



**Planning de l'école de sauvetage  
Hiver 2020-2021  
Du 8 Décembre 2020 au 24 Janvier 2021**



	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
LUNDI									Section sportive Collège Jean Rostand 6ème & 5ème						
MARDI									Section sportive Collège Jean Rostand 4ème & 6ème	Section sportive Collège Jean Rostand 4ème & 6ème	SHN Piscine				
MERCREDI			Océan	Océan			Océan	Océan	Océan	Océan					
JEUDI									Section sportive Collège Jean Rostand 6ème & 6ème	Section sportive Collège Jean Rostand 6ème & 6ème	SHN Piscine				
VENDREDI									Section sportive Collège Jean Rostand 4ème & 6ème	Section sportive Collège Jean Rostand 4ème & 6ème	SHN Piscine				
SAMEDI	SHN Piscine			Océan	Océan		Océan	Océan	Océan	Océan					
DIMANCHE				Océan	Océan		Océan	Océan	Océan	Océan					

**Légende:**

Découverte 1	Découverte 2A	Découverte 2B	Découverte 3A	Découverte 3B	Découverte 4A	Découverte 4B	Perfectionnement 1	Perfectionnement 2	Perfectionnement 3	Confirmé 1	Confirmé 2	Expert 1	Section Sportive Collège IR 4ème-5ème	Section Sportive Collège IR 4ème-5ème
Sven	Sven	Thais	Sven	Sven	Thomas	Thomas	Thomas	Thomas	Thomas	John	John	John	John	John

Entraînements de jour\*: Océan au Port Vieux  
 Entraînements nocturnes\*: Course à pied depuis le Port Vieux ou renforcement musculaire dans notre salle de sport, quartier Iraty  
 Entraînements en piscine: Piscine municipale de Biarritz - Boulevard du Général de Gaulle

\* information transmise par les éducateurs une semaine à l'avance lors de l'entraînement ainsi que par le biais du site internet et par les parents référents par sms.