

PÔLE FORMATION "SAVOIR NAGER"							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Jardin Aquatique 1 séance par semaine	2017 -2018-2019				Léo Lagrange 17h30-18h30		
Débutants 1 entraînement par semaine	2014-2015-2016-2017		Port Marchand (25m) 19h30-20h30	Pins d'Alep 17h30-18h30 (enfants nés en 2017) ou 18h30-19h30	Léo Lagrange Grand bain: 17h00-18h00 ou 18h00-19h00; LL petit bain: 18h30-19h30	Port Marchand (25m) 19h30-20h20	Pins d'Alep 09h30-10h30; Port Marchand (25m) 13h00-14h00
Sauv'Nage 1 entraînement par semaine	2014 et après		Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	Pins d'Alep 17h30-18h30 ou 18h30-19h30	Léo Lagrange 17h00-18h00 ou 18h00-19h00	Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	Pins d'Alep 08h30-09h30; Port Marchand (25m) 13h00-14h00
Pass'Sport 1 à 2 entraînements par semaine	2012 et après		Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	Pins d'Alep 17h30-18h30	Léo Lagrange 17h00-18h00		Pins d'Alep 09h30-10h30
PÔLE LOISIRS							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Loisirs Adultes 2 entraînements par semaine	2004 et moins	Pins d'Alep 19h30-20h45	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 19h30-20h45	Pins d'Alep 19h30-20h45	Port Marchand (50 m) 6h15-7h30 et Léo Lagrange 19h20-20h30	Port-Marchand (50 m) 19h30-20h30	Port Marchand (50 m) 13h00-14h00
Loisirs Adolescents 2 entraînements par semaine	2005 à 2010	Pins d'Alep 19h30-20h45	Port-Marchand (50m) 19h30-20h45	Port Marchand (50 m) 14h00-15h00 ou Pins d'Alep 19h30-20h45	Léo Lagrange 19h20-20h30	Port-Marchand (50 m) 18h00-19h00	Port Marchand (50 m) 13h00-14h00
Loisirs Poussins 1 à 2 entraînements par semaine	2010-2012			Port Marchand (50 m) 14h00-15h00 ou Pins d'Alep 19h30-20h45	Léo Lagrange 19h20-20h30	Port-Marchand (50 m) 18h00-19h00	
Aquafitness/Aquazumba accès à toutes les séances				Léo Lagrange 19h45-20h30 (Aquafitness)	Léo Lagrange 19h00-19h45 et 19h45-20h30 (Aquafitness/aquazumba)		
Sport Santé		Pins d'Alep 19h30-20h45		Pins d'Alep 19h30-20h45			
Aquaphobie	16 ans et +			Léo Lagrange 19h45-20h30			
Handisport		Pins d'Alep 19h30-20h45		Pins d'Alep 19h30-20h45	Léo Lagrange Enfant : 18h30-19h30	Port Marchand (25 m) 12h45-13h45 (si 3 personnes min)	
PÔLE COMPÉTITION							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Groupe C1 (Compétition régionale et+) 5 entraînements conseillés par semaine	Filles : 2008 et avant, Garçons: 2007 et avant	Port-Marchand (50 m) 18h00-19h45	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 19h15-20h45 + PPG 18h00-19h00	Port-Marchand (50m) 16h30-18h00	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 17h45-19h45	Port-Marchand (50 m) 17h45-19h30	Port-Marchand (50m) 8h00-10h00 et muscu de 10h00 à 11h15
Groupe C2 (Compétition départementale) 3 entraînements conseillés par semaine	Filles: 2012 et avant, Garçons: 2011 et avant	Port-Marchand (50 m) 17h15-18h15	Port-Marchand (50 m) 17h45-19h15	Port Marchand (50m) 15h00-16h30	Léo Lagrange 18h00-19h45		Port Marchand (50m) 11h15-13h00 (dont PPG)
Avenir 3 entraînements conseillés par semaine	Filles : 2013 et après Garçons : 2012 et après	Port-Marchand (50 m) 17h15-18h15 selon niveau	Port-Marchand (25 m) 19h30-20h45 entrée vestiaires 19H15	Pins d'Alep 18h30-19h45	Léo Lagrange 18h00-19h45	Port Marchand (25m) 19h30-20h45	Pins d'Alep 08h30-09h30
Groupe Pass'Compétition 2 entraînements conseillés par semaine	Filles :2013 et après Garçons : 2012 et après		Port-Marchand (25m) 19h30-20h45	Pins d'Alep 18h30-19h45	Léo Lagrange 18h00-19h45	Port Marchand (25m) 19h30-20h45	Pins d'Alep 08h30-09h30
Groupe Masters Compétition 2 à 3 entraînements conseillés par semaine	1997 et avant	Port-Marchand (50m) 18h00-19h45	Port-Marchand (50m) 6h15-7h30 et 19h15-20h45		Port-Marchand (50m) 6h15-7h30 et 17h45-19h45 (niv. National)	Port-Marchand (50m) 17h45-19h30	Port-Marchand (50m) 8h00-10h00
Classes à horaires aménagés collège Django Reinhardt	De la 6ème à la 3ème	Port-Marchand (50m) 15h20-17h15	Port-Marchand (50m) 15h20-17h45 + PPG 18h00-19h00	Entraînement C1 ou C2 en fonction de l'âge/du niveau	Port-Marchand (50m) 15h20-17h45	Port-Marchand (50m) 15h20-17h45	Entraînement C1 ou C2 en fonction de l'âge/du niveau