



VERTOU NATATION – SAISON 2022 – 2023

PLANNING DES ACTIVITÉS

Début de saison : le lundi 19 septembre 2022

Fin de saison : le vendredi 23 juin 2023

Heure	Lundi	Heure	Mardi	Heure	Jeudi	Heure	Vendredi
12h15 13h00	Gym Aquatique PB	12h15 13h00	Gym Aquatique PB	12h15 13h00	Gym Aquatique PB	12h15 13h00	Gym Aquatique PB
		19h05	Perfectionnement 1 (1L) Perfectionnement 2 (1L) Perfectionnement 3 (2L) Perfectionnement 4 (2L)	19h05	Perfectionnement 2 (1L) Perfectionnement 3 (2L) Perfectionnement 4 (1L) Jeunes entraînements (2L)		
		19h50	Perfectionnement 2 (1L) Perfectionnement 3 (1L) Jeunes entraînements (3L) Adultes déb 2 GB (1L)	19h50	Perfectionnement 1 (1L) Perfectionnement 1 (1L) Perfectionnement 2 (1L) Jeunes entraînements (3L) Initiation (PB 20h05 à 20h35)		
20h30	Ados Perf. (2L) Ados Entr. (2L) Adultes déb 2 (2L) Gym Aquatique PB	20h35	Adultes Perf. (3L) Adultes Entr (3L) Gym Aquatique PB	20h35	Adultes Perf (3L) Adultes déb 2 GB (3L) Gym Aquatique PB	20h30	Ados Perf.(3L) Ados Entr. (3L) Adultes déb 1 PB
21h15	Adultes Perf (3L) Gym Aqua GB (3L) Gym Aquatique PB	21h20	Adultes Perf (3L) Adultes Entr (3L) Gym Aquatique PB	21h20	Gym Aqua GB (3L) Adultes Entr (3L) Gym Aquatique PB	21h15	Adultes Perf (3L) Adultes Entr (3L) Gym Aquatique PB

PB : Petit Bain	Perf : Perfectionnement	Déb : Débutant	■ : cours complets (mis à jours le 04/09/2022)
GB : Grand Bain	Ent : Entraînement	(XL) : Nombre de ligne d'eau	