



PLANNING ENTRAÎNEMENTS SAISON 2026/2027

	APPRENTISSAGE			COMPÉTITION			LOISIRS		
	<u>GRENOUILLES</u> (2022 à 2020)	<u>POISSONS</u> (2019 à 2017)	<u>DAUPHINS</u> (2016 à 2014)	<u>AVENIRS</u> A1/A2/P1/P2 (2020 à 2017)	<u>JEUNES</u> B1/B2/M1 (2016 à 2014)	<u>JUNIORS</u> M2/C1/C2/J1/J2 (2013 à 2009)	<u>MASTERS</u> (18 ans et +)	<u>ADOS</u> (2013 à 2010)	<u>SSA</u> À partir de 17 ans
MARDI					17h-18h30 (3 lignes) BLANDINE		18h30-20h (1 ligne) BLANDINE	17h-18h30 (2 lignes) LOIC	18h30-20h (1 ligne) LOIC
MERCREDI	14h-15h (1 ligne) JEAN-PAUL	14h-15h (2 lignes) LOIC	15h-16h (1 ligne) JEAN-PAUL	15h-16h (2 lignes) BLANDINE	16h-18h (3 lignes) BLANDINE				
JEUDI					17h-18h30 (5 lignes) BLANDINE & LOIC		18h30-20h (1 ligne) BLANDINE		18h30-20h (1 ligne) LOIC
VENDREDI				19h-20h30 PPG (Extérieur ou Barnum à AGDE) BLANDINE & LOIC					
SAMEDI	13h-14h (2 lignes) (Bassin intérieur) BLANDINE		13h-14h (2 lignes) JEAN-PAUL	14h-15h30 (3 lignes) BLANDINE		15h30-17h (1 ligne) BLANDINE	13h-14h (1 ligne) NAGE LIBRE	14h-15h30 (2 lignes) (Bassin intérieur) JEAN-PAUL	15h30-17h (4 lignes) (intérieur + extérieur) JEAN-PAUL

+ Côtier pour les groupes Avenirs/Jeunes/Juniors/Masters le mercredi de 10h à 12h (uniquement 5 mois : septembre/octobre et d'avril à juin)

BLANDINE & LOIC (Base d'entraînement plage de Rochelongue)