



Horaires des entraînements

Saison 2018 - 2019

Rappel des règles de bonne conduite lors des entrainements

- Si un nageur ne peut pas présenter sa carte d'adhérent à l'OGS Natation, il ne pourra pas accéder au bassin lors des séances d'entraînement.
- Lors des séances publiques, il est interdit de filmer ou photographier les nageurs et nageuses dans la piscine.
- L'accès des parents de nageur au gradin se fait obligatoirement avec une photocopie recto/verso de la carte d'adhérent à l'OGS Natation de leur enfant.

Dates des vacances : 21 octobre / 4 novembre - 23 décembre / 6 janvier - 10 février / 24 février - 7 avril / 22 avril - Pont 30 avril / 2 mai

NATATION	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Compétition	17h30 / 19h00	17h45/ 19h15	17h45/ 19h15	17h45 / 19h15	17h45 / 19h15	11h45/13h15*
Compétition Jeunes	17h30 / 19h00		17h45/ 19h15			11h45/13h15
Ecole Natation Débutants & Perfectionnement			14h00 / 15h30			14h00 / 15h30
Ados & Séniors		19h45/20h45		19h45/20h45	19h45/20h45	

* Entraînement à effectif réduit, sur sélection par les entraîneurs

WATER POLO	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Jeunes			17h45 / 19h15 <i>sauf vacances scolaires</i>		19h45 / 21h45	13h30/15h00
Séniors		19h45/21h30		19h45 / 21h30		

AQUAGYM	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1ère Séance	19h30 / 20h20°		19h45 / 20h35	19h45 / 20h35	19h45 / 20h35	
2ème Séance	20h30 / 21h15**	20h30 / 21h20	20h45 / 21h30**		20h45 / 21h30**	

** Aquatraining

° vacances scolaires
19h45 / 20h35