

Planning des entraînements 2022/2023

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE		
9h									
30									
10h						9h30-11h00 Ecole de Ping 2011 à 2014	Jeu libre pour les adhérents à jour de leur cotisation		
30		10h30-12h00 Ping Parkinson				9h30-10h30 Pingzi 2015 à 2016			
11h						10h30-11h30 Pingzi 2016 à 2017			
30						11h00-12h30 Ecole de Ping 2004 à 2010			
12h						11h30-12h30 Pingzi 2017 à 2018			
30									
13h									
30									
14h			13h30-15h00 Ecole de Ping 2011 à 2014						
30									
15h			15h00-16h30 Perf Ping						
30									
16h									
30									
17h									
15	17h00-18h30 Ecole de Ping 2008 à 2014								
30									
45									
18h		17h30-19h00 Ecole de Ping 2011 à 2014	17h30-19h00 Avenir Ping + Elite Ping + Jeunes filles	17h00-19h00 Avenir Ping	17h15-18h45 Ecole de Ping 2004 à 2010	17h00-18h30 Ecole de Ping 2011 à 2014	17h00-18h30 Ecole de Ping 2011 à 2014	Compétitions	
15									
30									
45									
19h		18h30-20h00 Challenge Boulbi Ping 2004 à 2014	19h00-20h30 Perf Ping	19h00-20h30 Adultes compétiteurs (Niveau PR à régionale)	18h45-20h15 Féminines	18h30-20h00 Perf Ping	18h30-20h00 Avenir Ping + Elite Ping	18h30-20h00 Ecole de Ping 2004 à 2010	17h15-18h45 Perf Ping 2006 à 2012
15									
30									
45									
20h		19h00-20h30 Perf Ping	19h00-20h30 Adultes compétiteurs (Niveau PR à régionale)	19h00-20h30 Adultes compétiteurs (Niveau D1 à régionale) + Jeunes Elites				18h45-20h15 Perf Ping 2004 à 2010	
15									
30									
45									
21h		20h00-21h30 Adultes compétiteurs Niveau départemental et R3	20h30-22h00 Adultes loisirs confirmés + compétiteurs classés 5 à 6	20h30-22h00 Jeu libre pour les adhérents à jour de leur cotisation	20h30-22h00 Adultes loisirs	20h00-21h30 Adultes compétiteurs (Niveau régional à national)	20h00-00h00 Championnats par équipes		
15									
30									
45									
22h									
15									

Lieux de pratique

	Sous-Sol Piscine
	Gymnase Bartholdi
	Gymnase Clamart