

Planning hebdomadaire  
Section CK Pont d'Ouilly Loisirs

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi		Jeudi	Vendredi		Samedi					Dimanche		
9h-10h															
10h-11h															
11h-12h															
12h-13h															
13h-14h															
14h-15h				14h-16h Groupe Initiation Manu	14h-16h Groupe Perfectionnement Ben					14h-16h Groupe Initiation Manu	14h-16h Groupe Perfectionnement Ben	14h30-15h45 U15 Renforcement musculaire Willem		14h-16h30 U18 Suisse Normande KP François	14h-16h30 U18/Adultes Loisirs Arnaud
15h-16h					15h-18h U15 Renforcement musculaire/ Bateau Ben								15h-17h U18/ Séniors Slalom Bateau Jean		
16h-17h	16h-18h Section Sportive U18 Sport co/Muscu Corinne			16h30-18h U18 KP Bateau François	16h30-18h U18 & Séniors Slalom Bateau Jean	16h-18h Section Sportive Condé U18 KP Ben			16h45-18h U18 & Séniors Slalom Jean			16h-18h U15 Bateau Ben			
17h-18h		17h45-18h45 U18/Séniors Slalom Bateau Jean													
18h-19h	18h30-20h U18/ Séniors Bateau Willem		18h-19h30 U15 nov> avril Renf musculaire Willem			18h-20h U15 mai>octobre CAP/ Bateau Ben	18h30-20h30 U18/Adultes Loisirs Avril>Oct Willem								
19h-20h								20h- 21h45 Piscine Esquimautage Nov > Avril Ben & Manu							
20h-21h										20h-21h45 U18/Séniors Nov>Avril François					
21h-22h															

Sortie libre