



	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche		
	Hugo : repos						Hugo : repos		
	Calvin : repos	Calvin : repos							
8h30		réservé scolaires entreprises groupes sinon entretien matériels et préparation des régates		réservé scolaires entreprises groupes sinon entretien matériels et préparation des régates	réservé scolaires entreprises groupes sinon entretien matériels et préparation des régates				
9h00			cours loisirs						
9h30									EN PERIODE DE COMPETITION
10h00									
10h30									
11h00			aviron santé en bateau				entraînement compétiteurs catégories (J15 à J18)		
11h30							entraînement compétiteurs catégories (J15 à J18)		
12h00									
13h30					séance loisirs (en salle et/ou sur l'eau)				
14h00	séance loisirs autonomes	aviron santé en salle		aviron santé en salle	non travaillé mais scolaires entreprises ou groupes éventuels	entraînement compétiteurs catégories (J10 à J14)			
14h30									
15h00			entraînement compétiteurs catégories (J15 à J18)				classes sportives collège Sabine ZLATIN		
15h30				entraînement compétiteurs catégories (J10 à J14)					
16h00									
16h30									
17h00									
17h30									
18h00									
18h30	entraînement tous compétiteurs en salle (PPG ou musculation)	entraînement tous compétiteurs (1/10 -> 30/3 en salle)			entraînement tous compétiteurs (1/10 -> 30/3 en salle)				
19h00									
20h00			AVIFIT		AVIFIT				
20h30			AVIFIT		AVIFIT				
21h00									

Nous acceptons chèques sports, chèques vacances, chèques jeunes 01, carte Pass Région

**ATTENTION :** les séances "aviron-santé" peuvent être déplacées en fonction de l'occupation du coach (affichage glissant sur 2 semaines)