

**Projet pour les vacances de Pâques Stade de Tasdon La Rochelle**

**Semaine 1 Du lundi 12 Avril au Vendredi 16 Avril**

<b>CRENEAUX</b>	<b>LUNDI 12 AVRIL</b>	<b>MARDI 13 AVRIL</b>	<b>MERCREDI 14 AVRIL</b>	<b>JEUDI 15 AVRIL</b>	<b>VENDREDI 16 AVRIL</b>
<b>10H00/10H50</b>	<b>CANETON Groupes 1,2,3 Effectif max : 50</b>	<b>Prépa Bac et ados 1 Effectif max : 30</b>	<b>U13 de 2008 et U15 Effectif max : 30</b>	<b>Canards Jaune Groupes : 3 et 4 Effectif max : :30</b>	<b>Canards bleu 1 et 2 Effectif max : 50</b>
<b>11H00/11H50</b>	<b>CANETON Groupes 4, 5, 6 Effectif max : 40</b>	<b>Ados 2 et 3 Effectif max : 35</b>	<b>U9/U11 et U13 de 2009 waterpolo Effectif max 35</b>	<b>Canards bleu Groupes : 3, 4 et 5 Effectif max : 35</b>	<b>U13 de 2008 et U15 Effectif max : 30</b>
<b>15H00/15H50</b>	<b>CANETON Groupes : 7, 8, 9 Effectif max : 40</b>				
<b>16H00/16H50</b>	<b>Canards Jaune Groupes : 1, 2 et 8 Effectif max : 40</b>				
<b>16H40/17H30</b>		<b>Groupe jeunes et Avenir : Effectif max : 45</b>		<b>Canards Jaune Groupes : 5, 6 et 7 Effectif max 45</b>	<b>Performance et Elite Effectif max : 45</b>
<b>17H40/18H30</b>		<b>Adultes/Maitres Effectif max : 45</b>		<b>U17/N3/N2/Loisir Effectif max : 35</b>	<b>Adultes/Maitres Effectif max : 45</b>

Projet pour les vacances de Pâques

Semaine 2 Du lundi 19 Avril au Vendredi 23 Avril

CRENEAUX	LUNDI 19 AVRIL	MARDI 20 AVRIL	MERCREDI 21 AVRIL	JEUDI 22 AVRIL	VENDREDI 23 AVRIL
10H00/10H50	CANETON Groupes 1,2,3 Effectif max : 50	Prépa Bac et ados 1 Effectif max : 30	U13 de 2008 et U15 Effectif max : 30	Canards Jaune Groupes : 3 et 4 Effectif max : :30	Canards bleu 1 et 2 Effectif max : 50
11H00/11H50	CANETON Groupes 4, 5, 6 Effectif max : 40	Ados 2 et 3 Effectif max : 35	U9/U11 et U13 de 2009 waterpolo Effectif max 35	Canards bleus Groupes : 3, 4 et 5 Effectif max : 35	Groupe jeunes et Avenir : Effectif max : 45
15H00/15H50	CANETON Groupes : 7, 8, 9 Effectif max : 40				
16H00/16H50	Canards Jaune Groupes : 1, 2 et 8 Effectif max : 40				
16H40/17H30		Groupe jeunes et Avenir : Effectif max : 45		Canards Jaune Groupes : 5, 6 et 7 Effectif max 45	Performance et Elite Effectif max : 45
17H40/18H30		Adultes/Maitres Effectif max : 45		U17/N3/N2/Loisir Effectif max : 35	Adultes/Maitres Effectif max : 45

**Détail des Groupes par rapport aux  
horaires d'entraînements habituels**

Caneton 1	Mercredi	10h – 10h45		Canards Bleu 1	Mardi Vendredi	17h – 17h45 17h – 17h45		Ados 1	Lundi	20h – 21h
Caneton 2	Mercredi	10h45 - 11h30		Canards Bleu 2	Mardi Vendredi	17h45 – 18h30 17h45 – 18h30		Ados 2	Mercredi Samedi	18h30 – 19h15 14h45 – 15h30
Caneton 3	Mercredi	11h30 – 12h15		Canards Bleu 3 +	Mardi	17h – 18h30		Ados 3	Samedi	14h- 14h45
				Canards Bleu 4+	Mercredi	18h30 – 20h		Prepa Bac	Mercredi Samedi	19h15- 20h 14h – 15h30
Caneton 4	Mercredi	12h15 – 13h00		Canards Bleu 5	Lundi Mercredi	17h45 – 18h30 14h – 15h		Performance	Lundi Mercredi Jeudi Vendredi	17h-18h25 ou 18h30 – 20h 18h30 – 20h 17h – 18h30 17h-18h25 ou 18h30 – 20h
Caneton 5	Lundi	17h – 17h45		Waterpolo U9/U11	Mercredi Samedi	8h30 – 10h 8h – 10h30			Elite	Lun/mer/vend Mardi/ jeudi
Caneton 6	Lundi	17h45 – 18h30		Water polo U13	Mercredi Vendredi Samedi	13h – 15h 17h – 18h30 8h – 10h30		Jeunes		Lundi Mardi Jeudi Vendredi
				Water polo U15	Mercredi Vendredi Samedi	13h – 15h 17h – 18h30 8h – 10h30			Avenirs	Mardi Jeudi
Caneton 7	Jeudi	17h – 17h45		Waterpolo U17 / N2	Lundi Mardi/Jeudi Vendredi	19h15 – 21h 20h – 22h 20h – 21h				
Caneton 8	Jeudi	17h45 – 18h30		Water polo Loisir	Lundi Vendredi	20h45 – 22h 20h – 21h				
Caneton 9	Vendredi	17h – 17h45								

Canards Jaunes 1	Lundi Vendredi	17h – 17h45 17h – 17h45		Adultes 1	Mardi	20h – 21h
Canards Jaunes 2	Lundi Mercredi	17h45 – 18h30 11h00 – 11h45		Adultes 2	Jeudi	21h – 22h
Canards Jaunes 3+	Mardi Jeudi	17h – 18h 17h – 18h		Adultes 3	Mardi Jeudi	21h – 22h 21h – 22h
Canards Jaunes 4 +	Mercredi	8h30 – 10h				
Canards Jaunes 5	Mercredi Vendredi	9h15 – 10h 17h45 – 18h30		Maitres	Lundi Mardi Jeudi	21h - 22h 21h - 22h 20h – 21h
Canards Jaunes 6	Mercredi Vendredi	10h15 – 11h 17h45 – 18h30				
Canards Jaunes 7	Lundi Vendredi	17h45 – 18h30 17h45 – 18h30				
Canards Jaunes 8	Mercredi /Vendredi	13h – 14h /17h45 -18h30				