

EMPLOI DU TEMPS

	LUNDI							MARDI							MERCREDI							JEUDI							VENDREDI						
HEURE	L1	L2	L3	L4	L5	L6	PB	L1	L2	L3	L4	L5	L6	PB	L1	L2	L3	L4	L5	L6	PB	L1	L2	L3	L4	L5	L6	PB	L1	L2	L3	L4	L5	L6	PB
12:00																																			
12:15																																			
12:30																																			
12:45																																			
13:00																																			
13:15																																			
13:30																																			
13:45																																			
14:00																																			
14:15																																			
14:30																																			
14:45																																			
15:00																																			
15:15																																			
15:30																																			
15:45																																			
16:00																																			
16:15																																			
16:30																																			
16:45																																			
17:00																																			
17:15	Perf	Perf																																	
17:30																																			
17:45																																			
18:00																																			
18:15																																			
18:30	A	B	J	M	C	C	C		B	J					A	B	J																		
18:45	v	e	n	a	H	H	H	Prépa	e	n					A	B	J																		
19:00	n	j	i	o	r	s																													
19:15	r	a	m	i	n	i	s																												
19:30	s	i	s	s	e	s																													
19:45																																			
20:00	A	A	A	A	A	A		b	t	n	A	J		A	J	S	A																		
20:15	d	u	u	u	A	A		u	a	t	v	e		Q																					
20:30	u	l	l	l	P	P																													
20:45	t	t	t	t	E	E																													
21:00	e	e	e	e																															
21:15																																			
21:30																																			
21:45																																			
22:00																																			

- Groupes Compétitions
- Ecole de nage (FAM : Familiarisation / APP GB1 : Apprentissage Grand Bain 1 / APP GB2 : Apprentissage Grand Bain 2 / Perf : Perfectionnement / Perf 2N : Perfectionnement 2 Nages / Perf 3N : Perfectionnement 3 Nages / PC : Pass Compétition)
- Loisir enfants (Primaire / Collège / Prépa Bac)
- Loisir adultes (Natation / AQUA : Aquagym)
- Natation Artistique (Débutantes / Avenirs / Jeunes / Juniors / Séniors / Adultes)

Familiarisation : Mercredi 13h/13h35 ou 13h45/14h20
Apprentissage GB 1 : Saut GB+étoile ventrale+5m ventral et dorsal (Mercredi 12h15/12h50 ou Lundi 17h45/18h20)
Apprentissage GB 2 : Saut GB+étoiles ventrale et dorsale + 15m ventral et dorsal (Mardi 17h/17h45)
Perf : Déplacement sur 20/25m sans matériel (Lundi 17h/17h45)
Perf 2N : 25m 2 nages+chute+plongeon (Mercredi 17h/17h45)
Perf 3N : 25m 3 nages+chute+plongeon (Mercredi 17h45/18h30)
Pass compétition : 3 nages ok sur 25m / 2 entraînements par semaine obligatoires (Ma 17h45/18h30 et Je 17h/18h)
Compétition : 3 à 4 entraînements par semaine obligatoires (Lu, Ma, Me 18h30/20h et Je 18h/20h)
Natation Loisir : Mardi 18h30/19h30 ou Mercredi 14h30/15h30 ou 16h/17h // Adultes (Lundi et/ou Jeudi 20h/21h)
Aquagym : Mardi 20h00 ou Mercredi 12h15
Natation Artistique