



Plan d'entraînement pour Fevrier 2019

Novices A, Minis Top, A Promo et B, Moskitos Top, Moskitos A



| | Novice A | Minis Top | Minis A promo | Minis A | Moskitos Top | Moskitos A | |
|-------|--|--|--|--|--|--|-----------------|
| ve 1 | | Entraînement Glacé 17h30 -18h45 | | | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Entraînement Glacé 18H45-20h00 | ve 1 |
| sa 2 | | Match 15h30 @Sion (Valais-Wallis) | | | Match 17h00 (CP Meyrin) | Match 17h00(Viège) | sa 2 |
| di 3 | Match 11h30 (Bulle) | | Match 17h00 (Griffon) | Match 17h30 (Anniviers) | | | di 3 |
| lu 4 | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | lu 4 |
| ma 5 | | Match Glacé 18h00-19h00 | Entraînement H. glace 18h-18h20 Glacé :18h45 -19h45 | | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | ma 5 |
| me 6 | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | | | Match 17h00 (Saastal) | Match 16h45 @ Sion (Sierre) | | me 6 |
| je 7 | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | je 7 |
| ve 8 | | Entraînement Glacé 17h30 -18h45 | | | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Entraînement Glacé 18H45-20h00 | ve 8 |
| sa 9 | | | U 14 Sélection Franche Montagne | | U 13 Sélection (Villars) | Match 17h00 (Morges) | sa 9 |
| di 10 | | | U 14 Sélection Franche Montagne | | U 13 Sélection (Villars) | | di 10 |
| lu 11 | | | | | | | lu 11 |
| ma 12 | Entraînement H. glace 19h30-19h45 Glacé :20h-21h00 | Entraînement Glacé 18h00-19h00 | Entraînement H. glace 18h-18h20 Glacé :18h45 -19h45 | Entraînement H. glace 19h30-19h45 Glacé :20h-21h00 | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | ma 12 |
| me 13 | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Match 18h (Gottéron) | | | Entraînement Glacé @ Sion 17h45 -19h | | me 13 |
| je 14 | | | | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | je 14 |
| ve 15 | Match 20h15 (Meyrin) | Entraînement Glacé 17h30 -18h45 | | | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Entraînement Glacé 18H45-20h00 | ve 15 |
| sa 16 | Match 17h (Cp Meyrin) | Match 17:30 (SCL Tigers) | Match 16h45 (Griffon) | | Match 14h30 (Griffon) | Match 17h00 (LHC) | sa 16 |
| di 17 | | | | Match 12h30 (3 Chêne) | | | di 17 |
| lu 18 | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | lu 18 |
| ma 19 | | Entraînement 18h00-19h00 | Entraînement H. glace 18h-18h20 Glacé :18h45 -19h45 | | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | ma 19 |
| me 20 | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | | | | Entraînement 17h45 -18h45 | | me 20 |
| je 21 | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | je 21 |
| ve 22 | | Entraînement 17h30 -18h45 | | | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Entraînement Glacé :17h45-18h45 | ve 22 |
| sa 23 | Match 10h00 (Saastal) | Match 15:30 @Sion (Young Lions) | Match 17h45 (Morges) | | | | sa 23 |
| di 24 | | | Match 10H (CP Meyrin) | Match 9h00 (Griffon) | | | di 24 |
| lu 25 | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | Entraînement H. glace 19h-19h15 Glacé :19h30 -20h45 | | | lu 25 |
| ma 26 | | Entraînement Glacé 18h00-19h00 | Entraînement H. glace 18h-18h20 Glacé :18h45 -19h45 | | | Entraînement H.glace .18h00 -18h15 Glacé .18h30-19h45 | ma 26 |
| me 27 | Entraînement H. glace 18h30-18h45 Glacé :19h -20h15 | Match 17h30 (LHC) | | | | | me 27 |
| je 28 | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | | Entraînement H. glace 17h45-18h Glacé :18h15 -19h15 | | | je 28 |
| | Novice A | Minis Top | Minis A promo | Minis A | Moskitos Top | Moskitos A | |
| | Monthey | MARTIGNY | Champéry | Leysin | VILLARS | Match ext | Match à Monthey |



