



Gestionnaire du conditionnement physique et des sports	x8731
Coordonnatrice de conditionnement physique	x8737
Gestionnaire du reconditionnement	x3993
Bureau conditionnement physique	x8747

HORAIRE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE LA GARNISON

Jour	lundi 2 déc	lundi 3 déc	lundi 4 déc	lundi 5 déc	lundi 6 déc
Natation militaire 0730-0830			Nage en couloir Piscine		Nage en couloir Piscine
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	PS - Performance and Recovery Room 105
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Sports d'accueil militaire 0730-0830	Fitness de boxe Coin de boxe		Fitness de boxe Coin de boxe		
Nage en Couloir 1200-1300	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105		Moga Salle 105		Moga ANNULÉ
	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
	9 déc	10 déc	11 déc	12 déc	13 déc
Natation militaire 0730-0830			Nage en couloir Piscine		Nage en couloir Piscine
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	PS - Performance and Recovery Room 105
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Sports d'accueil militaire 0730-0830	Fitness de boxe Coin de boxe		Fitness de boxe Coin de boxe		
Nage en Couloir 1200-1300	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105		Moga Salle 105		Moga ANNULÉ
	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
	16 déc	17 déc	18 déc	19 déc	20 déc
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	Natation militaire Piscine
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Test FORCE 0830-1000	Test FORCE FH 4+5	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 3 janvier			
Nage en Couloir 1200-1300	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	Moga Salle 105
	23 déc	24 déc	25 déc	26 déc	27 déc
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation HMS				La musculation Demi-Lune Sud
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat				
Test FORCE	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 3 janvier				Pas de tests FORCE
Nage en Couloir 1200-1300	Nage en couloir Piscine	Nage en couloir Piscine	Noël	le lendemain de Noël	
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105	Le conditionnement Demi-Lune Sud			Moga Salle 105
	30 déc	31 déc	1-Jan	2-Jan	3-Jan
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation HMS			Le conditionnement Demi-Lune Sud	Natation militaire Piscine
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat			La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Test FORCE	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 3 janvier				Pas de tests FORCE du 17 décembre au 3 janvier
Nage en Couloir 1200-1300			Jour de l'an		Nage en couloir Piscine
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105	Le conditionnement Demi-Lune Sud		Le conditionnement Demi-Lune Sud	Moga Salle 105