

NOTES A PROPOS DE CE DOCUMENT A IMPRIMER

Ce document d'organisation est réalisé par Clémentine la Mandarine.

Ce document est offert pour une utilisation personnelle. Tu peux imprimer les pages qu'il contient autant de fois que tu le désires.

Mais ce document n'est pas fait pour que tu vendes ensuite les pages imprimées.

Ce document est sous licence creative commons BY-NC-SA 3.0 FR (clique sur [ce lien](#) pour la découvrir) :

- tu peux partager ce document en citant sa source, à savoir clementinelamandarine.com
- tu ne peux pas faire d'utilisation commerciale de ce document
- tout partage de ce document doit se faire dans les mêmes conditions
- tu peux modifier ce document avant de le partager, mais tu dois tout de même en citer la source

Je te remercie et te souhaite de beaux moments sportifs !

Tu as des questions ? N'hésite pas à me les poser par mail : clementine@clementinelamandarine.com

Clémentine la Mandarine
2 rue Albert Recoura
38100 Grenoble
FRANCE

clemlamandarine@gmail.com
www.ClementineLaMandarine.com



objectif de rêve :
Petites étapes vers ce rêve :

-
-
-
-
-
-
-
-
-



Mon prochain objectif :
organisation pour l'atteindre :

Date

Entrainement

Date	Entrainement



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDEDI

SAMEDI

DIMANCHE

