


MAI	2024	USM ATHLETISME COURSE			
	LOCAL	SORTIE EXT / CONFIRMATION MAIL LE JEUDI	SORTIE EXT AVEC MARCHEURS		
	RENFO SALLE DE DANSE	COMPETITIONS OU STAGE	AUTRES		

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	19H AU LOCAL 1H DE FOOTING	1	19H AU LOCAL 1H DE FOOTING		9H00 AU LOCAL SORTIE DE 1H30 0 2H00 EN FOOTING FORÊT DE CHEPTAINVILLE	9H00 AU LOCAL RENFO AVEC GUILLAUME SUR LE STADE PUIS FOOTING
6	7	8	9	10	11	12
	19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 2 SERIES DE 8X1' RECUP 30" 3' ENTRE LES SERIES RETOUR LOCAL EN RECUP		19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 3 X 6' RECUP 2' RETOUR LOCAL EN RECUP		9H00 AU LOCAL SORTIE DE 1H30 0 2H00 EN FOOTING	9H00 AU LOCAL FOOTING
13	14	15	16	17	18	19
	19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 3 X 6' RECUP 2' RETOUR LOCAL EN RECUP		19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 2 SERIES DE 8X1' RECUP 30" 3' ENTRE LES SERIES RETOUR LOCAL EN RECUP		9H00 PARKING BEAUVAIS Sortie ext Coureurs-Marcheurs 1H30 A 2H00 DANS LA FORÊT DE BEAUVAIS	9H00 AU LOCAL RENFO AVEC GUILLAUME SUR LE STADE PUIS FOOTING
20	21	22	23	24	25	26
	19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 8 X 2'30 RECUP 1' RETOUR LOCAL EN RECUP		19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 3 X 6' RECUP 1'30 RETOUR LOCAL EN RECUP		MAROLAISE	MAROLAISE
27	28	29	30	31		
	19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 8 X 2'30 RECUP 1' RETOUR LOCAL EN RECUP		19H AU LOCAL DANS LE BOIS DE SAINT VRAIN 3 X 6' RECUP 1'30 RETOUR LOCAL EN RECUP			