

## NOS GROUPES

### GOÉLANDS DE BRONZE

<b>LUNDI</b>	18h30 ➔ 19h45 Bassin Intérieur*
<b>MERCREDI</b>	17h15 ➔ 18h30 Bassin Intérieur*
<b>VENDREDI**</b>	17h00 ➔ 18h30 Bassin Extérieur

\* Les nageurs sont susceptibles de nager à l'extérieur

\*\* Pour certains nageurs selon l'avis de l'entraîneur Max: kleinman.maximilian@orange.fr

### GOÉLANDS D'ARGENT

<b>LUNDI</b>	17h30 ➔ 18h30 Bassin Extérieur
<b>MARDI</b>	17h30 ➔ 19h00 Bassin Extérieur
<b>MERCREDI</b>	15h00 ➔ 16h00 Bassin Intérieur
<b>JEUDI</b>	17h30 ➔ 18h30 Bassin Extérieur

### GOÉLANDS D'OR

<b>LUNDI</b>	18h30 ➔ 20h00 Bassin Extérieur
<b>MARDI</b>	18h30 ➔ 20h00 Bassin Extérieur
<b>MERCREDI</b>	13h30 ➔ 15h00 Bassin Extérieur
<b>JEUDI</b>	18h30 ➔ 20h00 Bassin Extérieur
<b>VENDREDI</b>	18h30 ➔ 20h00 Bassin Extérieur

Échauffement à sec à faire en début d'entraînement, les nageurs devront être présents avant l'heure indiquée.

### SECTION MASTERS

<b>MARDI</b>	20h00 ➔ 21h30 Bassin Extérieur
<b>VENDREDI</b>	20h00 ➔ 21h00 Bassin Extérieur



### PRÉPARATION BNSSA - BAC

<b>MERCREDI</b>	13h30 ➔ 15h00 Bassin Extérieur
-----------------	--------------------------------

### LOISIRS

<b>MERCREDI</b>	16h00 ➔ 16h45 Bassin Extérieur
	16h45 ➔ 17h30 Bassin Extérieur

15 Places disponibles dans chaque groupe

### CATÉGORIES D'ÂGES

Catégories	Dames	Hommes
<b>AVENIRS</b>	2012 et Après	2011 et Après
<b>JEUNES</b>	2009 ➔ 2011	2008 ➔ 2010
<b>JUNIORS</b>	2005 ➔ 2008	2004 ➔ 2007
<b>SÉNIORS</b>	2004 et Avant	2003 et Avant
<b>MASTERS</b>	Catégories par Tranches de 5 ans (C1: 25 - 29 ans; C2: 30 - 34 ans; etc...)	

Les horaires peuvent être modifiés. Merci de toujours vérifier vos mails avant de déposer votre enfant à l'entraînement afin de vous assurer de la présence de l'entraîneur.