Plan d'entraînement pour Fevrier 2019

Gardiens, Moskitos B, Piccolos, Binis, Bambis et Ecole de hockey



| | | Gardiens | Moskitos B | Piccolos | Binis | Bambis | Ecole de hockey | | |
|----|----|----------------------------------|---|---|--------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|-----------------|----|
| ve | 1 | | Entraînement Glace 17H45-18H45 | Entraînement Glace 17H45-18H45 | | | | ve | 1 |
| sa | 2 | | | | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 9h45-10h45 | sa | 2 |
| di | 3 | | Tournois 10H00 à Vissoie | Tournois 12h00 Monthey | | | | di | 3 |
| lu | 4 | Spécifique 17H30-19H15 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Power -skating 17h30-18h15 | Power -skating 17h30-18h15 | | lu | 4 |
| ma | 5 | | | | | | | ma | 5 |
| me | 6 | | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 16h30-17h30 | me | 6 |
| je | 7 | | | | | | | je | 7 |
| ve | 8 | | Entraînement Glace 18h45-20h00 | Entraînement Glace :17h45-18h45 | | | | ve | 8 |
| sa | 9 | | Tournois 10H00 Champéry | | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 9h45-10h45 | sa | 9 |
| di | 10 | | | | Tournois 10h15 Sierre | Tournois 10H30 Champéry | | di | 10 |
| lu | 11 | Spécifique 17H30-19H15 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Power -skating 17h30-18h15 | Power -skating 17h30-18h15 | | lu | 11 |
| ma | 12 | | | | | | | ma | 12 |
| me | 13 | | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 16h30-17h30 | me | 13 |
| je | 14 | | | | | | | je | 14 |
| ve | 15 | | Entraînement Glace 17H45-18H45 | Entraînement Glace 17H45-18H46 | | | | ve | 15 |
| sa | 16 | | | | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 9h45-10h45 | sa | 16 |
| di | 17 | | Tournois 10H00 Leysin | | Tournois 12h00 Monthey | | | di | 17 |
| lu | 18 | Spécifique 17H30-19H15 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | | Power -skating 17h30-18h15 | | lu | 18 |
| ma | 19 | | | | | | | ma | 19 |
| me | 20 | | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 16h30-17h30 | me | 20 |
| je | 21 | | | | | | | je | 21 |
| ve | 22 | | Entraînement Glace 18h45-20h00 | Entraînement Glace 18h45-20h01 | | | | ve | 22 |
| sa | 23 | | Tournois 14h00 à Martigny | | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 10h45-11h45 | Entraînement 9h45-10h45 | sa | 23 |
| di | 24 | | | | | | | di | 24 |
| lu | 25 | Spécifique 17H30-19H15 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Entraînement Glace .18h15-19h30 | Power-skating 17h30-18h15 | Power-skating 17h30-18h15 | | lu | 25 |
| ma | 26 | | | | | | | ma | 26 |
| me | 27 | | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement H.glace 18h00 -18h15 Glace .18h30-19h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 17h30-18h45 | Entraînement 16h30-17h30 | me | 27 |
| je | 28 | | | | | | | je | 28 |
| | | Novice A | Minis Top | Minis A promo | Minis A | Moskitos Top | Moskitos A | | |
| | | Monthey | MARTIGNY | Champéry | Leysin | VILLARS | Match ext | Match à Monthey | |



Plan d'entraînement pour Fevrier 2019



Sport-étude et Classe sportive

| | | Sport-étude | Classe sportive | | | | | | |
|----|----|--------------------------------|-----------------|----------|--------|---------|-----------------|-----------------|----|
| ve | 1 | | | | | | | ve | 1 |
| sa | 2 | | | | | | | sa | 2 |
| di | 3 | | | | | | | di | 3 |
| lu | 4 | | | | | | | lu | 4 |
| ma | 5 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | ma | 5 |
| me | 6 | Physique H. glace 7h25-8h15 | | | | | | me | 6 |
| je | 7 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | je | 7 |
| ve | 8 | | | | | | | ve | 8 |
| sa | 9 | | | | | | | sa | 9 |
| di | 10 | | | | | | | di | 10 |
| lu | 11 | | | | | | | lu | 11 |
| ma | 12 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | ma | 12 |
| me | 13 | Physique H. glace 7h25-8h15 | | | | | | me | 13 |
| je | 14 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | je | 14 |
| ve | 15 | | | | | | | ve | 15 |
| sa | 16 | | | | | | | sa | 16 |
| di | 17 | | | | | | | di | 17 |
| lu | 18 | | | | | | | lu | 18 |
| ma | 19 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | ma | 19 |
| me | 20 | Physique H. glace 7h25-8h15 | | | | | | me | 20 |
| je | 21 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | je | 21 |
| ve | 22 | | | | | | | ve | 22 |
| sa | 23 | | | | | | | sa | 23 |
| di | 24 | | | | | | | di | 24 |
| lu | 25 | | | | | | | lu | 25 |
| ma | 26 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | ma | 26 |
| me | 27 | Physique H. glace 7h25-8h15 | | | | | | me | 27 |
| je | 28 | Glace 10h30-11h30 | | | | | | je | 28 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | Sport-étude | Classe sportive | | | | | | |
| | | MONTHEY | MARTIGNY | CHAMPERY | LEYSIN | VILLARS | MATCH EXTERIEUR | MATCH A MONTHEY | |

