ACTIVITES PROPOSEES PAR L' A. S. P. NATATION : SAISON 2024/2025

MAIL : **ASPNATATION34@GMAIL.COM** - SITE :**WWW.NATATION34.FR** - TEL.: **06.19.50.03.90**

AQUA-GYM **(séance 45 mns)**

Heures indiquées : début de cours
PB : petit bassin - GB grand bassin

► PISCINE SPILLIAERT (MTP) : PB
- **LUNDI : 16 H**
- **MARDI : 9 H - 10 H - 16 H PB & GB - 19 H**
- **MERCREDI : 19 H - 20 H**
- **JEUDI : 9 H - 10 H - 11 H**
- **VENDREDI : 16 H PB - 16 H 15 GB - 18 H**

► PISCINE AMPHITRITE (ST J.VEDAS) : PB
- **MARDI : 18 H - 19 H**

► PISCINE NEREIDES (LATTES) : PB
- **LUNDI : 16 H GB**
- **MARDI : 11 H**
- **JEUDI : 16 H - 17 H**

► PISCINE PITOT (MTP) : **GB**
- **LUNDI : 18 H - 19 H**

► PISCINE POSÉIDON (COURNONTERRAL): PB
- **JEUDI : 17 H - 18 H**

ECOLE DE NATATION **(cours de 45 minutes)**

► PISCINE J.VIVES : **- MERCREDI : 18 H**	**- G BASSIN : NATATION ENFANTS (à partir de 5 ans) & ADOS**
► PISCINE SPILLIAERT : **- MARDI : 17 H 10** **- MARDI : 18 H (P Bassin)** **- MERCREDI : 9 H 15 et 10 H** **- VENDREDI : 16H15** **- VENDREDI : 17 H 10** **- VENDREDI : 18 H (P bassin)**	**- P BASSIN : JARDIN AQUATIQUE (17h10, 3/5 ans)(18h, 4/6ans)** **- G BASSIN : NATATION ENFANTS, ADOS à 17h10** **- P BASSIN et G BASSIN: JARDIN AQUATIQUE,Débutant, N1 et 2 (à partir de 3 ans)** **G BASSIN : NATATION ADULTES** **P BASSIN et G BASSIN: NATATION ENFANTS, ADOS TOUS NIVEAUX (à partir de 3ans)** **P BASSIN : NATATION ENFANTS**
► PISCINE PITOT : **- LUNDI : 18 H** **19 H**	**- G BASSIN : NATATION ADULTES DEBUTANT** **- G BASSIN : NATATION ADULTES PERFECTIONNEMENT**
► PISCINE NEREIDES (LATTES): **- MARDI : 20 H**	**- G BASSIN : ADOS, ADULTES TOUS NIVEAUX (1H et ENTRAINEMENT 1H15)**
► PISCINE AMPHITRITE : **- MERCREDI : 19 H 30** **- MERCREDI : 20 H 30**	**- G BASSIN : Prépa BAC, NATATION ADOS et ADULTES DEBUTANT** **- G BASSIN : ADOS, ADULTES PERF 1H & ENTRAINEMENT 1h15**

BNSSA & SAUVETAGE

► PISCINE J.VIVÈS (MTP) : **- LUNDI DE 20 H A 21 H 30** **et** **- JEUDI DE 20 H A 21 H 30**