

# ACTIVITES

## APPRENTISSAGE, PERFECTIONNEMENT, LOISIRS NATATION ET AQUAFORME

Saison 2016/2017

### JARDIN AQUATIQUE

Reprise le mercredi 21 septembre 2016

Années		Jours	Horaires
2011/2012	1	Mercredi	13h05/13h50
	2	Mercredi	17h30/18h15
	3	Vendredi	19h15/20h00
	4	Samedi	13h05/13h50

### ECOLE DE NATATION

Né entre 2006 et 2010

Reprise le mercredi 21 septembre 2016

Niveaux	Groupes	Jours	Horaires
Crabes	1 et 2	Mercredi	14h00/14h45
		Samedi	09h15/10h00
	3 et 4	Mercredi	15h30/16h15
		Samedi	10h00/10h45
Hippocampe	1 et 2	Mercredi	14h00/14h45
		Samedi	09h15/10h00
	3 et 4	Mercredi	15h30/16h15
		Samedi	10h00/10h45
Pieuvres	1, 2 et 3	Mercredi	14h45/15h30
		Samedi	08h30/9h15
Pass'Pieuvre	1	Mercredi	16h15/17h15
		Samedi	12h00/13h00
Otarie	1	Mercredi	16h15/17h15
		Samedi	13h00/14h00
Dauphins	1	Mercredi	16h15/17h15
		Samedi	08h15/09h15

### ADOS

Né entre 2001 et 2005

Reprise le mercredi 21 septembre 2016

Groupe	Groupe	Jours	Horaires
Otarie(ados)	2	Mercredi	16h15/17h15
		Samedi	13h00/14h00

### ADULTES

Né en 2000 et avant

Reprise la semaine du lundi 12 septembre 2016  
en fonction du groupe

Niveaux	Jours	Horaires
Débutant	Mardi	20h00/21h00
	Jeudi	20h00/21h00
Perfectionnement	Mardi	20h00/21h00
	Jeudi	20h00/21h00
Entraînement	Lundi	19h15/20h15
	Mercredi	19h30/20h30
	Vendredi	19h30/20h30
Commun à tous les groupes	Lundi	12h30/13h30
	Mardi	12h30/13h30
	Jeudi	12h30/13h30
	Vendredi	12h30/13h30
	Samedi	12h00/13h00

### Aquaforme

Reprise la semaine du lundi 12 septembre 2016  
en fonction du groupe

Groupes	Jours	Horaires
1	Lundi	19h15/20h00
2 et 3	Mardi	12h15/13h00
4 et 5		13h05/13h50
6		20h10/20h55
7 et 8	Jeudi	12h15/13h00
9 et 10		13h05/13h50
11		19h10/19h55
12	Vendredi	12h25/13h10
13		13h10/13h55
14	Samedi	9h15/10h00

### MUSCULATION ADULTES

Né en 2000 et avant

Reprise la semaine du mercredi 21 septembre 2016

Jours	Horaires
Mercredi	19h00/20h00