	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
AQUAGYM						
Adulte/Ado né en 2007 et avant	20h-21h		21h-22h			9h-10h
	21h-22h					10h-11h tonic
NATATION PERFECTIONNEMENT JEUNE						
Jeune né de 2010 et avant			19h15-20h			
	19h-20h					
NATATION PERFECTIONNEMENT ADO/ADULTE						
Adulte/Ado né en 2007 et avant	19h-20h		19h-20h	19h-20h		11h-12h
			20h-21h			
Natation libre <u>sans entraineur</u> (2007 et avant)	21h-22h		21h-22h			
NATATION PERFECTIONNEMENT ENFANT						
Enfant né de 2010 à 2016			17h-17h45	17h30-18h15		11h-11h45
Enfant né de 2010 à 2016			17h45-18h30			
Enfant né de 2010 à 2016			18h30-19h15			
Enfant né de 2009 à 2013						11h45-12h30
APPRENDRE A NAGER						
Enfant (2016-2010)	17h30-18h00					
Enfant (2016-2010)	18h00-18h30					
Enfant (2016-2010)	18h30-19h00		18h30-19h00			12h-12h30
APPRENDRE A NAGER ADULTE						
Adulte/Ado né en 2009 et avant				18h15-19h		
NATATION SYNCHRONISEE						
Débutantes			12h-14h			12h-14h
Perfectionnement	17h15-19h			18h-20h	19h30-21h30	
NATATION COURSE/COMPETITION						
Avenir F (2013-2014-2015) G (2012-2013-2014)				18h15-19h		12h30-14h
Jeunes F (2012 à 2010) G (2011 à 2009)		18h30-20h15			19h30-21h30	
Groupe Juniors F(2009 et avant) G(2008 et avant)		18h30-20h15	18h30-20h		19h30-21h30	12h-14h **(*)**
Maîtres		18h30-20h15		20h-21h		12h-14h **(*)**
WATER POLO						
Jeunes 8 à 15 ans	*18h-19h Natation* ***OU***	*18h30-20h15 Natation*	17h-18h30 Technique & jeu	2 créneaux, un pour se perfectionner en natation, l'autre ciblé sur la technique et le jeu		
Adultes/ado à partir de 16 ans				20h-22h		

(*) 12h-12h30 : échauffement au bord du bassin