

ACTIVITES ALLIANCE DIJON NATATION

SAISON 2026/2027

Groupes Initiations :

- **Initiation 2020/2021** : Enfants nés en 2020 et 2021, cours de 45 minutes
- **Initiation < 2020** : Enfants nés entre 2015 et 2020, cours d'une heure
- **Initiation Fort** : enfants ne sachant pas nager mais à l'aise dans le grand bain (cours d'une heure)



Groupes Perfectionnements : sont réservés aux enfants sachant nager nés en 2015,2016,2017,2018,2019 ou 2020

ATTENTION, cours de 45 minutes

PARC	1 séance hebdomadaire pour tous les groupes SAUF Avenirs Pré-compétition 2 séances hebdomadaires	Groupes	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Initiation FORT <2020			17h15-18h15 18h15-19h15	15h15-16h15 16h15-17h15 17h15-18h15 18h15-19h15		18h00-19h00
Perfectionnement 1			17h15-18h15	15h15-16h15 16h15-17h15 17h15-18h15 18h15-19h15		17h15-18h00 19h-20h	10h00-11h00 11h00-12h00	
Perfectionnement 2			18h15-19h15	15h15-16h15 16h15-17h15 17h15-18h15 18h15-19h15		19h00-20h00	10h00-11h00 11h00-12h00	
Perfectionnement 3			18h15-19h15	15h15-16h15 16h15-17h15 17h15-18h15 18h15-19h15		19h00-20h00	10h00-11h00 11h00-12h00	
Avenirs pré-compétition (2 séances/semaine)				15h15-16h15		18h00-19h00		

GRESILLES	1 séance hebdomadaire pour tous les groupes SAUF Avenirs Pré-compétition 2 séances hebdomadaires	Groupes	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Initiation 2020/2021			17h15-18h00	13h30-14h15	17h15-18h00	
Initiation < 2020			18h00-19h00 19h00-20h00	14h30-15h30	14h30-15h30	18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 1			17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00	13h30-14h30	13h30-14h30	17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 2			17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00	13h30-14h30	13h30-14h30	17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 3			18h00-19h00 19h00-20h00	13h30-14h30	13h30-14h30	18h00-19h00 19h00-20h00		
Avenirs pré-compétition (2 séances/semaine)				18h00-19h00		18h00-19h00		

FONTAINE D'OUICHE	1 séance hebdomadaire pour tous les groupes SAUF Avenirs Pré-compétition 2 séances hebdomadaires	Groupes	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Initiation 2020/2021		17h15-18h00		13h30-14h15		17h15-18h00
Initiation < 2020		18h00-19h00 19h00-20h00		14h30-15h30		18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 1		17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		13h30-14h30	13h30-14h30	17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 2		17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		13h30-14h30	13h30-14h30	17h15-18h00 18h00-19h00 19h00-20h00		
Perfectionnement 3		18h00-19h00 19h00-20h00		13h30-14h30	13h30-14h30	18h00-19h00 19h00-20h00		
Avenirs pré-compétition(2 séances/semaine)				14h30-15h30		18h00-19h00		

BASSIN OLYMPIQUE	1 séance hebdomadaire pour tous les groupes SAUF Avenirs Pré-compétition 2 séances hebdomadaires	Groupes	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		Initiation 2020/2021			17h15-18h00	11h00-11h45 13h30-14h15	17h15-18h00	17h15-18h00
Initiation < 2020		17h15-18h15		10h00-11h00 14h30-15h30 15h30-16h30 16h30-17h30	18h00-19h00	18h00-19h00	9h00-10h00	
Perfectionnement 1		Lundi 17h15-18h15	17h15-18h15	10h00-11h00 11h00-12h00 13h30-14h30 15h30-16h30	17h15-18h15	17h15-18h15	9h00-10h00	
Perfectionnement 2			17h15-18h15	10h-11h 11h-12h 14h30-15h30 16h30-17h30	17h15-18h15	17h15-18h15	9h00-10h00	
Perfectionnement 3			17h15-18h15	10h-11h 11h-12h 14h30-15h30 16h30-17h30	17h15-18h15	17h15-18h15	9h00-10h00	
Avenirs pré-compétition (2 séances/semaine)			18h15-19h15		18h15-19h15			

Groupes compétitions : Avenirs, Pré-adolescents sportifs, Ados sportifs, Benjamins, Minimes, GCC, CAF, Elites, Etudiants, Maîtres.	Horaires indicatifs disponibles sur les plaquettes de présentations des groupes.
--	--

Pour tous les groupes compétition, accès sur sélection