Loisirs Adultes 19h30 - 21h00	Compétiteurs Séniors - Vétérans D2 - D3 - D4 19h30 - 21h00		Loisirs Adultes 19h00 - 20h30	Féminines 19h00 - 20h30	
20h30						
21h00				Compétiteurs Cadets - Juniors Élite Séniors - Vétérans R3 - D0 - D1 19h00 - 21h00		
21h30	Libre 21h00 - 22h30	Libre 21h00 - 22h30		Libre 21h00 - 22h30		
22h00				Compétiteurs Séniors - Vétérans D2 - D3 - D4 20h30 - 22h00	Libre 20h30 - 22h30	
22h30				Libre 22h00 - 22h30		

Entraînements dirigés par Ludovic

Entraînements dirigés par Rémi

* ou séances de services