

ENTRAÎNEMENTS ÉTÉ 2026

Pour tous les nageurs et nageuses des groupes hivernaux et les nageurs et nageuses inscrits pour l'été.

Cet été, les entraînements seront cette année assurés par Louisa, Maéllys, Théophile, Mattéo, Lou et Romane aidés de jeunes aide-entraîneurs (Zoé, Emma, Flora, Chloé et Elouann) et de membres de la commission sportive du club.

- Les horaires définis sont les **horaires effectifs dans l'eau** (arriver 15 minutes avant pour la mise en place des lignes d'eau et la douche **obligatoire**).
- Le respect des horaires est indispensable vis-à-vis des entraîneurs et des autres nageurs et nageuses. En cas de problème (travail, transport, autre) nous vous remercions de prévenir les entraîneurs.
- Ne rien laisser dans les vestiaires, le club décline toute responsabilité en cas de vol, **prévoir une pièce de 1€** pour les casiers avec bracelets.

Pour les entraînements, les nageurs et nageuses sont répartis par groupe et non par catégorie, pour uniformiser le niveau de nage dans chaque séance et chaque ligne d'eau. L'affectation dans les groupes est définie par les entraîneurs qui peuvent les faire évoluer au cours de la saison selon les effectifs.

En cas de doute se renseigner auprès d'elles/eux.

Entraînements du lundi 18 mai au samedi 04 juillet 2026 (7 semaines)

	U9-U10-U11 Né(e)s en 2015 et après	U12 - U13 Né(e)s en 2013 2014	U14 et + Né(e)s en 2012 et avant	Loisirs Ados Né(e)s en 2012 et avant	Masters & Loisirs Adultes	Nagez Forme Santé Sur prescription médicale
Coach Réfèrent	Louisa	Louisa	Maéllys		Théophile	Louisa
Lundi					19h30 - 21h	
Mardi			19h30 - 21h	19h30 - 21h		
Mercredi						
Jeudi	18h15 - 19h15	18h15 - 19h15			19h30 - 21h	19h30 - 20h30
Vendredi	17h45-19h00	17h45 - 19h00				
Samedi			10h30-12h	10h30-12h		

>> Jours fériés sans entraînements

Lundi 25 mai :
Pentecôte

Samedi 13 juin : Coupe de France des Benjamins

>> Animations à la piscine (co-animée par le club, la mairie et des partenaires extérieurs)

à partir de 19h - ouvert à tous

Samedi 30 mai : Forum des associations
Vendredi 19 juin : Water polo
Vendredi 26 juin : Baptême de plongée avec le Club de Montjean (à partir de 8 ans)
Vendredi 03 juillet : Soirée d'ouverture (gratuit)

