

Groupes	Années	Natation 	Vélo 	Course à Pied 	Trottin'Athlon 
Trottin'athlon	2010 - 2013	Découverte de la discipline / Initiation à la natation			
		Piscine Les Ondines Mardi : 17h15 à 18h15	-	-	Gymnase Paul Duez Mercredi : 14h00 à 15h30
Avenirs	2008 - 2011	Apprentissage et perfectionnement des compétences techniques			
		Piscine Les Ondines Mardi : 17h15 à 18h15 Mercredi : 13h30 à 15h00	La Citadelle Samedi : 14h00 à 15h30	Gymnase Paul Duez Mercredi : 15h45 à 17h00	-
Espoirs	2006 - 2009	Début de la démarche d'entrainement en vue d'accéder à la performance sportive			
		Piscine Les Ondines Mardi : 17h15 à 18h30 Mercredi : 13h30 à 15h00 Piscine Liberté Lundi : 18h45 à 20h30 Jeudi : 18h45 à 20h15	La Citadelle Samedi : 14h00 à 15h30	Gymnase Paul Duez Mercredi : 15h45 à 17h00 Stade de la Liberté Vendredi 18h30 à 20h00	-
Groupes	Années	Natation 	Vélo 	Course à Pied 	Renforcement musculaire 
Performance	2007 et avant	Planification annuelle des entrainements et des compétitions pour la performance sportive			
		Piscine Les Ondines Mardi : 18h30 à 20h00 Mercredi : 13h30 à 15h00 Piscine Liberté Lundi : 18h45 à 20h30 Jeudi : 18h45 à 20h15	La Citadelle Samedi : 14h00 à 16h30 Dimanche : 9h00 à 12h00	Stade de la Liberté Mercredi : 18h30 à 20h00 Vendredi 18h30 à 20h00	La Citadelle Mercredi : 17h30 à 18h30 <i>Du 1^{er} octobre au 15 mars</i>
Bien-être	1999 et avant	Pratique loisir des activités / Détente, bien être et santé par l'activité physique régulière			
		Piscine Les Ondines Mardi : 20h00 à 21h00 Piscine Liberté Jeudi : 18h45 à 20h15	La Citadelle Samedi : 14h00 à 16h30	Stade de la Liberté Mercredi : 18h30 à 20h00 Vendredi 18h30 à 20h00	La Citadelle Mercredi : 17h30 à 18h30 <i>Du 1^{er} octobre au 15 mars</i>