

Année scolaire 2019 - 2020 Saison 2020	Année de naissance	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI	VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE		
KIDS A	2010					Natation	13h45 - 14h30					Groupe 1			
	Cap					14h30 - 15h30	Vtt + Natation					10h00 - 11h30 11h30 - 12h30			
JEUNES C	2008					Natation	14h30 - 15h15 (1)					(3)			
	Cap					15h30 - 16h30	Groupe 2					10h00 - 11h00 11h00 - 12h30			
JEUNES B	2006					Natation	14h30 - 15h15 (1)					(3)			
	Cap					15h30 - 16h30	Natation + Vélo					10h00 - 11h00 11h00 - 12h30			
JEUNES A / JUNIORS Team Entraînement (TE)	2004			Cap	18h15 - 19h30	Natation	15h15 - 16h30							Natation (6)	20h00 - 21h30
	2000					Natation	16h30 - 18h00					Vélo (4) ou indoor biking (5)	09h00/09h30 - 12h00		
JEUNES A / JUNIORS Team Compétition (TC)	2004	Natation	18h00 - 19h15			Natation	16h30 - 18h00								
	2000					Natation	17h30 - 19h00 (2)								
REM :	(1)	2 couloirs de niveaux différents													
	(2)	la TC peut nager de 16h30 à 17h30 jusque fin décembre puis doit passer dans l'horaire suivant													
	(3)	2 groupes de niveaux différents : Groupe 1 => VTT toute l'année, Groupe 2 =>vélo de route de Sept à Oct, puis VTT jusque Pâques puis à nouveau vélo de route - rdv sur le parking du Calypso à 9h45, ATTENTION => sauf accord des entraîneurs, pas de VTT lors des sorties vélo de route du groupe 2													
	(4)	3 groupes de niveaux différents - VTT en hiver (9h30 - 12h00) puis vélo de route (9h00 - 12h00) à partir de Mars/Avril en fonction de la météo - rdv au carrefour des Attelages													
	(5)	de septembre à début avril - 10h00 à 11h30 - rdv 9h50 Hall omnisport des 3 Tilleuls													
	(6)	6 couloirs de niveaux différents													
	générales	Tous les entraînements natation se donnent au Calypso et les jeunes doivent se présenter à l'accueille avant de rentrer aux vestiaires. Ils sont présents au bord de l'eau 15min avant le début de l'entraînement afin de s'échauffer.													