Ville de BORDEAUX

Ecole Bordelaise des Activités Aquatiques : programme pendant le temps scolaire

Les cours ont lieu pendant le temps scolaire sous réserves de disponibilité et d'inscription préalable.

Leçons enfants — *Têtard: niveau débutant / Grenouille: niveau intermédiaire / Dauphin: niveau perf. / Initiation sauvetage: niveau perf. Requis*

Leçons adultes — *Aquaphobie / Adultes débutants / Adultes perfectionnement / Adultes confirmés / Sport océan*

Pause parentale — *Faites garder votre enfant 30mn pour pouvoir nager en fonction de la disponibilité de l'animateur*

Activités "formes" — *Aquagym / aquajogging / Aquabiking / Aquagym prénatale*

		9h	15	30	45	10h	15	30	45	11h	15	30	45	12h	15	30	45	13h	15	30	45	14h	15	30	45	15h	15	30	45	16h	15	30	45	17h	15	30	45	18h	15	30	45	19h	15	30	45	20h	15	30	45	21h
Lundi	JJB														Aquagym senior			Aquajogging																																
	Galin									Aquagym pré-nat.					Ad. Déb			Aquabike													Aquagym senior				Têtard				Aquabike												
																		Ad. Perf																	Grenouille				Dauphin												
	Tissot															Aquagym																		Têtard			Grenouille				Ad. Conf			Aquagym				Aquabike			
															Ad. Conf				Ad. Déb															Grenouille				Dauphin												
Mardi	JJB														Ad. Déb			Ad. Perf																	Têtard			Dauphin												
																																			Grenouille																
	Galin														Aquagym			Aquabike													Aquaphobie				Têtard				Dauphin												
															Ad. Conf			Ad. Perf																	Grenouille																
	Tissot															Aquagym (training)																																			
Mercredi	JJB						Têtard			Dauphin					Ad. Conf			Ad. Perf								Têtard				Dauphin			Têtard				Dauphin													
							Grenouille																			Grenouille							Grenouille																	
	Galin		Têtard			Ev. Aqua				Têtard						Aquagym										Ev. Aqua				Têtard				Dauphin				Grenouille				Aquabike				Ad. Déb			
			Dauphin			Ev. Aqua				Grenouille						Ad. Conf										Ev. Aqua				Grenouille								Ad. Déb				Ad. Perf							
																															Pause par.																				
																															Grenouille																				
	Tissot		Ev. Aqua			Têtard			Dauphin							Aquabike										Têtard				Têtard		Dauphin		Init. Sauv.																
			Ev. Aqua			Grenouille			Pause par.								Ad. Perf									Grenouille				Grenouille				Ev. Aqua																
			Têtard			Dauphin																												Ev. Aqua																
				Grenouille																																															
Jeudi	JJB														Aquaphobie			Sport océan																	Têtard			Dauphin												
																																			Grenouille																
	Tissot															Aquagym			Ad. Déb											Aquagym senior				Têtard				Têtard												
															Ad. Perf																			Grenouille				Grenouille												
																																			Dauphin						Ad. Perf										
Vendredi	JJB														Aquajogging																				Têtard			Dauphin												
																																			Grenouille																
	Galin														Aquajogging			Aquagym													Aquagym senior				Têtard				Dauphin												
															Ad. Déb			Ad. Perf																	Grenouille																
	Tissot									Aquagym senior								Aquabike													Aquaphobie			Têtard			Dauphin		Ev. Aqua												
																		Ad. Perf																Grenouille				Ev. Aqua												
Samedi	Galin		Ev. Aqua			Grenouille				Têtard			Grenouille		Dauphin											Têtard				Grenouille			Dauphin																	
			Ev. Aqua			AAF				Têtard																																									
	Tissot		Ev. Aqua			Grenouille			Têtard			Têtard		Dauphin												Têtard				Grenouille			Dauphin																	
			Ev. Aqua			AAF				Grenouille																																									