

HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS DU CLUB C'CMN 2024-2025

Horaire : 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				17h30-18h30		
	3		17h30-18h45	13h30-14h45	17h30-18h45			
	4		17h30-18h15			18h15-19h00		
	5		18h15-19h00			17h30-18h15		
	6			17h-17h45			10h30-11h15	
	7			17h-17h45			10h30-11h15	
Benjamins	1	18h30-19h30		18h15-19h45		18h45-20h00	12h30-13h45	
	2	19h15-20h15		17h45-18h45			12h15-13h15	
Juniors	1	19h30-21h00	18h45-20h15	14h45-16h30	18h45-20h15	20h00-21h30		
	2		19h00-20h30	18h30-20h15			11h-12h30	
	3		19h-20h15	18h 45-20h00		19h00-20h00		
	4			15h45-16h45			11h15-12h15	
Master	Maitres	12h00-13h30	12h00-13h30	12h00-13h30		12h00-13h30	8h00-9h30	
		20h15-22h00		20h30-22h00		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	14h45-15h45	15h30-17h45	12h30-14h00	9h30-12h30	
	Lycée	17h30-19h15	7h00-8h45	7h00-9h00	8h00-10h00	17h30-19h30	17h30-19h30	10h30-12h30
			17h30-19h30		17h30-19h30			
Water-Polo	Jeunes				19h00-20h30		12h15-13h45	
	Adultes		20h15-22h			20h-22h (Vernouillet)		
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)			