

JUILLET 2014			AOÛT 2014			SEPTEMBRE 2014			OCTOBRE 2014			NOVEMBRE 2014			DÉCEMBRE 2014		
1 mar			1 ven			1 lun			1 mer			1 sam			1 lun		
2 mer			2 sam			2 mar			2 jeu			2 dim			2 mar		
3 jeu			3 dim			3 mer			3 ven			3 lun			3 mer		
4 ven			4 lun			4 jeu			4 sam			4 mar			4 jeu		
5 sam			5 mar			5 ven			5 dim			5 mer			5 ven		
6 dim			6 mer			6 sam			6 lun			6 jeu			6 sam		
7 lun			7 jeu			7 dim			7 mar			7 ven			7 dim		
8 mar	POSITIONNEMENT		8 ven			8 lun		Début de la session du 8 septembre 2014 au 17 juillet 2015	8 mer			8 sam			8 lun		
9 mer			9 sam			9 mar			9 jeu			9 dim			9 mar		
10 jeu			10 dim			10 mer			10 ven			10 lun			10 mer		
11 ven			11 lun			11 jeu			11 sam			11 mar			11 jeu		
12 sam			12 mar			12 ven			12 dim			12 mer			12 ven		
13 dim			13 mer			13 sam			13 lun		EPMS	13 jeu			13 sam		
14 lun			14 jeu			14 dim			14 mar			14 ven			14 dim		
15 mar			15 ven			15 lun			15 mer			15 sam			15 lun		
16 mer			16 sam			16 mar			16 jeu			16 dim			16 mar		
17 jeu			17 dim			17 mer			17 ven			17 lun			17 mer		
18 ven		18 lun			18 jeu		18 sam			18 mar			18 jeu				
19 sam		19 mar			19 ven		19 dim			19 mer			19 ven				
20 dim		20 mer			20 sam		20 lun		R EPMS	20 jeu			20 sam				
21 lun		21 jeu			21 dim		21 mar			21 ven			21 dim				
22 mar		22 ven			22 lun		22 mer			22 sam			22 lun				
23 mer		23 sam			23 mar		23 jeu			23 dim			23 mar				
24 jeu		24 dim			24 mer		24 ven			24 lun			24 mer				
25 ven		25 lun			25 jeu		25 sam			25 mar			25 jeu				
26 sam		26 mar			26 ven		26 dim			26 mer			26 ven				
27 dim		27 mer			27 sam		27 lun			27 jeu			27 sam				
28 lun		28 jeu			28 dim		28 mar			28 ven			28 dim				
29 mar		29 ven			29 lun		29 mer			29 sam			29 lun				
30 mer		30 sam			30 mar		30 jeu			30 dim			30 mar				
31 jeu		31 dim					31 ven						31 mer				

JANVIER 2015			FÉVRIER 2015			MARS 2015			AVRIL 2015			MAI 2015			JUIN 2015		
1 jeu			1 dim			1 dim			1 mer			1 ven			1 lun		
2 ven			2 lun			2 lun			2 jeu		UC 6 - 7C - 8C - 9C	2 sam			2 mar		
3 sam			3 mar			3 mar			3 ven			3 dim			3 mer		
4 dim			4 mer			4 mer			4 sam			4 lun			4 jeu		
5 lun			5 jeu			5 jeu			5 dim			5 mar			5 ven		
6 mar			6 ven			6 ven			6 lun			6 mer			6 sam		
7 mer			7 sam			7 sam			7 mar			7 jeu			7 dim		
8 jeu			8 dim			8 dim			8 mer		UC 6 - 7C - 8C - 9C	8 ven			8 lun		
9 ven			9 lun			9 lun			9 jeu			9 sam			9 mar		R UC 5 - 10
10 sam			10 mar			10 mar			10 ven			10 dim			10 mer		R UC 6 - 7C - 8C - 9C
11 dim			11 mer			11 mer			11 sam			11 lun			11 jeu		
12 lun			12 jeu			12 jeu			12 dim			12 mar			12 ven		
13 mar			13 ven			13 ven			13 lun			13 mer			13 sam		
14 mer			14 sam			14 sam			14 mar			14 jeu			14 dim		
15 jeu			15 dim			15 dim			15 mer			15 ven			15 lun		
16 ven			16 lun			16 lun			16 jeu			16 sam			16 mar		
17 sam			17 mar			17 mar			17 ven			17 dim			17 mer		R UC 6 - 7C - 8C - 9C
18 dim			18 mer			18 mer			18 sam			18 lun			18 jeu		
19 lun		UC 5 - 10	19 jeu			19 jeu			19 dim			19 mar			19 ven		
20 mar			20 ven			20 ven			20 lun			20 mer			20 sam		
21 mer			21 sam			21 sam			21 mar			21 jeu			21 dim		
22 jeu			22 dim			22 dim			22 mer			22 ven			22 lun		
23 ven			23 lun			23 lun			23 jeu			23 sam			23 mar		
24 sam			24 mar			24 mar			24 ven			24 dim			24 mer		
25 dim			25 mer			25 mer			25 sam			25 lun			25 jeu		
26 lun			26 jeu			26 jeu		UC 6 - 7C - 8C - 9C	26 dim			26 mar		UC 1 - 2 - 3 - 4	26 ven		
27 mar			27 ven			27 ven			27 lun			27 mer			27 sam		
28 mer			28 sam			28 sam			28 mar			28 jeu			28 dim		
29 jeu						29 dim			29 mer			29 ven			29 lun		
30 ven						30 lun			30 jeu			30 sam			30 mar		
31 sam						31 mar						31 dim					

