

Récap semaine test



2024 - 44 - Du 28/10 au 03/11

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
Mardi - Après-midi	18:30		Collectif complet	17	Lutte	2:00	80	60

Détail de la séance

Stage avec Colmar

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
Mercredi - Matin	10:30	David Mullee	Collectif complet	17	Lutte	2:00	80	65

Détail de la séance

Stage avec les mempapeurs

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
Mercredi - Après-midi	16:30		Collectif complet	17	Lutte	2:00	65	60

Détail de la séance

Stage avec les mempapeurs

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
Jeudi - Après-midi	14:30	Stéphane Lamy	Collectif complet	17	Lutte	1:30	55	65

Détail de la séance

Stage avec Besançon

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
-----------	-------	-------	--------	----------	--------	-------	-----------	--------

Détail de la séance

Séance du	Heure	Coach	Groupe	Athlètes	Séance	Durée	Intensité	Volume
Vendredi - Après-midi	16:30	Xavier Beaufort	Collectif complet	17	Lutte	1:30	45	60

Détail de la séance

Stage avec le Pôle de Dijon