



Horaires d'entraînement 2019-2020 avec échauffement et étirement

A partir du lundi 2 septembre 2019 / Fin des entrainements vendredi 26 juin 2020

Les horaires peuvent être modifié en fonction des effectifs et des infrastructures trouvées

Prévoir d'arriver 5 minutes avant sur le bord du bassin.

Compétition-Performance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ELITES	Dézaley 18h45-20h30	Chavannes 18h30-20h00	Dézaley 18h45-20h45		Dézaley 18h30-20h00
JUNIORS	Dézaley 17h00-18h30		Dézaley 17h45-19h15	Dézaley 18h00-19h15	
FUTURA	Dézaley 17h00-18h30		Dézaley 17h45-19h15		

Compétition-Loisirs	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
COMPETITION-JEUNESSE	Dézaley 18h00-19h30		Dézaley 20h15-21h30		
COMPETITION-ESPOIRS	Dézaley 18h00-19h30			Dézaley 18h00-19h15	

Formation-Compétition	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
GRENOUILLES	Dézaley 16h15-17h30				Dézaley 16h15-17h30
TETARDS					Dézaley 16h15-17h30
HIPPOCAMPES	Dézaley 16h15-17h30				

Loisirs Jeunes	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PIEUVRE					Dézaley 17h15-18h00
BELUGAS					Dézaley 18h00-18h45
DAUPHINS					Dézaley 19h45-20h30

Loisirs Adultes	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
JEUNESSES, SENIORS	Dézaley 20h15-21h15				
BARRACUDAS					Dézaley 20h30-21h30
MARLINS					Dézaley 12h30-13h30