

HORAIRES DES ENTRAINEMENTS POUR LA SAISON 2024 2025

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Objectif sportif
J11 (2014)			14h à 16h	OU merci de bien vouloir nous indiquer votre choix		14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron NIVEAU 1 Participer à la journée de l'ergo en décembre, aux épreuves au sol en janvier et au CJR en juin.
J12 (2013)			14h à 16h			14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron NIVEAU 1 et ou NIVEAU 2 Et/ou participer à 1 à 2 régates Participer à 1 à 2 épreuves du Championnat Jeunes et au CJR
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
J13/J14 (2012/2011)		A partir de novembre 17h30 à 18h30	14h à 16h		A partir d'octobre 17h30 à 19h	14h à 16h		Obtenir le Brevet Aviron NIVEAU 1 et ou NIVEAU 2 et NIVEAU 3 Et/ou participer à 1 à 2 régates Et/ou participer aux épreuves du Championnat Jeunes et à la sélection de l'équipe régional.
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
J15/J16 (2009/2010)		Dès Septembre J16 uniquement: 17h30 à 19h30 Et à partir d'octobre pour les J15 17h30 à 19h30	15h30 à 18h		17h30 à 19h30	Pour tous et toute l'année 15h30 à 18h ! puis le 21 septembre, à voir avec l'encadrement, ET selon objectif sportif 2 séances 9h à 11h30 et 15h30 à 18h	A partir de novembre Programme maison à voir avec l'encadrement	Obtenir le Brevet Aviron NIVEAU 1 et ou NIVEAU 2 et NIVEAU 3 Et/ou participer à 1 à 2 régates Et/ou participer aux sélections des championnats de France Et/ou participer aux sélections de l'équipe régionale