



PLANNING ADULTES 2021 / 2022

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
LE MATIN	Les créneaux indiqués correspondent au début de l'entrainement ! Pour la natation, il faut donc arriver 15 minutes avant, le temps de se changer et d'arriver au bassin.					9h30 - 11h30	9h - 12h
						Natation	Vélo
						-	-
						Piscine Aquaval Gaillon	Rdv Parking Piscine Gaillon
LE SOIR	18h45 - 20h15	20h - 21h	19h45 - 20h45	18h45 - 20h15			
	Course à pied RDV stade	Natation Piscine Aquaval Gaillon	Natation Piscine Aquaval Gaillon	Course à pied RDV stade			