CESA (Cercle des Etudes Sportives Appliquées)

Activités Gymniques de la Forme et de la Force

RUBAN PEDAGOGIQUE

Mentins C & D

cesametz2014.hautetfort.com

lecesa.com - contact.metz@lecesa.com

Promotion 2014/2015  
8 septembre 2014 - 17 juillet 2015

JUILLET 2015			AOÛT 2015			SEPTEMBRE 2015			OCTOBRE 2015			NOVEMBRE 2015			DÉCEMBRE 2015		
1	mer		1	sam		1	mar		1	jeu		1	dim		1	mar	
2	jeu		2	dim		2	mer		2	ven		2	lun		2	mer	
3	ven		3	lun		3	jeu		3	sam		3	mar		3	jeu	
4	sam		4	mar		4	ven		4	dim		4	mer		4	ven	
5	dim		5	mer		5	sam		5	lun		5	jeu		5	sam	
6	lun	R UC 1 - 2 - 3 - 4	6	jeu		6	dim		6	mar		6	ven		6	dim	
7	mar		7	ven		7	lun	début de la session du 7 septembre 2015 au 14 juillet 2016	7	mer		7	sam		7	lun	
8	mer		8	sam		8	mar		8	jeu		8	dim		8	mar	
9	jeu		9	dim		9	mer		9	ven		9	lun		9	mer	
10	ven		10	lun		10	jeu		10	sam		10	mar		10	jeu	
11	sam		11	mar		11	ven		11	dim		11	mer		11	ven	
12	dim		12	mer		12	sam		12	lun		12	jeu		12	sam	
13	lun	Fin de la session du 8 septembre 2014 au 17 juillet 2015	13	jeu		13	dim		13	mar		13	ven		13	dim	
14	mar		14	ven		14	lun		14	mer		14	sam		14	lun	
15	mer		15	sam		15	mar		15	jeu		15	dim		15	mar	
16	jeu		16	dim		16	mer		16	ven		16	lun		16	mer	
17	ven		17	lun		17	jeu		17	sam		17	mar		17	jeu	
18	sam		18	mar		18	ven		18	dim		18	mer		18	ven	
19	dim		19	mer		19	sam		19	lun		19	jeu		19	sam	
20	lun		20	jeu		20	dim		20	mar		20	ven		20	dim	
21	mar		21	ven		21	lun		21	mer		21	sam		21	lun	
22	mer		22	sam		22	mar		22	jeu		22	dim		22	mar	
23	jeu		23	dim		23	mer		23	ven		23	lun		23	mer	
24	ven		24	lun		24	jeu		24	sam		24	mar		24	jeu	
25	sam		25	mar		25	ven		25	dim		25	mer		25	ven	
26	dim		26	mer		26	sam		26	lun		26	jeu		26	sam	
27	lun		27	jeu		27	dim		27	mar		27	ven		27	dim	
28	mar		28	ven		28	lun		28	mer		28	sam		28	lun	
29	mer		29	sam		29	mar		29	jeu		29	dim		29	mar	
30	jeu		30	dim		30	mer		30	ven		30	lun		30	mer	
31	ven		31	lun					31	sam					31	jeu	