

SUIVI FREQUENCE D'ENTRAINEMENT ET VOLUME				
	SEMAINE 37	SEMAINE 38	SEMAINE 39	septembre
JORANE	4X / 9500	4X / 12200	4x / 11150	12x / 32850
THEO	4X / 10550+TRI	3X / 5900+TRI	3x / 8550+TRI	10x / 25000
MORGANE	2X / 6000	2X 5250	3x / 8700	7x / 19950
DIEGO	2X / 5600	3X / 8150	2x / 5850+PPG	7x / 19600
MARINE	2X / 5200+BF	2X / 5500+BF	2x / 6000+BF	6x / 16700
MATHEO		2X / 5500	2x / 6600	4x / 12100
MATEO	5X / 9300+POLO+PF	4X / 10200+PPG	5x / 10100+POLO+P	14x / 29600
BARBARA	1X / 2800	1X / 2600	1x / 3400	3x / 8800
NATACHA	3X / 5100+POLO	3X / 5600+POLO	3x / 7700+POLO	9x / 18400
MARIN			1x / 2800	1x / 2800
ROMANE	2X / 6000			2x / 6000
NAIA		3X / 8400	1x / 2800	4x / 11200
LUCAS	4X / 10550+TRI	4X / 8550+TRI	3x / 7700+TRI	11x / 26800
HUGO	2X / 6000	3X / 8100	2x / 6450	7x / 20550
NICOLAS	4X / 7300+POLO	3X / 7700	1x / 2000 exc	8x / 17000
OLIVER		3X / 8400	3x / 9400	6x / 17800
AVA	1X / 2800	3X / 5600+POLO	3x / 2400+POLO	7x / 10800
REMY	1X / 3200		1x / 2800	2x / 6000
MANON		3X / 8150	2x / 6100 exc	5x / 14250

Feuille1

RAPHAEL P	1X / 2000	3X / 8650	3x / 8100	7x / 18750
CELIA		1X / 2650	2x / 7700	3x / 10350
STRUAN				
LILIAN	5X / 12000	3X / 8500	2x / 5600	11x / 26100
MAELLE	3X / 9250	3X / 7850	3x / 8500	9x / 25600
MATTHIAS	3X / 8000	3X / 8400	2x / 6250	8x / 22650
RAPHAEL T	3X / 8000	3X / 8400	2x / 6250	8x / 22650
MELINE	1X / 2400	1X / 2600	2x / 5700	4x / 10700
FLORIAN				
IBTISSEM	5x / 12400	5x / 15200	4x / 12000	14x / 39600
INES	4X / 9500	4x / 12100	3x / 9600	11x / 31200
ALIZE	2x / 4500	4x / 12100	4x / 11800	10x / 28400
AMY	5x / 12100	2x / 6100	5x / 12200	12x / 30400
LANA	4x / 10100	4x / 12500	4x / 12500	12x / 35100
MARGAUX	5x / 12100	5x / 14900	5x / 14700	15x / 41700
TAMARA	3x / 7200	3x / 9400	4x / 11600	10x / 28200
LOUISE	4x / 9200	4x / 11800	4x / 11800	12x / 32800
MOHAMMED	3x / 7200	3x / 9400	2x / 6700	8x / 23300
JULIE	5x / 12100	5x / 13000	5x / 13100	15x / 38200
ARTHUR	5x / 12400	5x / 12500+POLO	4x / 12500	14x / 37400