

HORAIRES DES ENTRAINEMENTS POUR LA SAISON 2020-2021

2020/2021	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Objectif sportif
J11 (2010)			14h à 16h	← OU → merci de bien vouloir nous indiquer votre choix		14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron de Bronze
								Participé à la journée de l'ergo en décembre, de l'épreuve au sol en janvier et du CJR en juin.
J12 (2009)			14h à 16h			14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron de Bronze et ou Argent
								Et ou à participer à 1 à 2 régates
								Participer à 1 à 2 épreuves du Championnat Jeunes et au CJR
J13/J14 (2008/2007)			14h à 16h		A partir d'octobre 17h30 à 19h	14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron de Bronze et ou Argent et d'or
		A partir de novembre 17h30 à 18h30						Et ou à participer à 1 à 2 régates
								Et ou à participer aux épreuves du Championnat Jeunes et à la sélection de l'équipe régional.
J15/J16 (2006/2005)			15h30 à 18h		17h30 à 19h30	14h à 16h + à partir de Janvier et en accord avec l'entraîneur 9h ET 14h <small>(possibilité de manger au club)</small>	A partir de novembre Programme maison à voir avec l'entraîneur	Obtenir le Brevet Aviron de Bronze et ou Argent et d'or
		A partir d'octobre 17h30 à 19h30						Et ou à participer à 1 à 2 régates
								Et ou à participer aux sélections des championnats de France
								Et ou à participer aux sélections de l'équipe régionale