

COURS DE NATATION SUR SEMAINE - AUTOMNE 2021

Nous vous demandons de vous présenter sur le bord de la piscine au plus tard 5 minutes avant le début de votre cours svp

Nous recommandons aux personnes âgées de plus de 70 ans et celles atteintes de maladies chroniques ou immunosupprimées de se référer aux recommandations du gouvernement

LUNDI Du 27 septembre au 6 décembre (arrêt le 11 octobre)	
Requins blancs Aquaforme A 8 h 40 à 9 h 40	
Requins blancs Aquaforme B 9 h 45 à 10 h 45	

MARDI Du 28 septembre au 7 décembre (arrêt le 12 octobre)	
Aquaforme A <i>Bienvenue aux femmes enceintes!</i> 18h30 à 19h30	Initiation aux sports aquatiques 18h30 à 19h30

MERCREDI Du 29 septembre au 8 décembre (arrêt le 13 octobre)	
Requins blancs Aquaforme C 8 h 40 à 9 h 40	Requins blancs - Aqua jogging A 8 h 40 à 9 h 40
Requins blancs Aquaforme D 9 h 45 à 10 h 45	Requins blancs - Aqua jogging B 9 h 45 à 10 h 45

JEUDI Du 30 septembre au 9 décembre (arrêt le 14 octobre)	
Aquaforme A <i>Bienvenue aux femmes enceintes!</i> 18h30 à 19h30	Adultes - débutants 18h30 à 19h15
	Adultes - styles de nage 19h20 à 20h20

VENDREDI Du 1er octobre au 10 décembre (arrêt le 15 octobre)	
Requins blancs Aquaforme E 8 h 40 à 9 h 40	Requins blancs - Aqua jogging C 8 h 40 à 9 h 40
Requins blancs Aquaforme F 9 h 45 à 10 h 45	Requins blancs - Aqua jogging D 9 h 45 à 10 h 45

SAMEDI | Du 25 septembre au 4 décembre (arrêt le 9 octobre)

Nous vous demandons de vous présenter sur le bord de la piscine au plus tard 5 minutes avant le début de votre cours svp

****Jusqu'à junior 4: cours en duo 1 parent - 1 enfant****

08h00	Canard A	Tortue de mer A	Loutre de mer A	Junior 1 A
08h05				
8h 10				
8h 15				
8h 20				
8h 25				
8h 30				
8h 35				
8h 40				
8h 45	Junior 4 A	Croco-Baleine A	Junior 1 B	Loutre de mer B
8h 50				
8h 55				
9h 00				
9h 05				
9h 10				
9h15				
9h 20				
9h25				
9h 30	Étoile de mer A	Salamandre A	Junior 2 A	Salamandre B
9h 35				
9h 40				
9h 45				
9h 50				
9h 55				
10h 00				
10h 05				
10h 10				
10h 15	Junior 3 A	Junior 5 A	Salamandre C	Poisson-Lune A
10h 20				
10h 25				
10h 30				
10h 35				
10h 40				
10h 45				
10h 50				
10h 55				
11h 00	Junior 6 A	Junior 2B	Poisson-Lune B	Salamandre D
11h 05				
11h 10				
11h 15				
11h 20				
11h 25				
11h 30				
11h 35				
11h 40	Junior 7-8 A	Junior 3B	Loutre de mer C	Junior 1 C
11h 45				
11h 50				
11h 55				
12h 00				
12h 05				
12h 10				
12h 15				
12h 20	Junior 9-10 A	Junior 4 B		
12h 25				
12h 30				
12h 35				
12h 40				
12h 45				
12h 50				
12h 55				
13h 00				
13h 05				
13h 10				
13h 15				
13h 20				
13h25				
13h 30				
13h 35				
13h 40				

13h 45

DIMANCHE | Du 26 septembre au 5 décembre (arrêt le 10 octobre)

Nous vous demandons de vous présenter sur le bord de la piscine au plus tard 5 minutes avant le début de votre cours svp

****Jusqu'à junior 4: cours en duo 1 parent - 1 enfant****

08h00	Canard B	Tortue de mer B	Loutre de mer D	Junior 1 D
08h05				
8h 10				
8h 15				
8h 20				
8h 25				
8h 30				
8h 35				
8h 40				
8h 45	Junior 6 B	Junior 2 C	Junior 1 E	Loutre de mer E
8h 50				
8h 55				
9h 00				
9h 05				
9h 10				
9h15				
9h 20				
9h25				
9h 30	Junior 7-8 B	Junior 9-10 B	Poisson-Lune C	Salamandre E
9h 35				
9h 40				
9h 45				
9h 50				
9h 55				
10h 00				
10h 05				
10h 10				
10h 15	Étoile de mer B	Junior 3 C	Salamandre F	Loutre de mer F
10h 20				
10h 25				
10h 30				
10h 35				
10h 40				
10h 45				
10h 50				
10h 55				
11h 00				
11h 05				
11h 10				
11h 15				
11h 20				
11h 25				
11h 30				
11h 35	Junior 2 D	Junior 4 C	Poisson-Lune D	Salamandre G
11h 40				
11h 45				
11h 50				
11h 55				
12h 00				
12h 05				
12h 10				
12h 15				
12h 20	Salamandre H	Junior 3 D	Poisson-Lune E	Junior 1 F
12h 25				
12h 30				
12h 35				
12h 40				
12h 45				
12h 50				
12h 55				
13h 00				
13h 05	Junior 5 B	Junior 4 D		
13h 10				
13h 15				
13h 20				
13h25				
13h 30				
13h 35				
13h 40				

13h 45