



HORAIRES pour les entraînements USM Saison 2023 - 2024

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
EVEILS			14h00 à 15h30			
POUSSINS			15h45 à 17h15			
BENJAMINS			14h00 à 15h30		18h30 à 20h00	
MINIMES	18h30 à 20h30 (1 semaine sur deux)		15h00 à 16h30		18h30 à 20h30	
MINIMES/CADETS/JUNIORS/ ESPOIRS/SENIORS		Lancer 18h30 à 20h00		Sprint + Haies 18h30 à 20h00		
CADETS / JUNIORS / ESPOIRS	18h30 à 20h30		18h00 à 20h00			
SENIORS / VETERANS			19h00 à 21h00	19h00 à 21h00		9h30 à 11h30
MUSCULATION Pour Adultes		17h00 à 20h00		17h00 à 20h00		15h00 à 17h00