



	LIGUE - DEPARTEMENT	NATIONAL	INTERNATIONAL			
OCTOBRE	S05 D06	1° Challenge Avenir	1°J Chpt France Clubs	COUPE UE 3 au 6 Octobre		
	V11 S12 D13		Salon FITEX 11 au 13 octobre + Championnat de France Musculation 2024 - 12/10			
	L14 S19 D20		Début Défi 1 Muscu challenges			
	S26 D27			CHAMPIONNATS D'EUROPE U20/U23 26 octobre au 3 novembre		
	NOVEMBRE	S02 D03	1°J Chpt Régional Clubs			
		S09 D10 L11		CHAMPIONNATS DE FRANCE MASTER 2024 Monteux (84)		
		S16 D17		2°J Chpt France Clubs		
		S23 D24		AG électorale de la FFHM		
		S30	2°J Chpt Régional Clubs			
DECEMBRE		D01 S07 D08			CHAMPIONNATS DU MONDE SÉNIORS 4 au 14 Décembre	
		L09 S14 D15	CRITERIUM NATIONAL U15-U17-U20-SEN	Début Défi 2 - Muscu challenges		
	S21 D22					
	S28 D29	<i>JOYEUX NOEL et BONNE ANNEE</i>				
	JANVIER	S04 D05				
		S11 D12		3°J Chpt France Clubs		
		S18 D19 D26				
		FEVRIER	S01 D02	3°J Chpt Régional Clubs		
			L03		Début Défi 3 - Muscu challenges	
S08 D09			CHAMPIONNATS DÉPARTEMENTAL	4°J Chpt France Clubs		
S15 D16	2° Challenge Avenir					

	S22	CHAMPIONNATS DÉPARTEMENTAL		GRAND PRIX FÉMININ LYON
	D23			
MARS	S01	CHAMPIONNATS PROVINCE Elim France / Trophée		
	D02		DL qualif Masters	
	S08			TOURNOI BERNARD GARCIA
	D09			
	S15	3° Challenge Avenir	Réserve Chpt France Clubs	
	D16			
	S22	4°J Chpt Régional Clubs		
	D23			
	S29		CHAMPIONNATS DE FRANCE DES EQUIPES DE LIGUE U15-17 / U20 CHCD Comines (59)	
	D30			
AVRIL	S05	CHAMPIONNATS LIGUE Elim France / Trophée		
	D06			
	L07		Début Défi 4 - Muscu challenges	
	S12			CHAMPIONNATS D'EUROPE SÉNIORS 10 au 20 Avril
	D13			
	S19		CHAMPIONNATS DE FRANCE MASTER 2025 La Française de Besançon (25)	
	D20			
	L21			
	S26	Championnats Régional de musculation		
D27				
MAI	S03		FINALE DE LA COUPE DE FRANCE U13 - U15/17 - U20 - SENIORS MIXTES CH LUXOVIEN (70)	
	D04			
	S10			
	D11	Date limite de qualification au trophée des U13		
	S17		CHAMPIONNATS DE FRANCE HONNEUR SÉNIORS LA FRANÇAISE DE BESANÇON (25)	
	D18			
	S24			
D25				
S31		CHAMPIONNATS DE FRANCE ÉLITES JEUNES U15-U17-U20 US WITTENHEIM (68)		
D01				
JUIN	L02		Début Défi 5 - Muscu challenges	
	S07	4° Challenge Avenir		
	D08			
	S14		CHAMPIONNATS DE FRANCE ÉLITES SÉNIORS CA ROSENDAËL (59)	
	D15			
	S21			
	D22		AG de la FFHM	
	S28		TROPHÉE NATIONAL DES U13 GRANDE-SYNTHÉ (59)	TOURNOI DECOTTIGNIES
	D29			
JUILLET	S05		Championnat de France de Musculation 2025	
	D06			
	S12			
	D13			
	S19			
	D20			