

# PISCINE DU FRONT DE MER – ENFANTS 2024/2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI		JEUDI	VEND	SAMEDI	
		11h20-12h00 <b>Poisson Clown</b>	11h00-11h40 <b>Etoile de Mer 3 - 4 ANS</b> <small>PB</small>			8h25-9h10 <b>OTARIE</b>	8h30-9h10 <b>EVEIL AQUA</b> <small>(18-36mois)</small>
		11h45-12h25 <b>Etoile de Mer 4 – 5 ANS</b>	12h10-12h55 <b>OTARIE</b>		9h00-9h50 <b>PERF DAUPHIN Et ORQUE</b>	9h15-09h55 <b>Etoile de Mer 4 – 5 ANS</b>	9h15-09h55 <b>Poisson Clown</b>
		12h30-13h10 <b>Etoile de Mer 6 ANS et +</b>	13h-13h50 <b>DAUPHN ET ORQUE</b>			12h50-13h30 <b>PERF OTARIE</b>	12h50-13h30 <b>Etoile de Mer 6 ANS et +</b>
		13h15-13h55 <b>Poisson Clown</b>			16h00-16h30 <b>BB Nageurs</b> <small>(08-18mois)</small>	13h30-14h10 <b>Poisson Clown</b>	13h30-14h10 <b>Etoile de Mer 4 – 5 ANS</b>
16h30-17h10 <b>Poisson Clown</b>					16h30-17h10 <b>Otarie</b>	14h10-14h50 <b>DAUPHIN et ORQUE</b>	14h10-14h50 <b>Etoile de Mer 3-4 ANS</b>
17h15-18h00 <b>Otarie</b>	17h15-18h00 <b>Orque Dauphin</b>	17h10-17h55 <b>Etoile de Mer 4 – 5 ANS</b>	17h15-18h00 <b>Etoile de Mer 6 ANS et +</b>	17h15-18h <b>Poisson Clown</b>			
		17h45-18h45 <b>ADOS FUN</b>	18h-18h40 <b>EVEIL AQUA</b> <small>(18-36mois)</small>	18h-18h45 <b>ORQUE</b>			
			18h-18h40 <b>Etoile de Mer 3 - 4 ANS</b> <small>PB</small>				



# PISCINE DE PLATEAU CAILLOU – ENFANTS 2024/2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
-------	-------	----------	-------	----------	--------	--



8h10-8h55	8h10-9h00	8h05-8h45
DAUPHIN	ORQUE	Etoile de Mer 6 ANS et +
	8h25-9h05	
	EVEIL AQUATIQUE (18-36 mois)	
9h10-9h50	9h10-9h50	9h05-9h50
Etoile de Mer 4-5 ANS	Poisson Clown	OTARIE

# PISCINE DU FRONT DE MER / PLATEAU CAILLOU PC / ERMITAGE

## ADULTES 2024/2025

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		
		E r m i t a g e	09h15-10h					E r m i t a g e	09h15-10h	09-10h00	07h50-08h50	07h50-08h30
			AQUA TONIC						AQUA TONIC	ACTIV' AIR SANTE Parcours de santé	NATATION PALMES	AQUA JOGGING
			10h-11h			11h15-12h			10h30-11h15			
			AQUA MATERNITE			AQUA DOUCEUR +SSO PC			ACTIV' AIR (COMBO) Plage			
12h15-13h			12h15-13h			12h15-13h		12h15-13h			8h50-09h50	
AQUA TONIC PC			AQUA DOUCEUR + SSO PC			AQUA TONIC PC		AQUA JOGGING Santé			AQUA MATERNITE PC	
			12h15-13h					nouveau		14h10-14h50		
			AQUA SCULPT							NATATION Adultes Autonome		
17h15-18h										nouveau		
ACTIV' AIR (COMBO) Jeux d'eau				18h-18h45		18h45-19H30		17h-17h45				
				AQUA TONIC PC		AQUA PHOBIE Débutants PC		ACTIV' AIR SANTE Parcours de Santé				
18h-18h45		18h-18h45	18h-18h45	18h45-19H30		19H30-20H15		18h-18h45		18h-18h45		
AQUA SCULPT		AQUA DOUCEUR + SSO	AQUA JOGGING	AQUA JOGGING PC		AQUA FIT PC		AQUA JOGGING + SSO		AQUA FIT		
18h45-19h30		18h45-19h30	18h45 PPG 19h00 Natation	18H45-19h30		18h45-19h30		18h45-19h45		18h45-19h30		
NATATION NIV 1 nouveau		AQUA TONIC	NATATION + Palmes	AQUA JOGGING		NATATION NIV 1 GB		NATATION + Palmes		AQUA DOUCEUR + SSO		
19h30-20h30		19h30-20h30		19h30-20h30				19h45-20h45		19h30-20h30		
NATATION + Palmes		AQUA FIT		NATATION + Palmes				NATATION FIT		NATATION + Palmes		
										19h30-20h15		
										AQUA DOS		



# PISCINE DU CHAUDRON – ADULTES 2024/2025

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

11h30-12h15

AQUA <sup>GB</sup>  
DOUCEUR  
Post Cancer

12h20-13h05

AQUA <sup>GB</sup>  
TONIC

11h30-12h15

AQUA <sup>GB</sup>  
DOUCEUR  
Post Cancer

12h20-13h05

AQUA <sup>PB</sup>  
TONIC



PB