

### **Heures d'Entraînement**

Lundi, mercredi, vendredi : Tôt le matin – 5h45 à 7h15

Lundi, mercredi, vendredi : Mi-Matin – 9h à 10h30

Lundi, mercredi, vendredi : Soir – 8h à 9h30

Dimanche : Matin – 8h15 à 9h45

### **Training Times:**

Monday, Wednesday, Friday : Early Bird – 5:45 to 7:15 a.m.

Monday, Wednesday, Friday : Mid Morning – 9:00 to 10:30 a.m.

Monday, Wednesday, Friday : Evening – 8:00 to 9:30 p.m.

Sunday : Morning – 8:15 to 9:45 a.m.