



PAYS D'AIX  
NATATION

SECTION  
NATATION  
COURSE

## GROUPE JEUNES Catégorie Jeunes SAISON 2020 - 2021

ENTRAINEURS: Théo VERWEIRDE

Nombre de séances disponibles : 5

Nombre de séances obligatoires : 4

CATÉGORIE : Filles 2010/2009/2008 et Garçons 2009/2008/2007

ENGAGEMENTS : participer à tous les entraînements. Etre régulier et assidu.

OBJECTIFS : se qualifier aux Championnats Régionaux et Nationaux Jeunes.

COMPÉTITIONS: sur décision de l'entraîneurs.

TENUE : short, teeshirt et bonnet du club sont obligatoires pour les compétitions, short, t-shirt et basket pour PPG.

VACANCES SCOLAIRES : entraînements recommandés

MATÉRIEL OBLIGATOIRE : 1 planche – 1 pull-boy –1 paire de palmes – 1 paire de plaquette – 1 élastique – 1 tuba frontal – 1 gourde.

POUR TOUTES ABSENCES : merci de prévenir les entraîneurs en avance.

### ENTRAINEMENTS

LUNDI	<i>ESE</i>		16h – 18h	PYB
MARDI	Natation		18h – 19h30	VEN
MERCREDI	Groupe 1	Natation	12h30 – 14h	VEN
	Groupe 2	PPG	13h30 – 14h	VEN
		Natation	14h – 16h	
JEUDI	<i>ESE</i>		16h – 17h30	PYB
	Natation		18h – 19h30	VEN
VENDREDI	PPG		19h – 19h30	PYB
	Natation		19h30 – 21h	
SAMEDI	PPG		11h – 12h	VEN
	Natation		12h – 14h	

