



# PLANNING

## ADULTES

## 2024-2025

### LUNDI

**20h00-21h00**

**Natation**

Aquaval



### MARDI

**18h45-20h00**

**Course à Pied**

Stade Jean Rives



**20h00-21h00**

**Natation**

Aquaval



### MERCREDI

**19h45-20h45**

**Natation**

Aquaval



### JEUDI

**18h45-20h15**

**Course à Pied**

Stade Jean Rives



### VENDREDI

**18h30-19h30**

**PPG**

Stade Jean Rives



### SAMEDI

**9h30-11h30**

**Natation**

Aquaval



### DIMANCHE

**9h00-12h00**

**Vélo**

Aquaval



Les créneaux indiqués correspondent au début de l'entraînement !

Pour la natation, il faut donc arriver 15min avant, le temps de se changer et d'arriver au bassin.