









Groupes	Années	Natation 	Vélo 	Course à Pied 	Trottin'Athlon 
Trottin'athlon	2011 - 2014	Découverte de la discipline / Initiation à la natation			
		Piscine Les Ondines Mardi : 17h15 à 18h15	-	-	Gymnase Paul Duez Mercredi : 14h00 à 15h30
Avenirs	2009 - 2012	Apprentissage et perfectionnement des compétences techniques			
		Piscine Les Ondines Mardi : 17h15 à 18h30 Mercredi : 13h30 à 15h00	La Citadelle Samedi : 14h00 à 15h30	Gymnase Paul Duez Mercredi : 15h45 à 17h00	-
Espoirs	2007 - 2010	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 20h15 Jeudi : 18h45 à 20h15	La Citadelle Samedi : 14h00 à 15h30	Gymnase Paul Duez Mercredi : 15h45 à 17h00 Stade de la Liberté Vendredi 18h45 à 20h00	-
Groupes	Années	Natation 	Vélo 	Course à Pied 	Renforcement musculaire 
Performance	2008 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 20h45 Jeudi : 18h45 à 20h15 Samedi : 9h00 à 11h00	La Citadelle Samedi : 14h00 à 16h30	Stade de la Liberté Mercredi : 18h45 à 20h00 Vendredi 18h45 à 20h00	Stade de la Liberté Vendredi 18h00 à 18h45
Bien-être	2000 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 : 18h45 à 20h00 Vendredi 18h45 à 20h00	-