

Planning des entraînements 2024 - 2025

	EFT 1			EFT 2			EFT 3			EFT 4			EFT Perf			Adultes Compétition		Adultes Loisirs		Adultes Santé				
	Mini-Poussin			Poussin - Pupille			Benjamin - Minime			Cadet - Junior			Groupe Perf.											
LUNDI					17h - 18h 1 ligne	A		18h - 19h 1 ligne	A		18h30 - 20h	B		18h - 19h	E		18h30 - 20h	B						
												D		19h - 20h 2 lignes	A				20h - 21h15	D		20h - 21h15	D	
MARDI								18h - 19h 2 lignes	A		19h - 20h 2 lignes	A					6h30 - 8h	A		6h30 - 8h	A		6h30 - 8h	A
																	12h30 - 13h30	A		12h30 - 13h30	A		12h30 - 13h30	A
MERCREDI		10h - 11h 1 ligne	A		10h - 11h 1 ligne	A		15h - 16h15	C		16h15 - 17h45	C					18h15 - 19h30	B		18h15 - 19h30	B		19h30 - 20h15	B
		13h15 - 13h45	C		13h45 - 15h	C		18h15 - 19h30	B		18h15 - 19h30	B												
JEUDI								18h - 19h30 2 lignes	A		6h30 - 8h 19h30 - 21h 2 lignes	A		18h - 19h30 2 lignes	A		6h30 - 8h	A		6h30 - 8h	A		6h30 - 8h	A
																	12h15 - 13h30 19h30 - 21h 2 lignes	A		12h15 - 13h30	A		12h15 - 13h30	A
VENDREDI					17h - 18h			18h - 19h45 2 lignes	A		18h - 19h45 2 lignes	A												
SAMEDI		10h15 - 11h15 17h30 - 18h 4 lignes	B		10h15 - 11h15	B		14h45 - 16h	A		14h45 - 16h	A					8h - 10h 5 lignes d'eau 14h45 - 17h30 (Autonomie)	A		9h - 10h 5 lignes d'eau	A		13h15 - 14h15 1 ligne d'eau	A
			A		13h45 - 14h45 18h - 19h 4 lignes	A		16h - 17h15 18h - 20h15 4 lignes	B		16h - 17h15 19h - 20h15 4 lignes	B					19h - 20h15 4 lignes	A		11h15 - 12h30 14h30 - 17h (Autonomie)	B		13h45 - 14h45	A
DIMANCHE								9h45 - 12h (Autonomie)	A		9h45 - 12h (Autonomie)	A					9h45 - 12h (Autonomie)	A		9h45 - 12h (Autonomie)	A		9h45 - 12h (Autonomie)	A
																	18h - 19h30 4 lignes	A		18h - 19h30 4 lignes	A		18h - 19h30 4 lignes	A

A - Piscine **B** - Stade Léo Lagrange **C** - Plan d'eau Villiers **D** - Gymnase Clémenceau **E** - Salle USV Muscu
 NATATION VELO CAP VELO - CAP PPG