

GRANDPUITS NATATION - CRENEAUX HORAIRES - SAISON 2024 / 2025

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
	Grand Bain	Petit Bain	Grand Bain	Petit Bain	Grand Bain	Petit Bain	Grand Bain	Petit Bain	Grand Bain	Petit Bain	Grand Bain	Petit Bain
10H											Petit Squalé 10h00-10h45 Jess / Axel	
11H					Jardin Aquatique 1 11h00-11h30 Jess-Axel						Petit Squalé 10h45-11h30 Jess / Axel	
12H					Jardin Aquatique 2 11h30-12h00 Jess-Axel						Jardin Aquatique 1 11h30-12h00 Jess / Axel	
13H					Petit Squalé 12h00-12h45 Jess - Axel					Aqua Fitness 12h30-13h15 Jess	Jardin Aquatique 1 12h00-12h30 Jess / Axel	
14H					Squalé 12h45 - 13h45	Aqua Lib 12h45-13h45					Espoir Performance 12h30-14h00 Jess / Axel	
17H												
18H					Jardin Aquatique 1 17h00-17h30 / Jess							
19H					Jardin Aquatique 2 17h30-18h00 Jess	Aqua Fitness 17h30-18h15 Patrice						
20H					Avenir 18h00-19h15 Gianni-Jess	Pré-Comp 18h00-19h00 Jess	Aqua Fitness 18h15-19h00 Patrice					
21H							Natation Adulte AquaPalme 19h00-20h00 Jess	Aqua Lib 19h00-20h00	Avenir 19h00-20h00 Gianni-Jess	Espoir Performance 19h00-20h30	Aqua Training 19h00-19h45 Patrice	
22H											Aqua Bike 19h50-20h35 Patrice	
	Performance 20h00-21h30	Aqua Lib 20h00-21h00										
	Gianni											

Aqua Fitness :	3 séances de 45 min	Jardin Aquatique 1 :	4 séances de 30 min	Avenir :	1 séance de 1h15
Aqua Lib :	3 séances de 1h00	Jardin Aquatique 2 :	2 séances de 30 min	Espoir :	3 séances de 1h30
Aqua Training :	2 séances de 45 min	Petit Squalé :	3 séances de 45 min	Performance :	4 séances de 1h30
Aqua Bike :	2 séances de 45min	Squalé :	1 séance de 1h00	Total heures séances hebdomadaire :	
Natation Adulte :	1 séance de 1h00	Pré Compétition :	1 séance de 1h00	Heures d'utilisation de la piscine	
				28h15 min	
				14h40 min	