

SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DÉCEMBRE			JANVIER		
SAM	1		LUN	1	BNSSA 20h45-21h45	JEU	1		SAM	1	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	MAR	1	
D	2		MAR	2		VEN	2		D	2		MER	2	
LUN	3	BNSSA 20h45-21h45	MER	3	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	3	journée côtier (toutes catégories) secourisme	LUN	3	BNSSA 20h45-21h45	JEU	3	
MAR	4		JEU	4	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	4		MAR	4		VEN	4	
MER	5	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	5		LUN	5	BNSSA 20h45-21h45	MER	5	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	5	journée côtier (toutes catégories) secourisme
JEU	6	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	6	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	MAR	6		JEU	6	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	6	
VEN	7		D	7		MER	7	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	7		LUN	7	BNSSA 20h45-21h45
SAM	8	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45	LUN	8	BNSSA 20h45-21h45	JEU	8	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	8	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	MAR	8	
D	9		MAR	9		VEN	9		D	9		MER	9	sportif minime et cadet 19h45-20h45
LUN	10	BNSSA 20h45-21h45	MER	10	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	10	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	LUN	10	BNSSA 20h45-21h45	JEU	10	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45
MAR	11		JEU	11	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	11		MAR	11		VEN	11	
MER	12	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	12		LUN	12	BNSSA 20h45-21h45	MER	12	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	12	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30
JEU	13	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	13	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	MAR	13		JEU	13	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	13	
VEN	14		D	14		MER	14	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	14		LUN	14	BNSSA 20h45-21h45
SAM	15	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	LUN	15	BNSSA 20h45-21h45	JEU	15	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	15	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	MAR	15	
D	16		MAR	16		VEN	16		D	16		MER	16	sportif minime et cadet 19h45-20h45
LUN	17	BNSSA 20h45-21h45	MER	17	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	17	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45	LUN	17	BNSSA 20h45-21h45	JEU	17	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45
MAR	18		JEU	18	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	18		MAR	18		VEN	18	
MER	19	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	19		LUN	19	BNSSA 20h45-21h45	MER	19	sportif minime et cadet 19h45-20h45	SAM	19	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45
JEU	20	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	20	journée côtier (toutes catégories) secourisme	MAR	20		JEU	20	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	D	20	
VEN	21		D	21		MER	21	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	21		LUN	21	BNSSA 20h45-21h45
SAM	22	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45	LUN	22		JEU	22	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	22	journée côtier (toutes catégories) secourisme	MAR	22	
D	23		MAR	23		VEN	23		D	23		MER	23	sportif minime et cadet 19h45-20h45
LUN	24	BNSSA 20h45-21h45	MER	24		SAM	24	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	LUN	24		JEU	24	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45
MAR	25		JEU	25		D	25		MAR	25		VEN	25	
MER	26	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	26		LUN	26	BNSSA 20h45-21h45	MER	26		SAM	26	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30
JEU	27	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	27	journée côtier (toutes catégories) secourisme	MAR	27		JEU	27		D	27	
VEN	28		D	28		MER	28	sportif minime et cadet 19h45-20h45	VEN	28		LUN	28	BNSSA 20h45-21h45
SAM	29	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	LUN	29		JEU	29	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	SAM	29	journée côtier (toutes catégories) secourisme	MAR	29	
D	30		MAR	30		VEN	30		D	30		MER	30	sportif minime et cadet 19h45-20h45
			MER	31					LUN	31		JEU	31	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45

FEVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN							
VEN	1		5	VEN	1		9	LUN	1	BNSSA 20h45-21h45	14	MER	1	sportif minime et cadet 19h45-20h45	18	SAM	1	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	22
SAM	2	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		SAM	2	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		MAR	2			JEU	2	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	2		
D	3			D	3			MER	3	sportif minime et cadet 19h45-20h45		VEN	3			LUN	3	BNSSA 20h45-21h45	
LUN	4	BNSSA 20h45-21h45		LUN	4	BNSSA 20h45-21h45		JEU	4	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		SAM	4	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45		MAR	4		
MAR	5			MAR	5			VEN	5			D	5			MER	5	sportif minime et cadet 19h45-20h45	
MER	6	sportif minime et cadet 19h45-20h45		MER	6	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	6	journée côtier (toutes catégories) secourisme		LUN	6	BNSSA 20h45-21h45		JEU	6	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	
JEU	7	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		JEU	7	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	7			MAR	7			VEN	7		
VEN	8			VEN	8			LUN	8			MER	8	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	8	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45	
SAM	9	journée côtier (toutes catégories) secourisme		SAM	9	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45		MAR	9			JEU	9	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	9		
D	10			D	10			MER	10			VEN	10			LUN	10	BNSSA 20h45-21h45	
LUN	11			LUN	11	BNSSA 20h45-21h45		JEU	11			SAM	11	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		MAR	11		
MAR	12			MAR	12			VEN	12			D	12			MER	12	sportif minime et cadet 19h45-20h45	
MER	13			MER	13	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	13	journée côtier (toutes catégories) secourisme		LUN	13	BNSSA 20h45-21h45		JEU	13	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	
JEU	14			JEU	14	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	14			MAR	14			VEN	14		
VEN	15			VEN	15			LUN	15			MER	15	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	15	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	
SAM	16	journée côtier (toutes catégories) secourisme		SAM	16	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		MAR	16			JEU	16	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	16		
D	17			D	17			MER	17			VEN	17			LUN	17	BNSSA 20h45-21h45	
LUN	18			LUN	18	BNSSA 20h45-21h45		JEU	18			SAM	18	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45		MAR	18		
MAR	19			MAR	19			VEN	19			D	19			MER	19	sportif minime et cadet 19h45-20h45	
MER	20			MER	20	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	20	journée côtier (toutes catégories) secourisme		LUN	20	BNSSA 20h45-21h45		JEU	20	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	
JEU	21			JEU	21	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	21			MAR	21			VEN	21		
VEN	22			VEN	22			LUN	22			MER	22	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	22	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45	
SAM	23	journée côtier (toutes catégories) secourisme		SAM	23	Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45		MAR	23			JEU	23	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	23		
D	24			D	24			MER	24	sportif minime et cadet 19h45-20h45		VEN	24			LUN	24	BNSSA 20h45-21h45	
LUN	25	BNSSA 20h45-21h45		LUN	25	BNSSA 20h45-21h45		JEU	25	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		SAM	25	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		MAR	25		
MAR	26			MAR	26			VEN	26			D	26			MER	26	sportif minime et cadet 19h45-20h45	
MER	27	sportif minime et cadet 19h45-20h45		MER	27	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	27	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		LUN	27	BNSSA 20h45-21h45		JEU	27	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45	
JEU	28	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		JEU	28	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	28			MAR	28			VEN	28		
				VEN	29			LUN	29	BNSSA 20h45-21h45		MER	29	sportif minime et cadet 19h45-20h45		SAM	29	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30	
				SAM	30	entraînement piscine petits ALRE'O 13h30 - 14h30		MAR	30			JEU	30	sportif junior, sénior et master 19h45-21h45		D	30		
				D	31							VEN	31						

SAM 23 Entraînement côtier junior sénior 09h30-11h45 la date 23 en rouge indique qu'il y a entraînement pour les petits de 13h30 à 14h30 à ALRE'O