

Programme du 16 au 22 janvier 2012
Répartition de la glace

Lundi	12:15 à 13:15	Montchoisi	Membres CPLM
	16:15 à 17:15	Montchoisi	Cours collectif C4, C5 +P1
	17:15 à 18:15	Montchoisi	Cours collectif P1
	16:00 à 17:30	Malley Odysée	C2 et C3
	17:30 à 18:30	Malley Odysée	C1
Mardi	12:15 à 13:15	Montchoisi	Membres CPLM
	17:15 à 18:15	Montchoisi	Cours d'initiation
	15:30 à 16:15	Malley Odysée	Membres CPLM
	16:15 à 17:15	Malley Odysée	C2, C4 et C5
	17:00 à 18:15	Malley Extérieure	C1 et C3
Mercredi	12:15 à 13:00	Montchoisi	Membres CPLM
	13:00 à 14:00	Montchoisi	Cours d'initiation
	12:00 à 13:00	Malley Odysée	C1, C2, C3 (selon liste)
	13:15 à 14:15	Malley Intérieure	C1, C2, C3 (selon liste)
	14:15 à 15:15	Malley Intérieure	Cours d'initiation
	16:00 à 17:00	Montchoisi	Cours d'initiation
	17:00 à 18:00	Montchoisi	C4 et C5, P1 et P2
Jeudi	12:15 à 13:15	Montchoisi	Membres CPLM
	17:15 à 18:15	Montchoisi	Cours collectif P1
	16:00 à 17:00	Malley Odysée	C4 et C5
	17:00 à 18:00	Malley Odysée	C2 et C3
	18:15 à 19:15	Malley Odysée	C1
	19:15 à 20:00	Malley Odysée	Synchro
	Vendredi	12:15 à 13:15	Montchoisi
12:15 à 13:30		Malley Intérieure	C1, C2, C3, C4, C5
17:15 à 18:15		Montchoisi	Cours collectif P2
16:00 à 17:00		Malley Intérieure	C2 + C3
17:00 à 17:45		Malley Intérieure	C1
18 :00 à 19 :15		Malley Intérieure	Membres CPLM
Samedi	07:00 à 09:00	Malley Intérieure	C1, C2, C3,C4 et C5
	09:15 à 10:15	Malley Intérieure	C1, C2, C3,C4 et C5
	12:00 à 13:00	Malley Odysée	Membres CPLM
	12:00 à 14:00	Pontaise	Adultes danse
	17:15 à 18:15	Pontaise	Cours d'initiation
	18:15 à 18:45	Pontaise	Membres CPLM
	Dimanche	07:30 à 09:30	Intérieur
07:30 à 09:30		Odysée	Introduction à la synchro

suite p 2

Activités Hors-glace pour les groupes compétitions

Lundi	17:30 à 18:15	Vestiaire Montchoisi	Condition physique C4,C5
	17:45 à 18:45	Salle Prilly	Condition physique C2, C3
	18:45 à 19:45	Salle Prilly	Condition physique C1

Répartition des groupes :

<i>C4 et C5</i>	<i>-> Cynthia</i>
<i>C1, C2 et C3</i>	<i>-> Gabriel</i>

Jeudi	16:45 à 17:45	Salle Prilly	Condition physique C1
	17:15 à 18:15	Salle Renens	Condition physique C4,C5
	18:15 à 19:15	Salle Renens	Condition physique C2
	18:15 à 19:15	Salle Prilly	Condition physique C3

Répartition des groupes :

<i>C4 et C5</i>	<i>-> Helena</i>
<i>C2</i>	<i>-> Helena</i>
<i>C1</i>	<i>-> Gabriel</i>
<i>C3</i>	<i>-> Gabriel</i>

Danse **Samedi 21 janvier de 10h30 à 11h30 avec Laurent à la Salle Prilly**

Membres CPLM = membres C1, C2, C3, C4, C5, P1, P2, cours d'initiation en leçons.

Les membres adultes du CPLM (plus de 18 ans) peuvent patiner entre midi et 2 heures durant la semaine et le samedi et dimanche sur les heures membres CPLM

Lutry, le 14 décembre – Christiane Miles