



NATATION

PLANNING DES ACTIVITÉS
SAISON 2021-2022

<https://cao.comiti-sport.fr/>

Ecole de natation

JARDIN AQUATIQUE / ENF / INITIATION

(2018-2014)

Bassin d'apprentissage

Saison 2021-2022



www.cao-natation.com

contact@cao-natation.com

lundi			Mardi			Vendredi		
<p>17h30-18h15 ENF NAT ENF A 2015-2017</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Perfectionnement NAT INI 2A 2014-2016</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1B 2014-2016</p>	<p>17h30-18h15 ENF NAT ENF B 2015-2017</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Perfectionnement NAT INI 2B 2014-2016</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1B 2014-2016</p>	<p>17h30-18h15 ENF NAT ENF C 2015-2017</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Perfectionnement NAT INI 2A 2014-2016</p>	<p>17h30-18h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1B 2014-2016</p>
<p>18h15-19h Jardin Aqua Débutant NAT JAD A 2017-2018</p>	<p>18h30-19h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1A 2014-2016</p>		<p>18h15-19h Jardin Aqua Débutant NAT JAD B 2017-2018</p>	<p>18h30-19h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1A 2014-2016</p>		<p>18h15-19h Jardin Aqua Débutant NAT JAD C 2017-2018</p>	<p>18h30-19h30 Initiation Perfectionnement NAT INI 2B 2014-2016</p>	
<p>19h-19h45 Jardin Aqua Intermédiaire NAT JAI A 2016-2018</p>			<p>19h-19h45 Jardin Aqua Intermédiaire NAT JAI B 2016-2018</p>			<p>19h-19h45 Jardin Aqua Intermédiaire NAT JAI C 2016-2018</p>	<p>19h30-20h30 Initiation Pré compétition NAT INI 1A 2014-2016</p>	



NATATION

www.cao-natation.com

contact@cao-natation.com

NATATION COURSE COMPETITION

AVENIR

MESSIEURS: 2011-2013 / DAMES: 2012-2014

lundi	Mardi	Mercredi	Vendredi
<p>18h30-20h30 Avenir 1 NAT AV 1 (25 m)</p> <p>17h30-19h Avenir 3 NAT AV 3 (25 m)</p> <p>19h-20h30 Avenir 2 NAT AV 2 (25 m)</p>	<p>18h30-20h30 Avenir 1 NAT AV 1 (25 m)</p> <p>17h30-19h Avenir 3 NAT AV 3 (25 m)</p> <p>19h-20h30 Avenir 2 NAT AV 2 (25 m)</p>	<p>16h00-18h00 Avenir 1 NAT AV 1 (50 m)</p>	<p>18h30-20h30 Avenir 1 NAT AV 1 (25 m)</p> <p>17h30-19h Avenir 3 NAT AV 3 (25 m)</p> <p>19h-20h30 Avenir 2 NAT AV 2 (25 m)</p>

NATATION COURSE COMPETITION

JEUNES / JUNIORS / SENIORS / MASTERS

Saison 2021-2022



NATATION

www.cao-natation.com

contact@cao-natation.com

Jeunes : H 2011-2013 / F 2012-2014

Juniors/seniors : H 2007-2000 / F 2008-2000

Masters : 2005 et avant

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	<p>6h30-8h30 Ju. Se. Comp1 NAT JS 1 (25m)</p>		<p>6h30-8h30 Ju. Se. Comp1 NAT JS 1 (25m)</p>	<p>6h30-8h30 Ju. Se. Comp1 NAT JS 1 (25m)</p>	<p>9h45-11h00 Master NAT MAS (50m ext.)</p> <p>13h00-15h00 Ju. Se. Comp1 NAT JS 1 50m</p>
<p>17h30-19h Jeune Comp2 NAT JEU 2 (50m ext.)</p> <p>19h-20h30 Jun. Sen. Comp2 NAT JS 2 (50m ext.)</p>	<p>17h30-19h Jeune Comp2 NAT JEU 2 (50m ext.)</p> <p>19h-20h30 Jun. Sen. Comp2 NAT JS 2 (50m ext.)</p>	<p>18h00-20h30 Jeune Comp1 NAT JEU 1 (50m ext.)</p>	<p>18h00-20h30 Jun. Sen. Comp1 NAT JS 1 (50m ext.)</p>	<p>17h30-19h Jeune Comp2 NAT JEU 2 (50m ext.)</p> <p>19h-20h30 Jun. Sen. Comp2 NAT JS 2 (50m ext.)</p>	
<p>18h30-20h30 Jeune Comp1 NAT JEU 1 (50m ext.)</p>	<p>18h30-20h30 Jun. Sen. Comp1 NAT JS 1 (50m ext.)</p>	<p>18h30-20h30 Jeune Comp1 NAT JEU 1 (50m)</p>	<p>18h30-20h30 Jeune Comp1 NAT JEU 1 (25m)</p>	<p>18h30-20h30 Jun. Sen. Comp1 NAT JS 1 (50m)</p>	<p>18h30-20h30 Jun. Sen. Comp1 NAT JS 1 (50m)</p>
<p>20h30-22h00 Master NAT MAS (25m int.)</p>	<p>20h30-22h00 Master NAT MAS (25m int.)</p>			<p>20h30-22h00 Master NAT MAS (25m int.)</p>	

