



CERCLE NAUTIQUE DES VAUROUX

PLANNING DES ENTRAINEMENTS

SAISON 2023-2024

GROUPE	LUNDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ECOLE DE NATATION FRANCAISE 1		13h30/14h30		
ECOLE DE NATATION FRANCAISE 2		14h15/15h30		17h15/18h30
ECOLE DE NATATION FRANCAISE 3	17h15/18h30	14h15/15h30		17h15/18h30
BENJAMINS	18h15/20h00	17h15/19h00		18h15/20h00
BENJAMINS PPG (salle polyvalente)		16h15/17h00		
JUNIORS – SENIORS	18h15/20h00	15h15/17h30	18h30/20h00	18h30/20h
ADOS – PRE ADOS 4 NAGES		18h30/20h00	17h30/18h30	
+ 16ANS NAGEZ FORME BIEN ETRE	19h45/21h.15	19h45/21h15		19h45/21h15
+16ANS NAGEZ FORME SANTE			16h30/17h30	16h30/17h30
+16 ANS NAGEZ SPORTIF	20h/21h30	20h/21h30		20h/21h30
« ceci afin de permettre de gérer les groupes » merci de nous contacter en cas de changement	Cochez vos créneaux en fonction de votre groupe 15' d'échauffement à sec est compris dans les horaires (début de séance)(sauf ENF.1)			