

Programme

Samedi 18 Novembre 2017

13h00 :	Accueil	Abbaye des Guillemins	
14h00 :	Atelier vélo	Abbaye des Guillemins	
14h30 :	VTT	Koen Van Landeghem - Virginie Picquart Christophe Legrand - Sophie Gilleron	Au départ de l'Abbaye des Guillemins
16h45 :	Goûter	Abbaye des Guillemins	
17h00 :	Initiation Pilates	Rodolphe Lessage	Abbaye des Guillemins
18h45 :	Natation	Koen Van Landeghem - Virginie Picquart Gregoire Legrand - Sophie Gilleron Florine Bloquet	Piscine Liberté
21h00 :	Repas	Abbaye des Guillemins	

Dimanche 19 Novembre 2017

08h00 :	Petit déjeuner	Abbaye des Guillemins	
09h00 :	Mini Duathlon	Koen Van Landeghem - Virginie Picquart Gregoire Legrand - Christophe Legrand Guillaume Langlet - Thomas Rolland Arnaud Crozat	Au départ de l'Abbaye des Guillemins
11h00 :	Sophrologie	Rodolphe Lessage	Abbaye des Guillemins
12h00 :	Déjeuner	Abbaye des Guillemins	
13h30 :	Natation	Koen Van Landeghem - Virginie Picquart Gregoire Legrand - Christophe Legrand	Piscine Liberté
16h30 :	Fin de stage	Abbaye des Guillemins	