

# Calendrier 2022 – 2ème semestre

Juillet			Août			Septembre			Octobre			Novembre			Décembre		
1	V		1	L		1	J		1	S		1	M		1	J	
2	S														2	V	
3	D														3	S	Massage Sportif de préparation (Arcangues)
4	L														4	D	Massage Sportif de préparation (Arcangues)
5	M														5	L	
6	M														6	M	
7	J														7	M	
8	V														8	J	
9	S														9	V	
10	D														10	S	Massage Sportif de récupération (Arcangues)
11	L														11	D	Massage Sportif de récupération (Arcangues)
12	M														12	L	
13	M														13	M	
14	J														14	M	
15	V														15	J	
16	S														16	V	
17	D														17	S	
18	L														18	D	
19	M														19	L	
20	M														20	M	
21	J														21	M	
22	V														22	J	
23	S														23	V	
24	D														24	S	
25	L														25	D	
26	M														26	L	
27	M														27	M	
28	J														28	M	
29	V														29	J	
30	S														30	V	
31	D		31	M					31	L					31	S	

Sous réserve de modification – MAJ du 09/11/2022

LES MASSAGES SPORTIFS (Sportif de préparation, sportif de récupération)

# Calendrier 2023 – 1er semestre

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin	
1 D		1 M		1 M		1 S		1 L		1 J	
2 L		2 J		2 J		2 D		2 M		2 V	
3 M		3 V		3 V		3 L		3 M		3 S	
4 M		4 S		4 S		4 M		4 J		4 D	
5 J		5 D		5 D		5 M		5 V		5 L	
6 V		6 L		6 L		6 J		6 S		6 M	
7 S		7 M		7 M		7 V		7 D		7 M	
8 D		8 M		8 M		8 S		8 L		8 J	
9 L		9 J		9 J		9 D		9 M		9 V	
10 M		10 V		10 V		10 L		10 M		10 S	
11 M		11 S		11 S		11 M		11 J		11 D	
12 J	Massage Sportif de préparation (PAU)	12 D		12 D		12 M		12 V		12 L	
13 V		13 L		13 L		13 J		13 S		13 M	
14 S	Massage Sportif de récupération (PAU)	14 M		14 M		14 V		14 D		14 M	
15 D		15 M		15 M		15 S		15 L		15 J	
16 L	Massage Sportif de préparation (ARCANGUES)	16 J		16 J		16 D		16 M		16 V	
17 M		17 V		17 V		17 L		17 M		17 S	
18 M	Massage Sportif de préparation (ARCANGUES)	18 S		18 S		18 M		18 J		18 D	
19 J		19 D		19 D		19 M		19 V		19 L	
20 V		20 L		20 L		20 J		20 S		20 M	
21 S		21 M		21 M		21 V		21 D		21 M	
22 D		22 M		22 M		22 S		22 L		22 J	
23 L		23 J		23 J		23 D		23 M		23 V	
24 M		24 V		24 V		24 L		24 M		24 S	
25 M		25 S		25 S		25 M		25 J		25 D	
26 J		26 D		26 D		26 M		26 V		26 L	
27 V		27 L		27 L		27 J		27 S		27 M	
28 S		28 M		28 M		28 V		28 D		28 M	
29 D				29 M		29 S		29 L		29 J	
30 L				30 J		30 D		30 M		30 V	
31 M				31 V				31 M			

Sous réserve de modification – MAJ du 09/11/2022

LES MASSAGES SPORTIFS (Sportif de préparation, sportif de récupération)