

Groupe ROUGE 01

Avec Auréline

Lundi : 18:45 – 20:00
Mercredi : 18:00 – 20:00
Vendredi : 18:00 – 20:00

Septembre, Octobre,

Avril, Mai (juin uniquement pour les compétiteurs)

Certains créneaux peuvent être adaptés et modifiés au rythme des objectifs de la saison sportive (été/hiver – stages – vacances scolaires)

Groupe ROUGE 02

Avec Antoine

Lundi : 18:45 – 20:00
Mardi : 18:00 – 20:00
Mercredi : 17:00 – 20:00
Jeudi : 18:45 – 20:00
Vendredi : 18:00 – 20:00
Samedi : 8:00 – 10:00
(+ 1 séance de PPG)

Groupe ROUGE 03

Avec Arslane et Grégory

Lundi : 18:30 – 20:00 (AD)
Mardi : 18:00 – 19:30 (GM)
Mercredi : 18:00 – 20:00 (AD)
Jeudi : 18:45 – 20:00 (GM + AD)
Samedi : 08:00 – 10:00 (GM)
(+ 2 séances de PPG)

Nos groupes natation COMPETITION

Saison 2018 – 2019

Merci d'arriver 15 mn avant vos entraînements

Groupe ROUGE 04

Avec Arslane

Lundi : 10:00 – 12:00 et 16:00 – 18:00
Mardi : 08:00 – 10:00 et 15:30 – 18:00
Mercredi : 08:00 – 10:00 et 18:00 – 20:00
Jeudi : 08:00 – 11:00 et 15:30 – 17:45
Vendredi : 08:00 – 10:00 et 16:00 – 18:00
Samedi : 07:45 – 09:45

Mardi et Jeudi
salle de sport avant natation