

HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS DU CLUB C'CMN 2024-2025

Horaires : Il est conseillé d'arriver ¼ h avant le début du cours pour se changer et aller au bord du bassin. Certains entraînements 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 2024.

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Avenirs	1		17h45-19h	17h45-19h			11h-12h15
	2	17h30-18h30		13h30-14h30	19h-20h		
	3		17h30-18h45		17h30-18h45		
	4		17h30-18h15			18h15-19h00	
	5		18h15-19h00			17h30-18h15	
	6			16h45-17h30			10h30-11h15
	7			16h45-17h30			10h30-11h15
Benjamins	1	18h30-19h30		16h45-18h		18h45-20h00	12h30-13h45
	2	19h15-20h15		17h45-18h45			12h15-13h15
Juniors	1	19h30-21h00	18h45-20h15	14h45-16h15	18h45-20h15	20h00-21h30	
	2		18h30 -19h (PPG) 19h00-20h30	18h15_18h30 (PPG) 18h30-20h15			10h30-11h (PPG) 11h-12h30
	3		19h-20h15	18h 45-20h00		19h00-20h00	
	4			14h45-15h45			11h15-12h15
Master	Maitres	12h00-13h30	12h00-13h30	12h00-13h30		12h30-13h30	8h00-9h30
		20h15-22h00		20h15-21h45		20h15-21h45	
	Débutants	21h00-22h00		20h15-21h15			
Section	6ème-5ème	15h30-17h30	15h30-17h30	PPG 14H-14H45	15h30-17h30	12h30-14h00	
	4ème-3ème	15h30-17h45	15h30-17h45	13h45-14h45 (muscu) 14h45-15h45	15h30-17h45	12h30-14h00	9h30-11h00
	Lycée	17h30-19h15	7h00-8h45 17h30-19h30	7h00-9h00	8h00-10h00 17h30-19h30	17h30-19h30	9h30-10h30 (muscu) 10h30-12h30
Water-Polo	Jeunes				19h00-20h30		12h15-13h45
	Adultes		20h15-22h				
Natation Artistique	Poussines			15H15-15h45 (gym) 15h45- 16h45			
	Avenirs		19h-19h30 (gym) 19h30- 20h30	16h-16h30 (gym) 16h30- 17h45	18h45-19h15 (gym) 19h15- 20h15		
	Jeunes - Juniors		19h45-20h15 (gym) 20h15- 21h15	17h15-17h45 (gym) 17h45- 19h	19h30 -20h (gym) 20h- 21h00		12h15-13h45 (Poëma)
	Adultes		20h30- 21h (gym) 21h-22h		20h-21h (nage)		