Ecole Bordelaise des Activités Aquatiques : programme pendant le temps scolaire

Les cours ont lieu pendant le temps scolaire sous réserves de disponibilité et d'inscription préalable.

3ème trimestre - saison 2024-2025

Piscine ouverte au public
Piscine fermée au public

Leçons enfants (de 3 à 6 ans - 30 mn)

Eveil aqua.	*Eveil aquatique*
AAF	*Activité aquatique des familles*

Leçons enfants (à partir de 6 ans - 30 mn)

Têtards	*Niveau débutant*
Grenouilles	*Niveau intermédiaire*
Dauphins	*Niveau perfectionnement*
Sauvetage	*Initiation sauvetage*
Adolescents	

Leçons adultes (30 mn)

Aquaphobie	
Adultes déb.	*Niveau débutant*
Adultes int.	*Niveau intermédiaire*
Adultes perf.	*Niveau perfectionnement*
Sport océan	

Activités "formes" (45 mn)

Aquagym	*Aquagym senior*
Aquatraining	*Aquajogging*
	Aquabiking
	Aquagym prénatale

Activités enfants (30 mn)

Pause par.	*Paus*

		9h	15	30	45	10h	15	30	45	11h	15	30	45	12h	15	30	45	13h	15	30	45	14h	15	30	45	15h	15	30	45	16h	15	30	45	17h	15	30	45	18h	15	30	45	19h	15	30	45	20h	15	30	45	21h
Lundi	Galin									Aquagym prénatale					Adultes déb.			Aquabiking												Aquagym senior				Têtards				Dauphins															
																		Adultes int.																Grenouilles																		
	Tissot														Adultes perf.				Adultes int.																Têtards	Dauphins			Sauvetage				Aquagym				Aquabiking				
																Aquagym																		Grenouilles					Adultes int.											
																																										Adultes perf.								
	GP														Aquagym				Adultes déb.																Têtards				Aquabiking											
															Adultes int.																				Grenouilles															
																																										Grenouilles								
Mardi	JJB														Aquagym				Aquabiking												Aquagym senior				Têtards				Aquabiking											
															Adultes int.				Adultes déb.																Dauphins				Adultes int.											
															Adultes perf.				Adultes perf.																				Adultes perf.											
																																													Sauvetage								
	Galin														Aquagym				Aquabiking												Aquaphobie				Têtards				Aquabiking											
															Adultes int.				Adultes int.																Grenouilles				Dauphins											
	GP														Aquaphobie				Aquagym												Aquagym senior				Têtards				Adultes perf.											
																			Adultes int.																Grenouilles				Aquagym											
																																										Dauphins								
Mercredi	JJB		Eveil aqua.				Têtards			Têtards					Adultes déb.			Sport océan						Têtards						Eveil aqua.				Grenouilles				Aquagym											
			Eveil aqua.				Grenouilles			Grenouilles														Grenouilles						Eveil aqua.				Sauvetage															
			Têtards				Dauphins			Dauphins														Dauphins										Adolescents															
			Grenouilles																																															
	Galin		Eveil aqua.				Eveil aqua.			Têtards					Aquagym									Eveil aqua.				Grenouilles	Pause par.		Grenouilles				Adultes déb.				Adultes perf.											
							Têtards			Grenouilles					Adultes int.									Têtards				Dauphins			Dauphins				Sauvetage															
	Tissot		Eveil aqua.				Grenouilles			Grenouilles					Aquatraining				Pause par.					Têtards				Têtards			Eveil aqua.																			
			Eveil aqua.				Dauphins			Dauphins									Adultes perf.					Grenouilles				Dauphins			Eveil aqua.																			
			Têtards																																Sauvetage															
	GP		Aquagym senior				Eveil aqua.			Eveil aqua.					Adultes perf.				Aquabiking					Eveil aqua.				Eveil aqua.			Eveil aqua.																			
							Têtards			Têtards														Têtards				Têtards			Têtards																			
							Grenouilles			Grenouilles														Grenouilles				Grenouilles			Grenouilles																			
							Dauphins			Dauphins																																									
Jeudi	JJB														Aquagym				Aquabiking												Aquagym senior				Têtards				Aquabiking				Aquajogging							
															Adultes int.				Adultes déb.																Grenouilles				Têtards											
															Adultes perf.				Adultes perf.																Dauphins				Grenouilles											
																																													Dauphins							
	Tissot														Aquatraining				Adultes déb.												Aquagym senior				Têtards				Têtards											
															Adultes int.																				Grenouilles				Grenouilles											
																																										Dauphins				Adultes int.				
	GP														Aquabiking				Adultes int.																Têtards				Têtards											
																			Sport océan																Grenouilles				Grenouilles											
																																													Dauphins							
Vendredi	JJB									Aquagym senior					Aquatraining				Aquabiking												Aquaphobie				Têtards															
															Adultes déb.				Adultes int.												Adultes déb.				Grenouilles															
															Adultes perf.																				Dauphins															
																																										Sauvetage								
	Galin														Aquajogging				Aquagym												Aquagym senior				Têtards				Dauphins											
															Adultes déb.				Adultes perf.																Grenouilles				Sauvetage											
	Tissot									Aquagym senior									Aquabiking																Grenouilles				Eveil aqua.											
																			Adultes perf.																	Dauphins				Têtards											
Samedi	JJB						Eveil aqua.			AAF																																									
							Grenouilles			Têtards																																									
							Dauphins																																											
	Galin		AAF				Eveil aqua.			Têtards				Grenouilles				Dauphins																																
	Tissot		Eveil aqua.				AAF			Têtards				Grenouilles				Dauphins																														
	GP		AAF				Eveil aqua.				Têtards				Grenouilles																				Dauphins														