

HORAIRE DES COURS DU CLUB C'CMN 2022-2023

Horaires : Il est conseillé d'arriver ¼ h avant le début du cours pour se changer et aller au bord du bassin. Certains cours (horaire de début en gras) commencent par ¼ heure à une ½ heure de PPG (Préparation Physique Générale).

Ces horaires sont à titre indicatif en attendant leur totale validation fin septembre 2022.

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Avenir	1	17h45-19h00	17h45-19h00	15h00-16h15	17h30-18h30		
	2	17h30-18h30		13h30-14h45		17h30-18h45	
	3		17h30-18h45		17h30-18h45		
	4		17h30-18h15			18h15-19h00	
	5		18h15-19h00			17h30-18h15	
	6			16h15-17h00			12h45-13h30
	7			17h00-17h45			13h30-14h15
Jeunes	1	19h00-20h30		13h30-15h00		18h00-19h30	10h30-12h30
	2	18h30-19h30		14h45-16h15		18h45-20h00	
	3	18h45-20h00		17h45-18h45			10h45-11h45
	4			15h15-16h15	18h00-19h00		
Juniors	1	19h15-20h30	18h45-20h15	16h15-18h00	18h45-20h15	20h00-21h30	
	2	18h30-20h00		18h30-20h15			12h00-14h00
	3		19h00-20h15	18h45-20h00		19h00-20h15	
	4			18h30-19h30			11h45-12h45
Master	Maitres	12h00-13h30 20h00-22h00	12h00-13h30	12h15-13h30 20h00-21h45		12h00-13h30 20h15-22h00	9h00-10h30
	Dépt / Débutants	21h00-22h00		20h15-21h15			
Section	6ème-5ème	15h40-18h00	15h40-18h00		15h40-18h00	12h30-14h15	
	4ème-3ème	15h40-18h00	15h40-18h00	12h45-14h15 14h15-15h15	15h40-18h00	12h30-14h15	9h30-10h30 10h30-12h30
Water-Polo	Jeunes		18h30-20h30		18h30-20h15		9h30-11h00
	Adultes		20h00-22h00		20h00-22h00		
Natation Artistique	Poussines			10h30-12h00 17h15-18h15			
	Avenir 1		18h30-20h30	10h30-12h00 12h30-14h30	18h30-20h30		
	Avenir 2		18h30-20h30	10h30-12h00	18h30-20h30		
	Avenir 3			17h15-18h15			09h30-11h00
	Section Collège		16h30-19h00	13h30-17h00	16h30-19h00	16h30-20h00	
	Section Lycée			13h30-17h00	10h00-12h00	16h30-20h00	
	Loisir				18h30-20h00		
Adultes		20h30-22h00		20h30-22h00			

Les entraîneurs :

Baptiste : Jeune 4, Jeune 5

David : Junior 2, Water-polo Jeune

Dominique : , Avenir 2, Avenir 3, Jeune 2, Junior 1, Maitres

Morgane : Junior 4, Adultes, Natation Artistique aidé de **Caroline**, **Louise** et **Danielle**

Otmane : Avenir 1, Avenir 6, Avenir 7, Adultes, Water-polo jeunes et adultes

Pierre : Section Collège, jeune 4, junior 5

Sandrine : Avenir 4, Avenir 5, Avenir 6, avenir 7, Jeune 3, Junior 3, Junior 4, Maitres, Maitres régional