

		Loisirs	U13- U15	U17 - U21	Performance	Compétiteurs nationaux	Sport scolaire facultatif SSF	Initiation
lundi	17:00							
	18:00	Départs dès 18h15 pas de coaching Entraîneurs selon disponibilité						
	19:00							
	20:00				pas avant 18h30			
mardi	08:00							
	09:00							
	10:00		9:00 - 11:00 Diana - Rolandas					
	18:00							
	19:00	Entraînements individuels						
	20:00				18:00 - 20:00 J+S			
mercredi	08:00							
	09:00	08:30 - 11:00 Ramer en rose						
	10:00							
	16:00							
	17:00							
	18:00							
	19:00	Départs dès 18:15 L3 Coaching sur demande Entraîneurs selon disponibilité						
	20:00				pas avant 18h30 Rolandas			
jeudi	17:00							
	18:00							
	19:00	pas avant 18:30 Entraînements individuels (clé nécessaire)						
	20:00				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	Grds bateaux 7:30-10:00 Coaching Rolandas						
	09:00							
	10:00							
	11:00							
	12:00				9:00 - 11:00 Petits bateaux Diana - Rolandas			Cours initiation
dimanche	07:00							
	08:00	Entraînements individuels ou groupes whatsapp (clé nécessaire)						
	09:00							
	10:00							