



Société Nautique de Monaco

Président d'Honneur S.A.S le Prince Souverain Albert II

## HORAIRES

### D'ENTRAÎNEMENT 2024-2025

## LOISIRS

### Adultes (2006 et avant)

Lundi	12h-14h	Bateau/salle
Mardi	12h-14h	Bateau/salle
Mercredi	17h30-19h45	Bateau/salle
Jeudi	12h-14h 17h30-19h45	Bateau/salle
Vendredi	12h-14h	Bateau/salle
Samedi	Rdv à 9h	Bateau/salle
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau/salle

## AVIRON SANTÉ

Mercredi	9h-10h30 10h30-12h	Bateau/salle
Vendredi	9h-10h30 10h30-12h	Bateau/salle

## COMPÉTITEURS ADULTES

### Masters & Seniors (2006 et avant)

Lundi	12h-14h 17h30-19h45	Bateau/salle
Mardi	12h-14h	Bateau/salle
Mercredi	17h30-19h45	Bateau/salle
Jeudi	12h-14h 17h30-19h45	Bateau/salle
Vendredi	12h-14h	Bateau/salle
Samedi	Rdv à 9h	Bateau/salle
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau/salle

## COMPÉTITEURS JEUNES\*

### Juniors (2007-2008)

Lundi	16h30-19h45	Salle
Mardi	16h30-19h45	Salle
Mercredi	15h30-17H30	Bateau
Vendredi	16h30-19h45	Salle
Samedi	14h-16h30	Bateau
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau

## COMPÉTITEURS JEUNES\*

### Cadets (2009-2010)

Lundi	16h30-19h45	Salle
Mardi	16h30-19h45	Salle
Mercredi	15h30-17H30	Bateau
Vendredi	16h30-19h45	Salle
Samedi	14h-17h	Bateau
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau

### Minimes (2011-2012-2013)

Lundi	16h30-19h45	Salle
Mercredi	13h30-15h30	Bateau
Vendredi	16h30-19h45	Salle
Samedi	14h-17h	Bateau

Pour les **mineurs**, l'entraînement est possible dès la fin de l'école après 16h

\*Séances sur l'eau ou en salle possibles d'autres jours avec l'accord d'un entraîneur de la SNM

Pour les séances sur l'eau : accord **OBLIGATOIRE** d'un entraîneur de la SNM

Séances sur l'eau ou en salle possibles à d'autres horaires **AVEC L'ACCORD D'UN ENTRAÎNEUR DE LA SNM**

 [societenautique.mc](http://societenautique.mc)

 [societenautique@monaco.mc](mailto:societenautique@monaco.mc)

 **Aviron Monaco**

 **@societenautiquedemonaco**