



## Planning horaires/niveaux (natation) - Thônex - 2e semestre 2022/2023

(Pour faciliter votre inscription et avoir une vision plus globale de nos différents cours avec les niveaux)

| THONEX | MARDI  | MERCREDI                       | JEUDI                            | VENDREDI                           | SAMEDI                            |       |
|--------|--|--------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 7h15   |  | natation sportive adultes      | natation sportive adultes        |                                    |                                   | 7h15  |
| 7h30   |  |                                |                                  |                                    |                                   | 7h30  |
| 7h45   |  |                                |                                  |                                    |                                   | 7h45  |
| 8h     |  | cours P ou SP                  | cours P ou SP                    |                                    |                                   | 8h    |
| 8h15   |  |                                | cours P ou SP                    |                                    |                                   | 8h15  |
| 8h30   |  | 1+ ; 4 ; 1 (4/5 ans)           | cours P ou SP                    | cours P ou SP                      |                                   | 8h30  |
| 8h45   |  |                                |                                  |                                    |                                   | 8h45  |
| 9h     |  | mifin4 ; 3 ; 2 ; 1 (5-7 ans)   | cours P ou SP                    | cours P ou SP                      |                                   | 9h    |
| 9h15   |  |                                |                                  |                                    | mifin1 ; 5 ; 4                    | 9h15  |
| 9h30   |  | mifin4 ; mifin2 ; 4 ; prenaspo |                                  |                                    |                                   | 9h30  |
| 9h45   |  |                                |                                  |                                    | mifin5 ; mifin1 ; mifin2          | 9h45  |
| 10h    |  | 2 ; mifin3 ; mifin6 ; mifin5   |                                  |                                    |                                   | 10h   |
| 10h15  |  |                                |                                  |                                    | mifin3 ; 3 ; mifin6               | 10h15 |
| 10h30  |  | mifin4 ; 4 ; 2 ; mifin1        |                                  |                                    |                                   | 10h30 |
| 10h45  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      | 4 ; 5 ; 2                         | 10h45 |
| 11h    |  | mifin5 ; mifin4 ; 4 ; 2        |                                  |                                    |                                   | 11h   |
| 11h15  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      | mifin4 , 3 , pre naspo            | 11h15 |
| 11h30  |  | mifin1 ; 4 ; 5 ; 3             |                                  |                                    |                                   | 11h30 |
| 11h45  |  |                                | cours P ou SP                    | cours P ou SP                      | mifin3 ; prenaspo fin1er ; mifin1 | 11h45 |
| 12h    |  | cours P ou SP                  |                                  |                                    |                                   | 12h   |
| 12h15  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      | natation sportive 2e/3e année     | 12h15 |
| 12h30  |  | cours P ou SP                  |                                  |                                    |                                   | 12h30 |
| 12h45  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      |                                   | 12h45 |
| 13h    |  | mifin1 ; 3 ; mifin6            |                                  |                                    |                                   | 13h   |
| 13h15  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      |                                   | 13h15 |
| 13h30  |  | 3 ; mifin2 ; 5                 |                                  |                                    |                                   | 13h30 |
| 13h45  |  |                                |                                  | cours P ou SP                      |                                   | 13h45 |
| 14h    |  | 4 ; 1+ ; 2                     |                                  |                                    |                                   | 14h   |
| 14h15  |  |                                |                                  |                                    |                                   | 14h15 |
| 14h30  |  | 4 ; mifin4 ; mifin3            |                                  |                                    |                                   | 14h30 |
| 14h45  |  |                                |                                  |                                    |                                   | 14h45 |
| 15h    |  | 6 ; 6 ; 1                      |                                  | cours P ou SP                      |                                   | 15h   |
| 15h15  |  |                                | cours P ou SP                    |                                    |                                   | 15h15 |
| 15h30  |  | 3 ; 4 ; mifin1                 | cours P ou SP                    | cours P ou SP                      |                                   | 15h30 |
| 15h45  |  |                                |                                  |                                    |                                   | 15h45 |
| 16h    |  | mifin5 ; 1                     | cours P ou SP                    | cours P ou SP                      |                                   | 16h   |
| 16h15  |  |                                |                                  |                                    |                                   | 16h15 |
| 16h30  |  | mifin2 : prenaspo              | 1 ; mifin3                       | 2 ; mifin2                         |                                   | 16h30 |
| 16h45  | mifin4 ; 3 ; 2 ; mifin2                                  |                                |                                  |                                    |                                   | 16h45 |
| 17h    |  | natation sportive 1er année    | 6 ; mifin1                       | 6 ; mifin4                         |                                   | 17h   |
| 17h15  | 3 ; 2 ; 4 ; mifin1                                       |                                |                                  |                                    |                                   | 17h15 |
| 17h30  | Mermaiding   |                                | 2 ; mifin4                       | 5 ; 5                              |                                   | 17h30 |
| 17h45  | mifin4 ; mifin4 ; mifin5 ; mifin5                        | natation sportive avancée      |                                  |                                    |                                   | 17h45 |
| 18h    |  |                                | prenaspo fin 1er année ; mifin3  | prenaspo ; prenaspo (fin1er année) |                                   | 18h   |
| 18h15  | prenaspo ; 6 ; 6   |                                |                                  |                                    |                                   | 18h15 |
| 18h30  | Mermaiding   | natation sportive avancée      | natation sportive fin 1ère année | natation sportive fin 1ère année   |                                   | 18h30 |
| 18h45  | natation sportive 2e année ; 1er année natation sportive |                                |                                  |                                    |                                   | 18h45 |
| 19h    |  |                                |                                  |                                    |                                   | 19h   |
| 19h15  |  |                                |                                  | Natation sportive avancée          |                                   | 19h15 |
| 19h30  |  |                                |                                  |                                    |                                   | 19h30 |

**LEGENDE :** P = cours privé 1 élève

SP = cours semi-privé 2 élèves

1 = niveau 1 (crabe)

2 = niveau 2 (poisson)

3 = niveau 3 (requin)

4 = niveau 4 (poisson rouge)

5 = niveau 5 (poisson tigre)

6 = niveau 6 (poisson papillon)

**prenaspo** = niveau Pré natation sportive

(cours de type "natation sportive" --> pour enfant ayant fini le niveau 6 /maitrisant les 4 nages et doit être validé par notre équipe)

**mifin** = ayant validé + de la moitié des points demandés du niveau

**natation sportive adultes** = dès 18 ans (entraînement intensif collectif 45 min.)

**cours P ou SP** = cours Privé ou Semi Privé (toujours 2 cours en parallèle)

ex:  = ayant validé + de la moitié des points du niveau 4

ex:  = cours collectif niveau 2 + cours collectif niveau 4

ex:  = cours collectif niveau 1 + cours collectif niveau 3 + cours privé ou semi privé