NATATION « COURSE » LOISIR AVENIR / JEUNES / Prépa bac

Saison 2021-2022



NATATION

www.cao-natation.com

contact@cao-natation.com

AVENIRS : 2011-2014 / JEUNES : 2010-2005 / Prépa Bac : 2004-2003

 **Nouveauté 2021**

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
				9h30-10h15 Avenir Loisir NAT LOAV A (25m)
				10h15-11h Avenir Loisir NAT LOAV B (25m)
		15h00-16h00 Jeunes Loisir 2 NAT LOJE 2 (50m ext.)		
17h30-18h30 Jeunes Loisir 1 NAT LOJE 1 (50m ext.)			17h30-18h30 Jeunes Loisir 1 NAT LOJE 1 (50m ext.)	
	19h30-20h30 Préparation épreuves BAC NAT LOBAC (25m)			

NATATION ARTISTIQUE

Compétition / Loisir

Saison 2021-2022



NATATION

www.cao-natation.com

contact@cao-natation.com

Poussine 2015-2011 / Avenir : 2012-2010

Jeunes : 2010-2007

Juniors/seniors : 2007-2004

Loisir : 2004-2011



lundi	Mardi	Mercredi	Vendredi	Samedi
				9h30-11h Avenir NAT AR AV (salle CAO)
				11h-12h30 Avenir NAT AR AV (50m ext.)
		15h00-16h30 Avenir NAT AR AV (25m)		
		16h30-18h00 Jeunes NAT ART JEU (50m ext.)		
		16h30-18h00 Junior Sénior NAT AR JS (50m ext.)		
	17h30-19h Poussine NAT AR PO (natation avec NAT INI 1B) 25m		17h30-19h30 Avenir NAT AR AV (50m ext.)	16h00-18h00 Jeunes NAT ART JEU (Gymnase)
18h30-20h30 jeunes NAT ART JEU (50m ext.)				16h00-18h00 Junior Sénior NAT AR JS (Gymnase)
18h30-20h30 Junior Sénior NAT ART JS (50m ext.)				
				18h30-20h30 Poussine NAT AR PO 25m
			19h30-21h30 Junior Sénior NAT AR JS (50m ext.)	18h30-20h30 Jeunes NAT ART JEU (25m int.)
			19h30-21h30 Jeunes NAT ART JEU (50m ext.)	18h30-20h30 Junior Sénior NAT AR JS (25m int.)
				18h30-20h30 Loisir NAT AR LO (25m int.)
			19h30-21h Loisir NAT AR LO (50m ext.)	



AQUAGYM ADULTES

Tonic / Training / Senior / Jogging (2005 et avant)

 **Nouveauté 2021**


lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				<p>8h00-8h45 AQUAGYM SENIOR NAT AQ SE D Romain (bassin apprentissage)</p>
				<p>9h00-9h45 AQUA JOGGING NAT AQ JOG A Romain (25m intérieur)</p>
				<p>9h45-10h30 AQUA JOGGING NAT AQ JOG B Romain (25m intérieur)</p>
		<p>11h-11h45 AQUAGYM SENIOR NAT AQ SE B Anthony (bassin apprentissage)</p>	<p>11h-11h45 AQUAGYM SENIOR NAT AQ SE C Anthony (bassin apprentissage)</p>	
<p>20h-20h45 AQUAGYM TONIC NAT AQ TO A Olivier (bassin apprentissage)</p>	<p>20h00-20h45 AQUA TRAINING NAT AQ TR A Olivier (bassin apprentissage)</p>		<p>20h00-20h45 AQUA TRAINING NAT AQ TR B Olivier (bassin apprentissage)</p>	
<p>20h45-21h30 AQUAGYM TONIC NAT AQ TO B Olivier (bassin apprentissage)</p>	<p>20h45-21h30 AQUAGYM TONIC NAT AQ TO C Olivier (bassin apprentissage)</p>	<p>20h45-21h30 AQUAGYM TONIC NAT AQ TO D Olivier (bassin apprentissage)</p> 	<p>20h45-21h30 AQUA TRAINING NAT AQ TR C Olivier (bassin apprentissage)</p> 	

ADULTES Natation

Débutants / Loisirs

 **Nouveauté 2021**

Adulte : 2002 et avant
 Senior : 1955 et avant

lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	dimanche
	6h45-8h15 Loisir NAT AD B (25m int.)	7h45-9h00 Loisir NAT AD A, E et G Anthéa (25m int.)	6h45-8h15 Loisir NAT AD D François (25m int.)	6h45-8h15 Loisir NAT AD B (50m ext.)	7h00-8h30 Loisir NAT AD D Olivier (50m ext.)	
		9h00-10h Loisir NAT AD C Anthéa (50m ext.)			8h30-9h45 Loisir NAT AD F Julie /François (50 m ext.)	8h30-9h30 Débutant NAT AD Deb Olivier (25m int.)
				11h-11h45 Loisir SENIOR NAT AD SE Anthony (25 m int)	9h45-11h00 Loisir NAT AD E Anthéa /François (50m ext.)	10h00-11h30 Loisir NAT AD C Julie (50m ext.)
20h30-22h00 Loisir NAT AD A Anthéa (25m int.)			20h30-22h00 Loisir F Anthony (25m int.)	20h30-22h00 SPORT SANTE NAT SANTE (25m int.) 		

WATER POLO ADULTES



lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					11h00-12h30 NAT WP (50m ext.)
	20h30-22h00 NAT WP (25m int.)				