

2022

Juillet



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
27	28	29	30	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18 <i>ouvert de 9h à 20h</i>	19 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	20 <i>ouvert de 9h à 20h</i>	21 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	22 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	23 <i>ouvert de 10h à 12h</i>	24 <i>ouvert de 9h à 11h</i>
8h - 17h30 : Stage Découverte Aviron 8/11 ans (sur réservation)					10h - 11h : AVIFIT	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement					10h - 12h : LOISIRS	
18h - 20h : LOISIRS	12h - 13h : AVIFIT	18h - 20h : LOISIRS	18h - 20h30 : AVIFIT	12h15-13h30 : INDOOR		
18h - 20h30 : AVIFIT						
25	26	27 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	28 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	29 <i>ouvert de 9h à 17h</i>	30 <i>ouvert de 9h à 11h</i>	31 <i>ouvert de 9h à 11h</i>
CLUB FERME		13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement			9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
			18h - 20h30 : AVIFIT			
01	02	<b>Notes:</b> Les <u>rameurs J13 à J18</u> doivent <u>impérativement</u> participer aux créneaux identifiés. Pour les <u>J16 à J18</u> , il est possible de s'entraîner après validation et présence d'un entraîneur. Les <u>rameurs de +18 ans et</u> figurant dans la <u>liste des "autonomes"</u> peuvent s'entraîner sur les heures d'ouverture du club et doivent prendre connaissance des espaces d'entraînement possibles (accès aux bateaux, ergos et salle de musculation).				

2022

août



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
01 ouvert de 9h à 20h	02 ouvert de 9h à 17h	03 ouvert de 9h à 20h	04 ouvert de 9h à 17h	05 ouvert de 9h à 17h	06 ouvert de 10h à 12h	07 ouvert de 9h à 11h
13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement					10h - 12h : LOISIRS	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
18h - 20h : LOISIRS	12h - 13h : AVIFIT	18h - 20h : LOISIRS	18h - 20h30 : AVIFIT			
08 ouvert de 9h à 20h	09 ouvert de 9h à 17h	10 ouvert de 9h à 20h	11 ouvert de 9h à 17h	12 ouvert de 9h à 17h	13 ouvert de 10h à 11h	14 ouvert de 9h à 11h
8h - 17h30 : Stage Découverte Aviron 8/11 ans (sur réservation)					10h - 11h : AVIFIT	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement						
12h15-13h30 : INDOOR		12h15-13h30 : INDOOR	18h - 20h30 : AVIFIT	12h15-13h30 : INDOOR		
18h - 20h30 : AVIFIT		18h - 20h : LOISIRS				
18h - 20h : LOISIRS						
15 ouvert de 9h à 11h	16 ouvert de 9h à 17h	17 ouvert de 9h à 20h	18 ouvert de 9h à 17h	19 ouvert de 9h à 17h	20 ouvert de 10h à 11h	21 ouvert de 9h à 11h
9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)	13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement				10h - 11h : AVIFIT	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
	12h - 13h : AVIFIT	18h - 20h : LOISIRS	18h - 20h30 : AVIFIT	12h15-13h30 : INDOOR		
22 ouvert de 9h à 20h	23 ouvert de 9h à 17h	24 ouvert de 9h à 17h	25 ouvert de 9h à 17h	26 ouvert de 9h à 17h	27 ouvert de 10h à 11h	28 ouvert de 9h à 11h
8h - 17h30 : Stage Découverte Aviron 8/11 ans (sur réservation)					10h - 11h : AVIFIT	9h - 11h30 : rameurs AUTONOMES (liste)
13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement						
12h15-13h30 : INDOOR	12h - 13h : AVIFIT		18h - 20h30 : AVIFIT	12h15-13h30 : INDOOR		9h : Challenge 100 km ergo à Sportica
18h - 20h30 : AVIFIT						
29 ouvert de 9h à 20h	30 ouvert de 9h à 17h	31 ouvert de 9h à 20h	01	02	03	04
13h30 - 16h30 : J13 à J18 Entraînement						
12h15-13h30 : INDOOR	12h - 13h : AVIFIT	18h - 20h : LOISIRS				
18h - 20h30 : AVIFIT						
18h - 20h : LOISIRS						

05

06

Notes :

Les rameurs J13 à J18 doivent impérativement participer aux créneaux identifiés. Pour les J16 à J18, il est possible de s'entraîner après validation et présence d'un entraîneur. Les rameurs de +18 ans et figurant dans la liste des "autonomes" peuvent s'entraîner sur les heures d'ouverture du club et doivent prendre connaissance des espaces d'entraînement possibles (accès aux bateaux, ergos et salle de musculation).