

Entraînements au Stade Nautique

Groupe Passport (~ 6-7 ans)

- **Lundi de 17h à 18h** avec Coralie et Laura -> Bassin Olympique
- **Mercredi de 17h30 à 18h30** avec Laura -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 18h à 19h** avec Stéphane et Coralie -> Bassin Olympique

Groupe Avenir (~ 8 ans)

- **Lundi de 17h30 à 19h** avec Laurence -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 17h30 à 18h30** avec Laurence -> Bassin Olympique

Groupe Poussins Compétition (~ 9-10 ans)

- **Lundi de 19h à 20h30** avec Laurence -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 18h30 à 20h** avec Laurence -> Bassin Olympique

Groupe Poussins Perfectionnement (~ 9-10 ans)

- **Lundi de 18h à 19h** avec Alban -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 19h à 20h** avec Stéphane et Coralie -> Bassin Olympique

Groupe Perfectionnement Ados (11 - 17 ans)

- **Mardi de 19h à 20h** avec Laura -> Bassin Olympique
- **Mercredi de 18h30 à 19h30** avec Alban -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 19h à 20h** avec Alban -> Bassin Olympique

Entraînements au Stade Nautique

Groupe Équipe 1 Compétition (+ de 11 ans)

- **Lundi de 18h à 20h** avec Amine -> Bassin Olympique
- **Mardi de 18h à 20h** avec Amine -> Bassin Olympique
- **Mercredi de 18h à 20h** avec Amine -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 18h à 20h** avec Amine -> Bassin Olympique
- **Vendredi de 18h à 20h** avec Amine -> Bassin Olympique

Groupe Loisir Adultes (+ de 18 ans)

- **Mardi de 20h à 21h** avec Christophe -> Bassin Olympique
- **Jeudi de 20h à 21h** avec Stéphane et Christophe -> Bassin Olympique
- **Samedi de 10h à 11h** avec Christophe -> Bassin Olympique

Groupe Débutants Adultes (+ de 18 ans)

- **Jeudi de 20h à 21h** avec Christophe -> Petit Bassin Intérieur

Groupe École Water-polo (~ 11-14 ans)

- **Lundi de 19h à 20h** avec Alban -> Bassin Olympique
- **Lundi de 20h à 20h30** avec Alban -> Bassin 25m + Fosse
- **Mercredi de 19h30 à 20h30** avec Alban -> Bassin 25m

Groupe Water-polo Adultes (~ 15 ans et +)

- **Mardi de 20h à 22h** avec Alban -> Bassin 25m + Fosse
- **Mardi de 22h à 22h30** avec Alban -> Bassin 25m
- **Mercredi de 20h30 à 22h** avec Alban -> Bassin 25m
- **Jeudi de 20h à 21h** avec Alban -> Bassin 25m + Fosse

Entraînements à Langevin Wallon

Groupe 4 - 5 ans

- **Samedi de 13h30 à 14h15** avec Stéphane et Laura
- **Samedi de 14h15 à 15h** avec Stéphane et Laura
- **Samedi de 15h à 15h45** avec Stéphane et Laura
- **Samedi de 15h45 à 16h30** avec Stéphane et Laura