

Planning GT	Baby Tri	J1	J2	J3	J4-5	Adultes Loisirs à Compétitions	Classe aménagée ST Joseph avec ramassage	Sport adapté
Lundi			Natation 17h 18h Myriam Sportica (2 lignes)	Natation 18h 20h Dorothée Sportica (1 ligne)	Natation 18h 20h Dorothée Sportica (2 lignes)	Natation 12h 13h Guillaume Sportica (2 lignes) TOUS NIVEAUX Natation 18h 20h Myriam Sportica (1 ligne) PRIORITE DEBUTANTS	Natation 12h 13h Guillaume Sportica (3 lignes)	Aléatoire Guillaume. 14h 16h30 (2 lignes)
Mardi		Natation 17h 18h Myriam Sportica (2 lignes)	Cap 17h30 18h20 Guillaume Rdv Club	Cap 18h30 20h Dorothée Rdv Club	Cap 18h30 20h Guillaume Rdv Club	Natation 6h30 7h45 Guillaume TOUS NIVEAUX (4 lignes) Cap 18h30 20h Guillaume + Référénts. Rdv Club TOUS NIVEAUX		
Mercredi	SEANCE BABY TRI Alternance Natation ou Multi 16h30 17h30 Piscine ou Salle Myriam + Parents. Petit bain Sportica (10 athlètes 4 à 5 ans)	Multi 14h 15h45 Myriam + Parents Rdv Club	Multi 14h 16h Dorothée + Parents Rdv Club	Vélo 14h 16h J3-4-5 Christopher / Guillaume + Parents Rdv Club		Séance possible avec les J3-4-5 dans le respect des consignes de sécurité et des groupes. Pré Requis : Savoir à minima rouler comme les J4. Rdv Club		
				Nat 16h30 17h45 Sportica Guillaume (3 lignes)		Natation 18h 20h Soren (2 lignes) NIVEAUX CONFIRMES		
Jeudi		Natation 17h 18h Myriam Sportica (2 lignes)	Cap 17h30 18h20 Dorothée Rdv Club	Natation 18h 19h30 Sportica Myriam (2 lignes)	18h 18h30 Séance Rouleau + Mobilité + Prévention blessures Cap 18h30 20h Guillaume Rdv Club TOUS NIVEAUX			
Vendredi			Natation 17h 18h Sportica Julien (2 lignes)		Natation 18h 20h Sportica Niina (2 lignes) SEULEMENT CEUX ABSENTS LA SEMAINE ou CADETS & SUPP	Natation 6h30 7h45 Guillaume TOUS NIVEAUX (4 lignes) Natation 18h 20h Sportica Niina TOUS NIVEAUX (2 lignes)		
Samedi				Nat 8h30 10h. Guillaume 4 lignes / 30 min de W à sec / Elastique + rouleau TOUS NIVEAUX CR NON STOP OK				
				Cap / autres 10h30 12h Sportica				
Dimanche				RDV Fixés Via les Groupes Messenger VTT / Vélo Route / bike and Run				
Référents :	Myriam		Dorothée	Christopher	Guillaume	Julien & Rémy		Guillaume
Téléphone	0611287439		0663073568	0678591082	0675118800	0626873098 / 0621288244		0675118800
@	mimivdb13@gmail.com		dorothee.guerlus@yahoo.fr	christopher176.joly@laposte.net	guihen707@live.fr	jubil159@live.fr moerman.remy@gmail.com		guihen707@live.fr