

PÔLE FORMATION "SAVOIR NAGER"							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Jardin Aquatique 1 séance par semaine	2016 -2017- 2018				Font Pré 17h30-18h30		
Débutants 1 entraînement par semaine	2013-2014-2015- 2016			Pins d'Alep 17h30-18h30 (enfants nés en 2016) ou 18h30-19h30	Font Pré Grand bain: 17h00-18h00 ou 18h00-19h00; Font Pré petit bain: 18h30-19h30	Port Marchand (25m) 19h30-20h20	Pins d'Alep 10h00-11h00
Sauv'Nage 1 entraînement par semaine	2013 et après		Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	Pins d'Alep 17h30-18h30 ou 18h30-19h30	Font Pré 17h00-18h00 ou 18h00-19h00	Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	
Pass'Sport 1 a 2 entraînements par semaine	2011 et après		Port Marchand (25 m) 19h30 - 20h45	Pins d'Alep 17h30-18h30	Font Pré 17h00-18h00		Pins d'Alep 10h00-11h00
PÔLE LOISIRS							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Loisirs Adultes 2 entraînements par semaine	2003 et moins	Pins d'Alep 19h30-20h45	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 19h15-20h45	Pins d'Alep 19h30-20h45	Port Marchand (50 m) 6h15-7h30 et Font Pré 19h00-20h30	Port-Marchand (50 m) 19h30-20h30	Port Marchand (50 m) 13h00-14h00
Loisirs Adolescents 2 entraînements par semaine	2004 à 2009		Port-Marchand (25 m) 19h30-20h45	Port Marchand (50 m) 14h00-15h00 ou Pins d'Alep 19h30-20h45	Font Pré 19h00-20h30	Port Marchand (25 m) 19h30-20h45	Port Marchand (50 m) 13h00-14h00
Loisirs Poussins 1 à 2 entraînements par semaine	2009-2011			Port Marchand (50 m) 14h00-15h00 ou Pins d'Alep 18h30-19h30	Font Pré 19h00-20h30		
Aquafitness/Aquazumba accès à toutes les séances				Font Pré 19h45-20h30 (Aquafitness)	Font Pré 19h00-19h45 et 19h45-20h30 (Aquafitness/aquazumba)		
Aquagym douce	Public adulte	Pins d'Alep 10h00-10h45					
Sport Santé		Pins d'Alep 10h00-10h45					
Aquaphobie	Public adulte			Font Pré 19h45-20h30			
Handisport			Port Marchand (25 m ) 12h45-13h45			Port Marchand (25 m ) 12h45-13h45	
PÔLE COMPÉTITION							
Groupe	Années d'âge	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Groupe C1 (Compétition régionale et+) 5 entraînements conseillés par semaine	Filles : 2007 et avant, Garçons : 2006 et avant	Port-Marchand (50 m) 18h15-19h45	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 19h15-20h45 + PPG 18h00-19h15	Port-Marchand (50m) 16h15-17h45	Port-Marchand (50 m) 6h15-7h30 et 17h45-19h45	Port-Marchand (50 m) 18h00-19h30	Port-Marchand (50m) 8h00-10h00 et muscu de 10h00 à 11h15
Groupe C2 (Compétition départementale) 3 entraînements conseillés par semaine	Filles : 2011 et avant, Garçons : 2010 et avant	Port-Marchand (50 m) 17h15-18h15	Port-Marchand (50 m) 18h00-19h15	Port Marchand (50m) 15h00-16h15	Font pré 18h00-19h45		Port Marchand (50m) 11h45-12h55
Avenir 3 entraînements conseillés par semaine	Filles : 2012 et après, Garçons : 2011 et après	Port-Marchand (50 m) 17h15-18h15 selon niveau	Port-Marchand (25 m) 19h30-20h45 entrée vestiaires 19H15	Port Marchand (50m) 15h00-16h15	Font pré 18h00-19h45	Port Marchand (50m) 17h45-19h00 selon niveau	Pins d'Alep 9h00-10h00
Groupe Pass'Compétition 2 entraînements conseillés par semaine	Filles :2012 et après, Garçons : 2011 et après		Port-Marchand (25m) 19h30-20h45	Port Marchand (50m) 15h00-16h15	Font pré 18h00-19h45	Port Marchand (50m) 17h45-19h00	Pins d'Alep 9h00-10h00
Groupe Masters Compétition 2 à 3 entraînements conseillés par semaine	1996 et avant	Port-Marchand (50m) 18h15-19h45	Port-Marchand (50m) 6h15-7h30 et 19h15-20h45		Port-Marchand (50m) 6h15-7h30 et 17h45-19h45 niv. national	Port-Marchand (50m) 18h00-19h30	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		Port-Marchand (50m) 15h20-17h45	Port-Marchand (50m) 15h20-17h45	