



PLANNING D'ENTRAINEMENT ADHM SAISON 2023/2024

	EDH	U9 2015-2016	U11 2013-2014	U13 2011-2012	U15 2009-2010	U17 2007-2008	U20 2004-2006	D3	GARDIEN	3S College	3S Lycée	Loisir Fun	S+	Créneau club
LUNDI			18H00 19H00 19H15 19H45			18H15 19H00 19H15 20H15				16H45 18H00	8H00 9H00			
MARDI				18H00 19H00 19H15 19H45	18H15 19H00 19H15 20H15		19H15 20H15 20H30 21H30	19H15 20H15 20H30 21H30					21H30 23H30	
MERCREDI	12H00 13H00	12H45 13H45												
JEUDI				18H00 19H00 19H15 19H45	18H15 19H00 19H15 20H15	19H15 20H15 20H30 21H30	19H15 20H15 20H30 21H30		18H00 18H45 18H45 19H30		8H00 9H00	21H30 23H30		
VENDREDI			18H00 19H00 19H15 19H45		18H15 19H00 19H15 20H15	18H15 19H00 19H15 20H15	19H15 20H15 20H30 21H30	19H15 20H15 20H30 22H30		16H45 18H00				21H30 23H30
SAMEDI	12H00 13H00	12H45 13H45												
DIMANCHE												18H15 23H30	18H15 23H30	

Créneau entraînement **glace**

Créneau entraînement **hors-glace**

U15 Possibilité d'une sélection par niveau selon le choix des coaches le vendredi (creneau U17,joueur d'année d'âge uniquement)

U17 Possibilité d'une sélection par niveau selon le choix des coaches le jeudi (créneau U20,joueur d'année d'âge uniquement)

FUN Les horaires d'entraînement du dimanche seront à définir avec les S+ selon les matchs U20,S+ et FUN (S+ premier créneau , Fun deuxième créneau)

S+ Les jours et horaires d'entraînement seront modifiés selon le calendrier U20

U20 Jeudi créneau U20+sélection senior