

# ASSOCIATION LES TRITONS

## PLANNING DES ACTIVITES POUR LA SAISON 2024 - 2025

lestritons.noisyleroi@hotmail.fr

www.lestritonsnoisyleroi.fr

### ENFANTS

JARDIN AQUATIQUE un parent/un enfant dans l'eau	Dimanche	09h00 - 09h45	F
--	----------	---------------	---

INITIATION AQUATIQUE	Mardi	17h00 - 17h30	F/S
		17h30 - 18h00	F/S
	Mercredi	15h00 - 15h30	F/N
		15h30 - 16h00	F/N
		16h30 - 17h00	F/N
		17h00 - 17h30	F/N
		17h30 - 18h00	F/N
Vendredi	17h00 - 17h30	S	

MINI-DEBUTANT	Mercredi	14h30 - 15h00	F
		18h00 - 18h30	F

NATATION DEBUTANT	Lundi	17h00 - 17h30	F
		17h30 - 18h00 (8/10 ans)	F
	Mardi	17h00 - 17h30	F/S
		17h30 - 18h00	F/S
		18h00 - 18h30	F/S
		18h30 - 19h00 (8/10 ans)	F/S
	Mercredi	14h30 - 15h00	F/N
		15h00 - 15h30	F/N
		15h30 - 16h00	F/N
		16h30 - 17h00	F/N
		17h00 - 17h30	F/N
17h30 - 18h00		F/N	
Vendredi	18h00 - 18h30	F/N	
	17h30 - 18h00	S	
		18h00 - 18h30 (7/9 ans)	S

PRE - PERF	Lundi	18h00 - 19h00 (7/8/9 ans)	F
	Mardi	18h00 - 19h00 (7/8/9 ans)	F/S
	Mercredi	13h30 - 14h30 (7/8/9/10 ans)	F/N
	Jeudi	17h00 - 18h00 (8/9/10 ans)	A

PERF 1	Mercredi	18h30 - 19h30	F/N
	Vendredi	17h00 - 18h00	N

PERF 2	Mercredi	18h30 - 19h30	F/N
	Vendredi	18h00 - 19h00	N

ELITE	Jeudi	18h00 - 19h00	A
-------	-------	---------------	---

### ADULTES

AQUAGYM	Lundi	19h00 - 20h00	F
		20h00 - 21h00	F
	Mardi	11h30 - 12h30	F
		12h30 - 13h30	F
		19h00 - 20h00	F
	Mercredi	12h30 - 13h30	F
19h30 - 20h30		F	
Vendredi	11h30 - 12h30	F	
Samedi	11h30 - 12h30	F	

AQUABIKE	Mardi	20h00 - 21h00	F
	Jeudi	12h30 - 13h30	F
		19h00 - 20h00	A
		20h00 - 21h00	A
	Vendredi	12h30 - 13h30	F
Dimanche	10h15 - 11h15	F	
	11h15 - 12h15	F	

NATATION ADULTE	Mardi	21h00 - 22h00	F
	Samedi	08h30 - 09h30	F
		09h30 - 10h30	F
		10h30 - 11h30	F

SWIM CROSS	Vendredi	19h00 - 20h00	N
		20h00 - 21h00	N

Informations pour les niveaux (voir fiche de présentation des activités) :

**Jardin Aquatique** : 3/5 ans (enfant/parent dans l'eau), 45 min de cours

**Initiation Aquatique et Natation Mini-Débutant** : 4/6 ans, 30 min de cours

**Natation Débutant** : 6/12 ans, 30 min de cours

**Pré-Perf** : 7-10 ans, 45 min de cours et 15 min d'activités ludiques

niveau intermédiaire entre le Débutant et le Perf 1,

au minimum avoir fait 1 année en débutant ou similaire si autre club

**Perf 1** : 8/12 ans, 60 min de cours

**Perf 2** : 10/14 ans, 60 min de cours

**Elite** : 12/16 ans, 60 min de cours

F : Frédéric N : Nicolas S : Séverine A : Antoine