

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
7h00 - 8h00	A*	B*	A*	B*		
9h00 - 10h00	Sur demande					4
10h30 - 11h30	Sur demande					5
12h00 - 13h00	C	D	C	D		
13h30 - 16h00	Sur demande					
16h30 - 17h30	E	F	E	F	G	
18h00 - 19h00	H	I	H	I	3	
19h30 - 20h30	J	1	2	J		

Toutes les suggestions concernant les plages horaires sont les bienvenues et par conséquent, le calendrier est sujet à changement avec préavis.

Lettres A à J : Priorité aux séances d'entraînement SPINTECH (2 fois par semaine)

Chiffres 1 à 5 : Priorité aux séances d'entraînement Demi-SPINTECH (1 fois par semaine)

Séances à la carte : Si vous participez à 10 séances ou +, choisir une séance chiffré. Si seulement les séances avec les lettres vous conviennent, vous devrez attendre la fin des inscriptions pour obtenir une place. Dans tous les cas, la priorité est donnée aux entraînements demi-SPINTECH et SPINTECH, par conséquent, votre place sera confirmée au début de janvier 2012.

Un minimum de quatre (4) inscriptions est nécessaire pour confirmer une plage horaire.

* Un minimum de cinq (5) inscriptions est nécessaire pour confirmer ces plages horaires (séances A et B).

Nombre de place limitée (huit places par séance), [premier inscrit premier servi](#) !