

Calendrier ESPADONS-THALASSA - Saison 2024-2025

LUNDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

7:00					
7:15	Natation Forme & Bien être	MASTERS			
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	MASTERS				
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

MARDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

7:00					
7:15	Natation Forme & Bien être	MASTERS			
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	Loisirs OPTION	Loisirs + 12 ans	Loisirs OPTION		
19:15	MASTERS				
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

MERCREDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

7:00					
7:15	Natation Forme & Bien être	MASTERS			
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	Loisirs OPTION	Loisirs + 12 ans	Loisirs OPTION		
19:15	MASTERS				
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

JEUDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

7:00					
7:15	Natation Forme & Bien être	MASTERS			
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	CN2 CN3 niveau régional				
19:15	MASTERS				
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

VENDREDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

7:00					
7:15	Natation Forme & Bien être	MASTERS			
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	CN2 CN3 niveau régional				
19:15	MASTERS				
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

SAMEDI					
Lignes					
Heure	n°1	n°2	n°3	n°4	n°5

10:00					
10:15	Perf.	MASTERS			
10:30					
10:45					
11:00					
11:15					

12:30	AQUAGYM				
12:45					
13:00					
13:15					

13:30	AQUA GYM				
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
15:15					
15:30					
15:45					

16:00	AQUA GYM				
16:15					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					

17:15	Perf.	MCA			
17:30	CN1	CN2			
17:45					

18:00	MASTERS				
18:15					
18:30					
18:45					
19:00					

19:00	CN2 CN3 niveau régional				
19:15	MASTERS				
19:30					
19:45					
20:00					
20:15					

20:00	MASTERS				
20:15					
20:30					
20:45					
21:00					

16:00
16:15
16:30
16:45
17:00
17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00
19:15
19:30
19:45
20:00

17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00
19:15
19:30

17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00
19:15
19:30

17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00
19:15
19:30

17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00
19:15
19:30

17:15
17:30
17:45
18:00
18:15
18:30
18:45
19:00

en cours de réflexion

en cours de réflexion

+ MASTER compétition
niveau CN3