

ENTRAINEMENTS ADULTES SAISON 2025



Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h30				NATATION (créneau libre)			
8h00							
8h30							
9h00							
09h30							10h00
10h00							COURSE A PIED (créneau libre)
10h30							
11h00							
11h30							
12h00		12h15			12h15		
12h30		NATATION Aqua58			NATATION Aqua58		
13h00							13h30
13h30						VELO 4 groupes de niveau	
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00		18h30		18h30			
18h30	19h00	COURSE A PIED JC / Benoît	19h00	COURSE A PIED Quentin			
19h00	PPG - François		PPG - Jean-Louis				
19h30	NATATION Aqua58		NATATION Aqua58				
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							

Quels sont les lieux d'entrainements?

- Natation & PPG : Aquabalt
- Vélo : Place Mossé (face au Café Vélo)
- Course à pied : Stade de la Barratte le mardi, Place Mossé le jeudi