

**UNION SPORTIVE METROPOLITAINE DES TRANSPORTS**

"Saison 2016-2017"

Planning "Stade Arnold Netter - Dojo"



<i>Heures</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>	
8h à 9h								
9h à 10h								
10h à 11h	JUDO Préparation Physique	JUDO Préparation Physique	JUJITSU Adultes	JUDO Préparation Physique	JUDO Préparation Physique	Pôle Sport de Contact Compétiteurs	Pôle Sport de Contact Compétiteurs	
11h à 12h								
12h à 13h								
13h à 14h								
14h à 15h	Pôle Sport de Contact	Pôle Sport de Contact	JUJITSU Adultes	Pôle Sport de Contact	Pôle Sport de Contact Compétiteurs		Pôle Sport de Contact Compétiteurs	
15h à 16h								
16h à 17h			JUDO Eveil & Ecole					
17h à 18h								
18h à 19h	JUDO Ado & Adulte		JUDO Techniques					
19h à 20h			JUDO Adultes					
20h à 21h		Pôle Sport de Contact			Pôle Sport de Contact	Pôle Sport de Contact		
21h à 22h								
22h à 23h								

Validé le 16 juin 2016



UNION SPORTIVE METROPOLITAINE DES TRANSPORTS



"Saison 2016 - 2017"

Planning "Stade Arnold Netter" / Extérieurs 1 & 2

Heures	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h à 9h							
9h à 10h							
10h à 11h							
11h à 12h							
12h à 13h							
13h à 14h							
14h à 15h	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2)	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2)	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2) + BOULES Entraînements (Extérieur 1)	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2)	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2) + BOULES Entraînements (Extérieur 1)	PETANQUE Entraînements Matches (Extérieur 2)	
15h à 16h							
16h à 17h							
17h à 18h							
18h à 19h							
19h à 20h							
20h à 21h							
21h à 22h							
22h à 23h							



UNION SPORTIVE METROPOLITAINE DES TRANSPORTS

"Saison 2016 - 2017"

Planning "Stade Arnold Netter" - Salle de Musculation



<i>Heures</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
8h à 9h							
9h à 10h	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements	Haltérophilie & Force Athlétique Entraînements
10h à 11h							
11h à 12h							
12h à 13h							
13h à 14h							
14h à 15h							
15h à 16h							
16h à 17h							
17h à 18h							
18h à 19h							
19h à 20h							
20h à 21h							
21h à 22h							
22h à 23h							



UNION SPORTIVE METROPOLITAINE DES TRANSPORTS

"Saison 2016 - 2017"

Planning "Stade Arnold Netter" - Salle d'armes



Heures	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h à 9h							
9h à 10h							
10h à 11h							
11h à 12h							
12h à 13h		Cours EP 12h15-13h45			Cours EP 12h15-13h45		
13h à 14h							
14h à 15h			ESCRIME Eveil				
15h à 16h			ESCRIME Débutants jeunes				
16h à 17h			ESCRIME Poussins/Pupilles				
17h à 18h	ESCRIME Débutants jeunes	ESCRIME Poussins/Pupilles 17h15-18h15	ESCRIME Confirmés	ESCRIME Leçons et travail spécifique 17h-19h15	ESCRIME Débutants/Moyens		
18h à 19h		ESCRIME Débutants/Moyens 18h15-19h15					
19h à 20h	ESCRIME Confirmés	ESCRIME Juniors/Séniors Compétition 19h15-21h45	ESCRIME Juniors/Séniors Compétition	ESCRIME Juniors/Séniors Compétition 19h15-21h45	ESCRIME Confirmés		
20h à 21h	ESCRIME Adultes Loisir 20h-21h45						
21h à 22h							
22h à 23h							