

## PLANNING DU 1<sup>er</sup> AU 5 MARS

Planning du 1er au 5 Mars	Groupe Tri Kids	Groupe Avenir	Groupe Jeune Compétition	Groupe athlète des équipes	Groupe spécifique Femme	Groupe Adulte (Femme+Homme)
LUNDI	MULTI-ACTIVITÉ 14h30-16h30 Rdv piste athlé GDD		NATATION (Grp compet 2 et 3 ) 9h-11h Stade Nautique bassin de 50 m	CYCLISME 14h30-17h30 rdv parking Stade Nautique	NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
			NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m			
MARDI		NATATION (Grp Avenir + Grp Nat compet 1) 9h30-11h Stade Nautique bassin de 50 m	CAP 15h30-17h rdv parking Stade Nautique		HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan	
					CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	
MERCREDI	VTT ET ENCHAÎNEMENT 14h-16h Rdv parking piscine GDD		NATATION Stade Nautique bassin 50m 14h00-15h30 : Groupe 1 du mercredi 15h30-17h30 : Groupe 2 du mercredi + athlètes des équipes		NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
					NATATION ( spécifique débutant ) 12h-13h Stade Nautique bassin de 50m	
JEUDI		NATATION (Grp Nat Compet 1) 9h30-11h Stade Nautique bassin de 50 m	NATATION (Grp compet 2 et 3 + Athlète des équipes) 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	CYCLISME 14h30-17h30 rdv parking Stade Nautique	HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zoom du club avec Titouan	
					HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan	
VENDREDI			NATATION (Grp compet 2 et 3 + Athlète des équipes) 9h-11h Stade Nautique bassin de 50 m	CAP 15h30-17h rdv Parking Stade Nautique	NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
			NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m			