

HORAIRES DES ENTRAINEMENTS POUR LA SAISON 2022 2023

| 2022/2023 | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche | Objectif sportif |
|-----------------|---|-------------------------------------|-------------|-------------------------------------|----------|--------------|----------|---|
| Adultes Loisirs | 14h à 16h Seulement pour les pratiquants autonomes <small>Les sorties en bateaux ne pourront se faire qu'après avoir informé l'un des entraîneurs présents</small> | Salle en autonomie 11h30 à 16h00 | 18h à 20h00 | Salle en autonomie 18h30 à 19h30 | | 9h45 à 12h00 | | Participer à des randonnées, Entretenir sa santé et les liens sociaux. |

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche | Objectif sportif |
|--|-------|---|----------|----------------------------|----------|---|----------|-------------------------------------|
| Section Indoor Avifit Rowing Aviron Santé | | 12h15 à 13h15 (Avifit Santé) 18h30 à 19h30 (RoWning) | | 18h30 à 19h30 (RoWning) | | 9h30 à 10h30 (*) (*Seulement pour pratiquants autonomes) | | Entretenir sa santé et lien sociaux |

| | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche | Objectif sportif |
|--------------------------|--|-------|----------|--|----------|---------------------------------|
| Cycle initiation Jeunes | UNIQUEMENT en Septembre et Octobre 14h à 16h | | | UNIQUEMENT en Septembre et Octobre 14h à 16h | | Voir par Catégorie de J11 à J18 |
| Cycle initiation Adultes | UNIQUEMENT en Septembre et Octobre 18h à 20h | | | UNIQUEMENT en Septembre et Octobre 10h à 12h | | Voir Adultes Loisirs |