Organisation échauffements : INTERCLUBS à Locminé

De 8h00 à 8h40 **Echauffement en longueur / Sauts et plongeons interdits**		
Ligne 1	LOCMINE	20
Ligne 2	GRAND-CHAMP	23
Ligne 3	GRAND-CHAMP	23
Ligne 4	VANNES	20
De 8h40 à 8h45 **Plongeons et 25m en sens unique**		

De 8H45 à 9h25 **Echauffement en longueur / Sauts et plongeons interdits**		
Ligne 1	PLOERMEL	35
Ligne 2	PLOERMEL	35
Ligne 3	QUESTEMBERT	20
Ligne 4	AURAY	20
De 9H25 à 9h 30 **Plongeons et 25m en sens unique**		

Pour l'après-midi ,même tableau :

GROUPE 1 : de 13h30 à 13h55 échauffement puis 13h55 à 14h00 plongeons

GROUPE 2 !échauffement de 14h00 à 14h25 puis plongeons de 14h25 à 14h30 .