

février 2019

Gymnastique aux agrès

- Anniversaires
- Doublons_calendrier_A_VERIFIER
- personnel
- Travail
- Personnel
- Issus des apps
- Jours fériés suisses

Programme de travail

janvier 2019

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31					

février 2019

L	M	J	V	S	D
		1	2	3	
4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27
28	29	30	31		

mars 2019

L	M	J	V	S	D
			1	2	3
4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27
28	29	30	31		

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
17:00 Début du se- mestre			19:00 Entraînement sans thème	16:30 Trampoline		
17:00 Positions CIS			19:00 Elancers-balan- cers	Proclamation - épublic(NE) 16:30 Trampoline		

mars 2019

- Anniversaires
- Doublons_calendrier_A_VERIFIER
- personnel
- Travail
- Personnel

- Issus des apps
- Jours fériés suisses

février 2019

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

mars 2019

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

avril 2019

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
25 17:00 Positions CIS	26	27	28 19:00 Elancers - balan- cers	1 Proclamation ..épubliquel(NE) 16:30 Trampoline	2	3
4 17:00 Sauts d'appui	5 Mardi gras	6 Mercredi des Cendres Saint Fridolin (SO)	7 19:00 Mouvement de bascule	8 16:30 Trampoline	9	10
11 17:00 Vers le streuli	12	13	14 19:00 Barre fixe: tour d'appui en arrière	15 16:30 Trampoline	16	17
18 17:00 Sauts d'appui: saut avec jambes écar- tées	19 Saint Joseph	20	21 19:00 Barre fixe: sortie fusée	22 16:30 Trampoline	23	24
25 17:00 Sol: roue - ini- tiation à la rondade	26	27	28 19:00 Anneaux balan- çants: susp. mi-renv./ demi tour	29 16:30 Trampoline	30	31 Heure d'été

avril 2019

- Anniversaires
- Doublons_calendrier_A_VERIFIER
- personnel
- Travail
- Personnel

- Issus des apps
- Jours fériés suisses

mars 2019

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3			
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

avril 2019

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

mai 2019

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
1 17:00 Mini-trampoline	2	3	4 Commemor... ill... Näfels (GL) 19:00 Barre fixe: sortie fusée avec jambes écartées	5 16:30 Trampoline	6	7 Dimanche des Rameaux
8 17:00 Anneaux balançants: susp. mi-renversée (monter et descendre)	9	10	11 19:00 Barre fixe: bascule	12 16:30 Trampoline	13	14
15 17:00 Sol: streuli	16	17	18 19:00 Barres //: appui renversé sur les épaules	19 Vendredi saint 16:30 Vendredi Saint : congé	20	21 Pâques
22 Lundi de Pâques 17:00 Vacances de Pâques	23	24	25 19:00 Vacances de Pâques	26 16:30 Vacances de Pâques	27	28
29 17:00 Mini-tramp.: salto en avant	30	Fête du Travail	1 19:00 Anneaux balançants: dislocation en arrière	2 16:30 Trampoline	3	4

mai 2019

- Anniversaires
- Doublons_calendrier_A_VERIFIER
- personnel
- Travail
- Personnel
- Issus des apps
- Jours fériés suisses

avril 2019

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

mai 2019

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

juin 2019

L	M	M	J	V	S	D
1	2					
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
29 17:00 Mini-tramp. salto en avant	30 Fête du Travail	1 Fête des Mères	2 19:00 Anneaux balancants: dislocation en arrière	3 16:30 Trampoline	4	5
6 17:00 Saut d'appui: renversement en avant (avec mini-tramp.)	7	8 Fête des Mères	9 19:00 Anneaux balancants: sortie salto arrière	10 16:30 Trampoline	11 Fête des Mères	12
13 17:00 Sol: flic-flac	14	15	16 19:00 Barre fixe: tour d'appui en avant	17 16:30 Trampoline	18	19
20 17:00 Entraînement examens	21	22	23 19:00 Entraînement examens	24 16:30 Entraînement examens	25	26
27 17:00 Entraînement examens	28	29	30 Ascension 19:00 Ascension: Congé	31 16:30 Pout de l'Ascension: pas de cours 22:00 FIN DU SEMESTRE		Fête des Pères