

# Plan des entraînements spécifiques

2021-2022 2e semestre



Jour	Horaire	INS	Geesseknäppchen	Coque	Hall Stade	Arquebusiers	Howald	Kockelscheuer	Hall Rollingergrund	Boy Konen	Golf Grand-Ducal	CNE			
Lundi	8-10h	FLGym	salle gym												
	10-12h							FELUBA							
Mardi	8-10h	FLGym	salle gym			FLTri	piscine								
		FLF	terrain			FLA	piste								
		FLBB	1/2 nouvelle salle			FLAM Judo	SAM								
						FELUBA	musculation								
	10-12h	FLGym	salle gym			FLNS	piscine								
Mercredi	8-10h	FLH U16m U14m	nouvelle salle	FLTri	piscine	FLTT	TT3	FLBB	FLT		FELUBA	FLBB	FLR	FLG	FLE
		FLH U17m U18m	3/3	FSCL	piscine + piste	FLBBw	gymnase								
		FLAM-K	Dojo			FLNS	piscine								
		FLAM-TKW	Dojo			FLVB	TT1								
		FLGym R	fort			FLA	centre, piste								
		FLGym A	salle gym			FLAM Judo	SAM								
		FLBB	musculation			FLHw	TT1 + TT2								
		FLVB	beachvolley												
		FLF	terrain												
Jeudi	8-10h	FLGym	salle gym												
	11-12h25	FLGym	salle gym			FLTT	TT3								
		FSCL	route			FLA	arena, piste								
		FLBBm	nouvelle salle 1/2			FLAM Judo	SAM								
		FLTri	route			FELUBA	Gymnase 3								
		FLHm	2/3												
	12h15-13h30					FLNS	musculation								
Vendredi	8-10h	FLAM K+TKW	dojo	FLTri	Piscine	FLBB U16w	gymnase 1	FLH U17m U18m		FLT		FLR	FLG	FLE	
		FLGym GR	fort			FELUBA	musculation								
		FLGym GA	salle gym -> 12h			FLTT	TT3								
		FLF	terrain			FLNS	piscine								
		FLBB U16m U18m U20m	3/3			FLVB	TT1+TT2								
		FLH U14m U16m	nouvelle salle			FLA	arena								
		FLA	musculation			FLAM-Judo	SAM								
		FSCL	route			FLHw	gymnase 2+3								
				FLBB U18w	musculation										