



## PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT HEBDOMADAIRE 2025

	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>	<b>Dimanche</b>
<b>Tennis (nombre d'heures sur le terrain)</b>							
<b>Gymnase (nombre d'heures)</b>							
<b>Physiothérapie/ Massage</b>							
<b>Psychologie du sport</b>							