

Calendrier 2020

Juillet		Août		Septembre		Octobre		Novembre		Décembre	
1 M		1 S		1 M		1 J		1 D		1 M	
2 J		2 D		2 M		2 V		2 L		2 M	
3 V		3 L		3 J		3 S		3 M		3 J	BLOC LIGNE 3 EFT
4 S		4 M		4 V		4 D		4 M		4 V	
5 D		5 M		5 S		5 L		5 J	BLOC LIGNE 2 EFT + ADT	5 S	
6 L		6 J		6 D		6 M		6 V		6 D	
7 M		7 V		7 L		7 M		7 S		7 L	
8 M		8 S		8 M		8 J		8 D		8 M	
9 J		9 D		9 M		9 V		9 L		9 M	THEORIQUE
10 V		10 L		10 J		10 S		10 M		10 J	BLOC LIGNE 1 EFT + ADT
11 S		11 M		11 V		11 D		11 M		11 V	
12 D		12 M		12 S		12 L		12 J	BLOC LIGNE 3 EFT	12 S	
13 L		13 J		13 D		13 M		13 V		13 D	
14 M		14 V		14 L		14 M	THEORIQUE	14 S		14 L	
15 M		15 S		15 M		15 J	BLOC LIGNE 1 EFT + ADT	15 D		15 M	
16 J		16 D		16 M		16 V		16 L		16 M	FOSSE
17 V		17 L		17 J		17 S		17 M		17 J	BLOC LIGNE 2 EFT + ADT
18 S		18 M		18 V		18 D		18 M	FOSSE	18 V	
19 D		19 M		19 S		19 L		19 J	BLOC LIGNE 1 EFT + ADT	19 S	
20 L		20 J		20 D		20 M		20 V		20 D	
21 M		21 V		21 L		21 M	FOSSE	21 S		21 L	
22 M		22 S		22 M		22 J		22 D		22 M	
23 J		23 D		23 M		23 V		23 L		23 M	
24 V		24 L		24 J		24 S		24 M		24 J	
25 S		25 M		25 V		25 D		25 M	THEORIQUE	25 V	
26 D		26 M		26 S		26 L		26 J	BLOC LIGNE 2 EFT + ADT	26 S	
27 L		27 J		27 D		27 M		27 V		27 D	
28 M		28 V		28 L		28 M		28 S		28 L	
29 M		29 S		29 M		29 J		29 D		29 M	
30 J		30 D		30 M		30 V		30 L		30 M	
31 V		31 L				31 S				31 J	

Cours théoriques à 20H00 à la salle des sports de SOA

Entraînement piscine pour les enfants de 19H00 à 20H15 et pour les adultes de 20H15 à 22H00

Sortie en fosses sur réservation via le site le mercredi de 21H00 à 22H00 RDV à 20H30 à la fosse de Villeneuve la Garenne

Vacances Scolaires. Pas d'entraînements piscine.

Enfants :
Ligne d'eau 1 : Manal, Mathieu, Maxence, Marie Lou
EFT = ENFANT
ADT = ADULTE