

## Horaires par groupe - saison 2022/2023 - Pertuis Natation

**PLANNING NON DEFINITIF (sous réserve de modifications)**

|  | Lu    | Ma    | Me    | Je     | Ve    | Sa         | Durée                                |
|--|-------|-------|-------|--------|-------|------------|--------------------------------------|
| Tetard 1                               | 17h   |       |       |        |       |            | 1x 40mn                              |
| Tetard 2                               |       | 17h40 |       |        |       |            | //                                   |
| Tetard 3                               |       |       | 17h   |        |       |            | //                                   |
| Tetard 4                               |       |       | 17h40 |        |       |            | //                                   |
| Tetard 5                               | 17h40 |       |       |        |       |            | //                                   |
| Tetard 6                               |       |       |       |        | 17h   |            | //                                   |
| Tetard 7                               |       | 17h   |       |        |       |            | //                                   |
| Grenouille 1                           | 17h   |       |       |        | 17h   |            | 2x 40mn                              |
| Grenouille 2                           | 17h   |       | 17h40 |        |       |            | //                                   |
| Grenouille 3                           |       | 17h   |       | 17h    |       |            | //                                   |
| Grenouille 4                           |       | 17h40 |       |        |       | 10h        | //                                   |
| Grenouille 5                           |       |       |       | 18h20  |       | 10h        | //                                   |
| Grenouille 6                           |       |       | 17h   |        | 17h40 |            | //                                   |
| Grenouille 7                           |       |       | 15h   |        |       |            | <b>1x 40mn</b>                       |
| <b>NOUVEAU Grenouille 8</b>            |       |       |       |        |       | 10h40      | <b>1x 40mn</b>                       |
| Murene 1                               | 17h   |       |       | 17h    |       |            | 2x 40mn                              |
| Murene 2                               | 17h40 |       | 13h20 |        |       |            | //                                   |
| Murene 3                               |       | 17h   |       |        | 17h   |            | //                                   |
| Murene 4                               |       | 17h40 |       | 17h40  |       |            | //                                   |
| Murene 5                               |       |       | 18h20 |        |       | 10h40      | //                                   |
| Murene 6                               |       |       | 13h20 |        |       | 10h40      | //                                   |
| Murene 7                               |       |       |       | 17h    |       |            | <b>1x 40mn</b>                       |
| Espadon 1                              |       | 17h   |       | 17h    |       |            | 2x 40mn                              |
| Espadon 2                              |       | 18h20 |       | 17h40  |       |            | //                                   |
| Espadon 3                              |       |       | 12h   |        |       | 11h20      | //                                   |
| Dauphin 1                              | 18h20 |       |       | 17h40h |       |            | 2x 40mn                              |
| Dauphin 2                              |       |       | 15h40 |        |       | 12h        | //                                   |
|  |       |       |       |        |       |            |                                      |
| Ado 11 12 G1                           |       |       | 19h   |        | 17h40 |            | 2x 40mn                              |
| Ado 11 12 G2                           | 19h20 |       |       |        |       | 12h40      | //                                   |
| Ado 13 14 G1                           |       | 17h40 |       | 18h20  |       |            | //                                   |
| <b>MODIF Ado 13 14 G2</b>              |       |       | 16h20 |        |       | <b>12h</b> | //                                   |
| Ado 15 18                              |       | 18h20 |       |        | 17h40 |            | 2x 40mn                              |
|  |       |       |       |        |       |            |                                      |
| Aquagym 1 - Appuis Plantaires          | 19h   |       |       |        |       |            | 1x 40mn (2L)                         |
| Aquagym 2 - Appuis Plantaires          |       |       | 19h10 |        |       |            | // (2L)                              |
| Aquagym 3 - 1 avec appui / 1 avec fond |       |       |       | 19h    |       |            | // (3L)                              |
| Aquagym 4 - Appuis Plantaires          |       |       |       |        |       | 11h20      | // (4L)                              |
| Aquagym 5 - Appuis Plantaires          |       |       | 12h40 |        |       |            | // (2L)                              |
| Aquapalmes 1                           |       | 18h20 |       |        |       |            | 1x 40mn                              |
| Aquapalmes 2                           |       |       |       |        | 19h10 |            | //                                   |
|  |       |       |       |        |       |            |                                      |
| Adulte 1 A                             | 19h20 |       |       | 19h    |       |            | 1h20 / 1h10                          |
| Adulte 1 B                             | 19h40 |       |       | 19h    |       |            | 1h / 1h10                            |
| Adulte 2                               | 19h40 |       |       |        |       |            | 1x 1h                                |
| Adulte 3                               |       |       | 19h50 |        |       |            | //                                   |
| Adulte 4                               |       |       |       |        |       | 9h         | //                                   |
| Adulte 5 Grand Debutant                |       |       |       |        |       | 9h20       | 1x 40mn                              |
| Adulte 6                               |       |       |       | 18h20  |       |            | 1x 40mn                              |
|  |       |       |       |        |       |            |                                      |
| Requin                                 | 17h40 |       | 18h20 |        | 18h20 |            | <b>40mn/ 50mn/ 50mn</b>              |
| Avenir                                 | 18h20 |       | 17h   |        | 18h20 |            | <b>1h/ 1h20/ 1h</b>                  |
| Jeune 1 et 2                           |       |       |       |        |       |            | <b>1h20/ 1h40/ 1h15/ 1h20/</b>       |
| Jeune 3                                | 17h40 | 18h20 | 17h   | 17h40  | 18h20 |            | <b>1h30/ 1h40/ 1h15 / 1h20/ 1h40</b> |
| Junior +                               | 19h00 |       | 19h   |        |       |            | <b>2h/ 1h40/ 1h50 / 1h20/ 1h40</b>   |
| Maître                                 | 19h20 | 18h20 | 19h40 | 19h    | 19h20 |            | <b>1h25/ (1h)/ 1h10 / 1h10 / 1h</b>  |
| PPG Junior+ Coach                      |       |       |       |        |       |            |                                      |
| PPG Maître Autonomie                   |       | 18h20 |       |        | 18h20 |            | <b>1h10 / 1h</b>                     |

Légende:

**Gris foncé:** bassin extérieur