



HORAIRES D'ENTRAINEMENTS - SAISON 2022/2023

AVENIRS: Fille née en 2011 et après - Garçon né en 2010 et après
JEUNES PERFECTIONNEMENT : Fille née de 2010 à 2012 - Garçon né de 2009 à 2011

	1er créneau				
Lundi	et	Mercredi		ou	
17h30-18h15		17h-18h			
			2ème créneau		
Lundi	et	Mercredi			
18h15-19H		18h-19h			

JEUNES PERFECTIONNEMENT

Fille née de 2010 à 2012 - Garçon né de 2009 à 2011

			Jeudi	et	Samedi
			19h-20h		10h-11h

JEUNES - Fille née de 2010 à 2012 - Garçon de 2009 à 2011

SAVOIR NAGER 4 NAGES - 3 ENTRAINEMENTS OBLIGATOIRES

Lundi		Mercredi		Vendredi	Samedi
18h15-19h45		18h-19h30		18h30-20h	11h-12h

ESPOIRS -Filles 2009 et Avant-Garçon Né en 2008 et avt (NIVEAU DEPARTEMENTAL)

SAVOIR NAGER 4 NAGES - 3 ENTRAINEMENTS OBLIGATOIRES

Lundi		Mercredi	Jeudi		Samedi
19h45-21h		19h30-21h	19h45-21h		08h30-10h

JUNIORS PERFECTIONNEMENT

Fille née de 2009 et avt - Garçon né de 2008 et avt

			Jeudi		Samedi
			20h-21h		11h-12h

JUNIORS - Fille née en 2009 et Avant - Garçon né en 2008 et Avant

NIVEAU NATIONAL, INTERREGIONAL ET REGIONAL

SAVOIR NAGER 4 NAGES - LE NOMBRE D'ENTRAINEMENTS OBLIGATOIRES SERA DEFINI PAR L'ENTRAINEUR

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
19h-21h	19h21h	19h-21h	19h45-21h	20h-21h30	9h-11h

LE VENDREDI SOIR : UNIQUEMENT BNSSA + ETUDIANT+ PREPA BAC

ADULTES - MASTERS - PERFECTIONNEMENT - COMPETITIONS

Lundi		Mercredi	Jeudi		
21h-22h		21h-22h	21h-22h		

L'heure indiquée sur ce tableau est le début de l'entraînement. Merci d'arriver 15 mn avt

Tout nageur en retard pourra être refusé à l'entraînement