

GROUPES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>ÉCOLE DE NATATION</b> <b>AVENIRS 1</b> (1ère année, passage en AVENIRS 2 sur validation coachs) (1xsem)  <b>AVENIRS 2</b> (2 à 3 xsem)	17h15 18h30 (sur sélection coachs)		14H45-16H15			groupe A : 9H00 à 9H40 groupe B : 9h40-10h20  10H30-11H30 11H30- 12H30 <i>(PPG piscine)</i>
<b>BENJAMINS</b>  Filles : 2013 2012 Garçons : 2013 2012	7h à 8h PPG  17H15-18H30	16H45-18H30  18H45-19h45 <i>(course à pied)</i>	14H30-16H00 <i>(PPG au dojo)</i>  16H15-17h45	16H30-18h15  ou  20H50-21H50	17H15-18h30	09H00-10H30  11H30- 12H30 <i>(PPG piscine)</i>
<b>JUNIORS</b> Filles et Garçons à partir de 2011	7h à 8h PPG  17H15-18H30	16H45-18H30  18H45-19h45 <i>(course à pied)</i>	7H15-8H15  14H30-16H00 <i>(PPG au dojo)</i>  17H45-19h45	16H30-18h15 (et/ou selon projet du nageur)  20H50-21H50	7H15-8H15  17H15-18h30 (collégiens et veille de week-end compétitions)  19H50-20H50	11H30 - 12H30 <i>(PPG piscine)</i>  12H30-14H30
<b>ADULTES MASTERS</b> (2 à 3 x par sem)	19H50-20H50	20H50-21H50	7H15 à 8H15 20H50-21H50		7H15-8H15 19H50-20H50 (veilles de WE compet benj & juniors) 20H50-21H50	13H30-14H30
<b>ADULTES PERFECTIONNEMENT</b> (1 à 2 x sem)	19H50-20H50	20H50-21H50	7H00-8H15 20H50-21H50		7H15-8H15 20H50-21H50	13H30-14H30
<b>ENFANTS &amp; ADOS PERFECTIONNEMENT</b> (1xsem)						11H30-12H30
<b>NAGER FORME SANTÉ</b> (1xsem)						12H30-13H30
<b>HANDISPORT et SPORTS ADAPTÉS</b>			13h45-14h45		16h30-17h15	