

ENTRAÎNEMENTS ÉTÉ 2024

Entraînements du lundi 8 juillet au samedi 31 août 2024 (8 semaines)

	Groupe 1 <i>Ecole de natation</i>	Groupe 2 <i>Jeunes</i>	Groupe 3 <i>Compétitions</i>	Groupe 4 <i>Masters</i>	Groupe 5 <i>Forme et bien-être</i>
<i>Coach Référent</i>	Oriane	Oriane	Maëlys	Louisa	Louisa
Lundi	13h30 – 14h30	13h30 – 14h30	10h – 11h <i>(PPG avec Louisa)</i> 19h45 – 21h15 <i>Technique / 2 couloirs</i>	19h45 – 21h15	19h45 – 21h15
Mardi			19h45 – 21h15		
Mercredi	13h30 – 14h30	13h30 – 14h30	10h – 11h <i>(PPG avec Louisa)</i> 19h45 – 21h30		
Jedi			19h45 – 21h15	19h45 – 21h15	19h45 – 21h15
Vendredi	13h30 – 14h30	13h30 – 14h30			

>> Entraînements spécifiques groupe compétition

Vendredi 26 juillet : Spécifique Prépa Interclubs
Vendredi 2 Août : Spécifique Prépa Compétition Séries & Finales
Vendredi 16 Août : Spécifique Prépa finales régionales

>> Jours fériés sans entraînement

Vendredi 14 juillet : Fête nationale
Jedi 15 Août : Assomption

>> Compétitions à Chalonnnes

Samedi 3 & Dimanche 4 août : Compétition individuelle séries & finales
