

	Loisirs	U13- U15	U17 - U21	Performance	Compétiteurs nationaux	Sport scolaire facultatif SSF	Initiation
lundi	17:00 18:00 19:00 20:00 Départs dès 18h15 pas de coaching Entraîneurs selon disponibilité			pas avant 18h30			
mardi	08:00 09:00 10:00 18:00 19:00 20:00 Entraînements individuels	9:00 - 11:00 Diana - Rolandas		18:00 - 20:00 J+S			
mercredi	08:00 09:00 10:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 08:30 - 11:00 Ramer en rose Départs dès 18:15 L3 Coaching sur demande Entraîneurs selon disponibilité			pas avant 18h30 Rolandas			08:30 - 11:00 Ramer en rose Cours initiation
jeudi	17:00 18:00 19:00 20:00 pas avant 18:30 Entraînements individuels (clé nécessaire)			18:00 - 20:00 Moniteur J+S			Cours initiation
vendredi	17:00 18:00 19:00 20:00		18:00 - 20:00 Moniteur J+S	18:00 - 20:00 Rolandas			
samedi	07:00 08:00 09:00 10:00 11:00 12:00 Grds bateaux 8:00-09:00 Coaching Rolandas 09:00-12:00			9:00 - 11:00 Petits bateaux Diana - Rolandas			Cours initiation
dimanche	07:00 08:00 09:00 10:00 Entraînements individuels ou groupes whatsapp (clé nécessaire)						