

GROUPE

JEUNES LOISIRS



PUBLIC ET OBJECTIFS

Nageuses : être nées entre 2011 et 2013

Nageurs : être nés entre 2010 et 2012

Les objectifs du groupe JEUNES LOISIRS sont :

- Parfaire les quatre nages
- Être capable d'effectuer des sprints
- Améliorer son endurance

METHODE ET ENSEIGNEMENT

Pédagogie du mouvement

Perfectionner les 4 nages codifiées

Savoir palmer - Savoir plonger - Perfectionner les virages

FINALITE ET SUIVI

Être capable de suivre régulièrement les entraînements

CRENEAUX POUR LA SAISON 2023-2024

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
7h								7h
8h								8h
9h								9h
10h								10h
11h								11h
12h								12h
13h						12h00 - 13h00		13h
14h								14h
15h								15h
16h			16h00 - 17h00			16h00 - 17h00		16h
17h			17h00 - 18h00			17h00 - 18h00		17h
18h	17h30 - 18h30			17h30 - 18h30				18h
19h								19h
20h								20h
21h								21h
22h								22h

Avenir Muretain Natation Association

Club labellisé FFN « Développement »

Centre nautique Aqualudia - 80 avenue Bernard IV - 31600 MURET

☎ 06 78 87 17 99 - ✉ contact@avenirmuretnatation.fr - 🌐 <http://www.avenirmuretnatation.fr>

