

# LESTT - Lyon Est Sport Tennis de Table

## PLANNING Saison 2023-2024

### Groupes ADULTES & COMPETITEURS

Adresses des salles :





#### CHASSIEU :

Complexe Romain Tisserand  
Chem du Trêve  
69680 CHASSIEU

#### DÉCINES :

Gymnase Henri Becquerel  
39 rue Sully  
69150 DECINES-CHARPIEU

Légende :

	Jeux libres
	Compétitions
	Entraînements dirigés
	Entraînements supplémentaires

#### À NOTER :

**2 matinées par semaine** (une dans chaque villes) **entre 9h et 12h** seront disponibles pour des jeux libres. (Annonce dès que possible).

CATEGORIES	JOURS												
	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche
	Chassieu	Décines	Chassieu	Décines	Chassieu	Décines	Chassieu	Décines	Chassieu	Décines	Chassieu	Décines	Décines
Compétiteurs	Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h15-21h30)	Entr. Dirigé (19h30-21h30) <i>grpe adblactules</i>		Jeux libres (19h30-21h30)	Jeux libres (18h00-22h00)	Pôle espoir grpe.1 (18h00-19h30) <i>sur sélection</i>	Pôle espoir grpe.1 (18h30-20h30) <i>sur sélection</i>		Jeux libres réservés aux compétiteurs (18h00-22h00)			Compétitions weekend (à partir de 16h00)	Compétitions weekend (à partir de 9h00)
Equipes 1, 2 & 3 + Pôle perf grpe.1		Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h30-21h30)	Pôle espoir grpe.1 (18h45-20h30) <i>sur sélection</i>				Entr. Dirigé (19h30-21h30)	Jeux libres (20h00-21h30)					
Equipes 3 et plus + Pôle perf grpe.2	Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h15-21h30)	Entr. Dirigé (19h30-21h30) <i>grpe adblactules</i>		Jeux libres (19h30-21h30)	Jeux libres (18h00-22h00)	Pôle espoir grpe.2 (16h00-18h00) <i>sur sélection</i>		Pôle espoir grpe.2 (18h45-20h00) <i>sur sélection</i>	Jeux libres compétiteurs (18h00-22h00)	Entr. Dirigé (17h30-19h00) <i>grpe enfant</i>		Compétitions weekend (à partir de 16h00)	Compétitions weekend (à partir de 9h00)
		Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h30-21h30)					Jeux libres (20h00-21h30)	Entr. Dirigé (20h00-21h30)		Pôle espoir grpe.2 (17h30-19h00) <i>sur sélection</i>			
Adultes Débutants	Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h15-21h30)	Entr. Dirigé (19h30-20h30) <i>grpe adblactules</i>		Jeux libres (19h30-21h30)	Jeux libres (18h00-22h00)							Compétitions weekend (à partir de 16h00)	Compétitions weekend (à partir de 9h00)
		Jeux libres (19h30-21h30)											
		Compétitions semaines et/ou Coupe du Rhône (19h30-21h30)					Jeux libres (20h00-21h30)						