

Cours du Samedi

Samedi 11 janvier au 21 mars 2020

Bassin rond	Rampe	Couloir 1 G	Couloir 1 D	Couloir 2	Couloir 3
8h00 à 8h35 Parent et moi 3	8h à 8h30 Cheval de mer	8h à 8h30 Privé 30 min	8h à 8h40 Orange	Bain longueurs	Bain longueurs
8h40 à 9h15 Parent et moi 1-2	8h35 à 9h05 Escargot	8h35 à 9h05 Têtard	8h45 à 9h20 Jaune	8h30 à 9h10 Rouge	8h30 à 9h15 Bleu
9h20 à 9h55 Parent et moi 3	9h10 à 9h40 Cheval de mer	9h15 à 9h50 Grenouille	9h25 à 10h05 Orange	9h15 à 9h55 Marron	9h20 à 10h05 Vert
10h00 à 10h35 Parent et moi 4	9h45 à 10h15 Têtard	9h55 à 10h30 Poisson-rouge	10h10 à 10h45 Jaune	10h00 à 10h40 Rouge	10h10 à 10h55 Gris
10h50 à 11h25 Parent et moi 1 & 2	10h30 à 11h Escargot	10h35 à 11h10 Baleine	11h à 11h40 Orange	10h55 à 11h25 Marron	11h à 11h45 Bleu
11h30 à 12h05 Parent et moi 3 combinés	11h05 à 11h35 Têtard	11h25 à 12h Poisson-rouge	11h45 à 12h20 Jaune	11h30 à 12h10 Rouge	12h à 12h45 Blanc / argent
12h10 à 12h40 Têtard	11h40 à 12h10 Cheval de mer	12h05 à 12h40 Grenouille	12h25 à 13h05 Orange	12h15 à 12h55 Marron	12h50 à 14h05 Or/ initiation au sauvetage
12h45 à 13h20 Grenouille	12h15 à 12h45 Escargot	12h45 à 13h20 Baleine	13h10 à 13h40 Privé 30 min	13h00 à 13h30 Privé 30 min	
	12h50 à 13h20 Cheval de mer				

Cours du Dimanche

Dimanche 12 janvier au 22 mars 2020

Bassin rond	Rampe	Couloir 1 G	Couloir 1 D	Couloir 2	Couloir 3
8h00 à 8h30 Têtard	8h00 à 8h30 Cheval de mer	8h00 à 8h40 Orange	8h00 à 8h30 Privé 30 min	Bain longueurs	Bain longueurs
8h35 à 9h10 Parent et moi 3	8h35 à 9h05 Escargot	8h45 à 9h15 Têtard	8h35 à 9h10 Jaune	8h30 à 9h15 Bleu	8h20 à 9h05 Gris
9h15 à 9h50 Parent et moi 1 et 2	9h10 à 9h40 Cheval de mer	9h20 à 9h55 Grenouille	9h15 à 9h55 Orange	9h20 à 10h00 Rouge	9h10 à 9h55 Blanc
9h55 à 10h30 Parent et moi 4	9h45 à 10h15 Escargot	10h à 10h35 Poisson-rouge	10h00 à 10h35 Jaune	10h05 à 10h45 Marron	10h00 à 10h45 Vert
10h35 à 11h10 Parent et moi 2	10h30 à 11h Cheval de mer	10h40 à 11h15 Grenouille	10h50 à 11h30 Orange	11h à 11h40 Rouge	11h à 11h45 Bleu
11h25 à 12h Parent et moi 3	11h05 à 11h35 Escargot	11h30 à 12h Têtard	11h35 à 12h10 Jaune	11h45 à 12h25 Marron	11h50 à 12h40 OR / entraînement
12h05 à 12h40 Baleine	11h40 à 12h10 Têtard	12h05 à 12h40 Poisson-rouge	12h15 à 12h55 Orange	12h30 à 13h15 Vert	12h45 à 13h30 Argent
12h45 à 13h20 Têtard	12h15 à 12h45 Escargot	12h45 à 13h15 Privé 30 min	13h00 à 13h30 Privé 30 min		
	12h50 à 13h20 Cheval de mer				

Cours en semaine

Lundi 6 janvier au mercredi 18 mars 2020

Lundi PM	Mardi AM	Mardi PM	Mercredi PM	Mercredi PM
	9h15 à 9h50 Parent et moi 1 & 2 combinés	16h25 à 16h55 Privé 30 min	17h à 17h30 Privé 30 min	17h à 17h30 Privé 30 min
19h00 à 20h00* Adulte Entraînement	9h55 à 10h25 Cheval de mer & Escargot combinés	17h à 17h40 Orange	17h35 à 18h05 Privé 30 min	17h35 à 18h05 Privé 30 min
20h00 à 21h00* Adulte intermédiaire 1	10h30 à 11h Têtard	17h45 à 18h25 Rouge	18h10 à 18h40 Privé 30 min	18h10 à 18h40 Privé 30 min
	11h05 à 11h35 Privé 30 min	18h30 à 19h10 Marron	18h45 à 19h15 Privé 30 min	18h45 à 19h15 Privé 30 min
		19h15 à 20h Blanc/Argent	19h20 à 19h50 Privé 30 min	19h20 à 19h50 Privé 30 min
				20h20 à 21h10* Adultes – Débutant

Cours en semaine

Jeudi 9 février au vendredi 20 mars 2020

Jeudi		Jeudi		Vendredi	
17h à 17h30 Privé 30 min		17h à 17h30 Têtard		17h15 à 17h45 Privé 30 min	
17h35 à 18h05 Privé 30 min		17h35 à 18h10 Grenouille		17h50 à 18h35 Bleu	
18h10 à 18h55 Privé 30 min		18h15 à 18h50 Jaune		18h40 à 19h25 Vert	
19h00 à 20h15 Or / Entraînement		18h55 à 19h25 Privé 30 min		19h30 à 20h15 Gris / Blanc combinés	
		19h30 à 20h Privé 30 min			
20h20 à 21h10* Adultes – Intermédiaire 2					

Samedis et dimanches ; cours privé et adulte

Samedi 11 janvier au 21 mars 2020

Dimanche 12 janvier au 22 mars 2020

Samedi	Cours privés	<u>13h45 Privé 30 min</u> <u>14h20 Privé 30 min</u> <u>14h55 Privé 30 min</u> <u>15h30 Privé 30 min</u> 16h10 à 16h55 Privé 45 min	Cours privés	<u>13h45 Privé 30 min</u> <u>14h20 Privé 30 min</u> <u>14h55 Privé 30 min</u> <u>15h30 Privé 30 min</u> 16h10 Privé 30 min
	Dimanche	Cours privés	<u>13h45 Privé 30 min</u> 14h20 à 15h05 Privé 45 min <u>15h10 à 15h55 Privé 45 min</u> 16h10 à 16h40 Privé 30 min	Cours privés
Dimanche	Adulte	18h à 18h50 Adultes Débutant + Intermédiaire 1 combiné		
	Adulte	19h à 19h50 Adulte Intermédiaire 2		
	Adulte	20h à 21h Entraînement		