

SECTION ADULTES SPORT SANTE

CRENEAUX HORAIRES

SAISON 2018

Adultes

Responsable : Carole Coulaud, Adjointes : Christine Rosset, Marc Ravizé, Bruno Clément, Gerard Raymond, Christian Doutréleau, Franck Lanoue

		de Septembre à Juillet		Pendant les Vacances scolaires
		Entraînement Bateaux	Entraînement Salle	
Lundi	14h à 16h Seulement pour les pratiquants autonomes. Les sorties en bateaux ne pourront se faire qu'après avoir informé l'un des entraîneurs présents	12h à 20h en autonomie	Les entraînement en bateaux et en salle du lundi, mardi sont à programmer avec Carole	
Mardi	A confirmer de 14h à 16h selon emploi du temps de Carole Seulement pour les pratiquants autonomes. Les sorties en bateaux ne pourront se faire qu'après avoir informé l'un des entraîneurs présents	8h30 à 16h00 en autonomie		
Mercredi	18h à 20h00 (seulement pendant l'heure d'été)	18h à 20h00 en autonomie ou encadré	18h à 20h00 encadré	
Jeudi	A confirmer de 14h à 16h selon emploi du temps de Carole Seulement pour les pratiquants autonomes. Les sorties en bateaux ne pourront se faire qu'après en avoir informé l'un des entraîneurs présents	8h30 à 20h00 en autonomie	Les entraînement en bateaux et en salle du lundi, mardi sont à programmer avec Carole	
Vendredi	A confirmer de 14h à 16h selon emploi du temps de Carole Seulement pour les pratiquants autonomes. Les sorties en bateaux ne pourront se faire qu'après en avoir informé l'un des entraîneurs présents	8h30 à 16h00 en autonomie		
Samedi	9h45 à 12h00	9h30 à 14h00 en autonomie	9h45 à 12h00	
Dimanche	9h30 à 12h00 pour rameur possédant le Brevet d'Aviron d'Argent			

Cycle d'initiation (3 séances obligatoires)

Encadrement : Carole C	du 13 au 20 Septembre 2017	ou du 30 Septembre au 4 Octobre 2017
	Cycle 1 : Mercredi 18h à 20h et Samedi 10h à 12h	Cycle 2 : Mercredi 18h à 20h et Samedi 10h à 12h