



# ECOLE DE L'EAU

## AIS'NAT

## AN<sup>1</sup>

( 1 séance hebdomadaire de 45 minutes)

*Je pratique une fois par semaine, 45 minutes, pour prendre conscience que mon corps flotte, que je remonte passivement lorsque mes poumons sont pleins et que dans le mouvement du bord*

## SAUV'NAT

## SN<sup>2</sup>

( 1 séance hebdomadaire de 45 minutes)

*Je pratique une fois par semaine, 45 minutes, pour pouvoir me déplacer sur des distances de plus en plus grandes à l'aide de mes membres supérieurs J'augmente mon aisance dans l'exploration de la profondeur. Je deviens capable de modifier facilement mon équilibre, du ventre au dos, du dos au ventre, par des vrilles et des roulades*

N° groupe	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			9h00-9h45 Orgeval 9h15-10h00			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			10h00-10h45 Orgeval 10h15-11h00			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			11h00-11h45 Orgeval 11h15-12h00			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			12h00-12h45 Talleyrand 12h45-13h30			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			13h45-14h30 Talleyrand 14h30-15h15			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			15h30-16h15 Talleyrand 16h15-17h00			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>			17h30-18h15 Louvois 18h15-19h00			
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>				17h15-18h00 Orgeval 17h15-18h00		
AN <sup>1</sup>					18h00-18h45 Thiolettes	
SN <sup>2</sup>						10h00-10h45 Thiolettes
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>						12h30-13h15 Ch Eau 12h30-13h15
AN <sup>1</sup> SN <sup>2</sup>						13h30-14h15 Ch Eau 13h30-14h15