

## Horaires cours natation/mermaiding - Thônex - 1er semestre 24/25

	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
7h15		natation sportive adultes (45min)	natation sportive adultes (45min)			7h15
7h30						7h30
7h45						7h45
8h00		P et SP	P et SP			8h00
8h15			P et SP			8h15
8h30		1 ; 2 ; 4		P ou SP		8h30
8h45						8h45
9h00		1+ ; mi/fin2 ; 4 ; mi/fin4		P ou SP		9h00
9h15					1 ; 2 ; 4 ; 5	9h15
9h30		3 ; mi/fin3 ; 5 ; mi/fin5				9h30
9h45					1 ; mi/fin2 ; mi/fin5 ; 6	9h45
10h		mi/fin1 ; 2 ; 4 ; mi/fin4				10h
10h15					1+ ; mi/fin3 ; mi/fin4 ; mi/fin6	10h15
10h30		1 ; mi/fin3 ; 5 ; 6				10h30
10h45					pre naspo fin 1er ; 3 ; 4 ; pré naspo	10h45
11h00		mi/fin1 ; mi/fin2 ; 4 ; mi/fin5				11h00
11h15				P ou SP	2 ; mi/fin3 ; 5 ; mi/fin6	11h15
11h30		1 ; 3 ; mi/fin4 ; 6				11h30
11h45			P et SP	P ou SP	mi/fin1 ; mi/fin2 ; mi/fin5 ; pré naspo	11h45
12h00						12h
12h15				P ou SP	naspo avancée ; naspo 1ère année	12h15
12h30						12h30
12h45				P ou SP		12h45
13h		2 ; 3 ; 4				13h
13h15				P ou SP		13h15
13h30		mi/fin2 ; mi/fin3 ; 5 ; mi/fin5				13h30
13h45				P ou SP		13h45
14h		1 ; mi/fin1 ; 4 ; mi/fin4				14h
14h15						14h15
14h30		1 ; 1+ ; 5 ; 6				14h30
14h45						14h45
15h		1 ; mi/fin2 ; mi/fin6 ; pré naspo		P ou SP		15h
15h15						15h15
15h30		1+ ; 2 ; 4 ; mi/fin4	P et SP	P ou SP		15h30
15h45						15h45
16h		3 ; mi/fin3 ; mi/fin5	P et SP	P ou SP		16h
16h15						16h15
16h30	Mermaiding	1+ ; mi/fin1 ; mi/fin4	3 ; mi/fin4	1 ; 2		16h30
16h45	1 ; 2 ; mi/fin1 ; mi/fin2					16h45
17h		2 ; naspo 1ère année	1 ; 4	3 ; 4		17h
17h15	1 ; 1+ ; 3 ; mi/fin3					17h15
17h30	Mermaiding	3	2 ; mi/fin3	6 ; pré naspo		17h30
17h45	2 ; 4 ; mi/fin4 ; 4	naspo 2e année				17h45
18h00		mi/fin6	4 ; 5	5 ; pré naspo fin 1ère année		18h00
18h15	5 ; 6 ; pré naspo					18h15
18h30	Mermaiding	pré naspo ; naspo avancée	natation sportive 2e année	Natation sportive fin 1ère année		18h30
18h45	Naspo 1ère année ; naspo 2e année					18h45
19h15		naspo avancée		Natation sportive avancée		19h15

**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)  
**mifin** = niveau en question, ayant validé + de la moitié des points demandés.

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

ex:  = 2 cours Privé ou Semi-Privé en parallèle

-> pour enfant ayant fini le niveau 6 /maîtrisant les 4 nages (doit être validé par notre équipe)

-> dès 18 ans (entraînement intensif 45 min)

## **Récapitulatif (par niveaux):**

**Cours niveau 1:** mardi 16h45/17h15, mercredi 8h30/10h30/11h30/14h/14h30/15h, jeudi 17h, vendredi 16h30, samedi 9h15/9h45

**Cours niveau 1+:** mardi 17h15, mercredi 9h/14h30/15h30/16h30, samedi 10h15

**Cours niveau mifin1:** mardi 16h45, mercredi 10h/11h/14h/16h30, samedi 11h45

**Cours niveau 2:** mardi 16h45/17h45, mercredi 8h30/10h/13h/15h30/17h, jeudi 17h30, vendredi 16h30, samedi 9h15/11h15

**Cours niveau mifin2:** mardi 16h45, mercredi 9h/11h/13h30/15h, samedi 9h45/11h45

**Cours niveau 3:** mardi 17h15, mercredi 9h30/11h30/13h/16h/17h30, jeudi 16h30, vendredi 17h, samedi 10h45

**Cours niveau mifin3:** mardi 17h15, mercredi 9h30/10h30/13h30/16h, jeudi 17h30, samedi 10h15/11h15

**Cours niveau 4:** mardi 2x 17h45, mercredi 8h30/9h/10h/11h/13h/14h/15h30, jeudi 18h, vendredi 17h, samedi 9h15/10h45

**Cours niveau mifin4:** mardi 17h45, mercredi 9h/10h/11h30/14h/15h30, 16h30 jeudi 16h30, samedi 10h15

**Cours niveau 5:** mercredi 9h30/10h30/13h30/14h30, jeudi 18h, vendredi 18h, samedi 9h15/11h15

**Cours niveau mifin5:** mardi 18h15, mercredi 9h30/11h/13h30/16h, samedi 9h45/11h45

**Cours niveau 6:** mardi 18h15, mercredi 10h30/11h30/14h30, vendredi 17h30, samedi 9h45

**Cours niveau mifin 6:** mercredi 15h/18h, samedi 10h15/11h15

**Cours pré natation sportive:** mardi 18h15, mercredi 15h/18h30, vendredi 17h30, samedi 10h45/11h45

**Cours pré natation sportive fin 1er année:** vendredi 18h, samedi 10h45

**Cours natation sportive (1er année):** mardi 18h45, mercredi 17h, samedi 12h15

**Cours natation sportive fin 1er année/2e année:** mercredi 17h45, jeudi 18h30, vendredi 18h30

**Cours natation sportive (2e année) :** mardi 18h45, mercredi 17h45

**Cours natation sportive fin 2e année/ naspo avancée :** jeudi 18h30, vendredi 18h30

**Cours natation sportive avancée:** mercredi 18h30/19h15, vendredi 19h15, samedi 12h15

