

Pour le groupe Compétition Avenir et Jeunes :

- Compte tenu du nombre important de nageurs vis à vis du nombre de place, l'entraîneur décidera quel nageur peut nager deux fois en fonction du niveau et de l'implication du nageur.

Groupe	Ages indicatif		lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Hippocampes	6-8 ans	1 entraînement semaine			15h00 - 15h45		
Dauphins 1	8-10 ans	1 entraînement semaine			15h45 - 16h30		
Dauphins 2	8-12 ans	1 entraînement semaine	17h30 - 18h20		16h30 - 17h15		17h30 - 18h20
perfectionnement	12 ans et +	1 entraînement semaine			17h15 - 18h05		
Compétition Avenir et Jeunes	10 ans et +	1 à 2 entraînements semaine	18h20 - 19h10		18h05 - 19h00		18h20 - 19h20
Compétition Jeunes et Juniors	12 ans et +	3 entraînements semaine	19h20 - 20h00	19h00 - 20h15	19h00 - 20h00		19h20 - 20h30
prépa bac et Adultes		2 entraînements semaine		20h00 - 21h30		20h00 - 21h30	
Master		2 entraînements semaine		20h00 - 22h00		20h00 - 22h00	