

Carcassonne Olympique Aquatique

Association loi 1901 déclarée à la Préfecture de l'Aude, N°Siret : 45269603200013

Aqua-Gym, Aqua-Bike, Aqua-Palmes, Aqua-Circuit, Aqua-Nage,
Ecole de nage enfants et adultes, Bébé nageur.

Les cours mis "en attente d'effectif", en raison du Covid-19, pourront s'activer dès que le nombre d'inscrits sera suffisant !

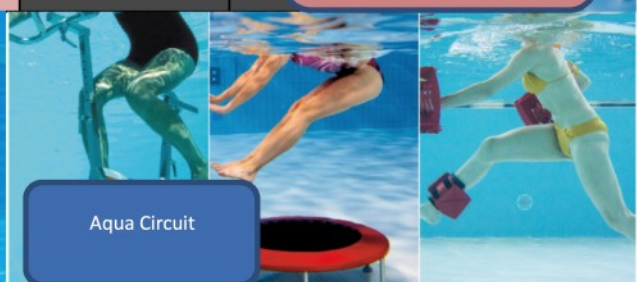
Planning 2020/2021

Vos conseillers : Hélène HERBAUT Yann MAGNIN
Dominique ARNOULT Momo BELGHOUCHE Prisca ANDREANI
Didier FONGHETTI Marie Pierre CLAIN



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h15 à 10h00 Aquagym	9h15 à 10h00 Aquagym	8h30 à 9h15 AquaBike	9h15 à 10h00 Aquagym	9h15 à 10h00 Aquagym	9h00 à 9h45 En attente d'effectif (BB)	9h15 à 10h00 En attente d'effectif (BB)
10h15 à 11h00 Aquagym	10h15 à 11h00 BB-Nageurs	9h30 à 10h15 Aquagym	10h15 à 11h00 BB-Nageurs	10h15 à 11h00 Aquagym	10h00 à 10h45 BB-Nageurs, 6 mois/5ans	10h15 à 11h00 Jardin Aquatique, 6 mois/5ans
11h15 à 12h00 Aquagym		10h30 à 11h15 Aquagym		11h15 à 12h00 Accès libre	11h00 à 11h45 En attente d'effectif (BB)	11h00 à 11h45 En attente d'effectif (BB)
12h30 à 13h15 En attente d'effectif (AB)	12h15 à 13h00 Aquagym	11h15 à 12h00 Ecole Nage Niveau 1	12h15 à 13h00 Aquagym	12h15 à 13h00 Aqua Circuit		
13h15/14h00 Apprentissage natation			13h15/14h00 Apprentissage natation	13h15 à 14h00 AquaBike	13h00 à 13h45 Ecole Nage Niveau 1	
14h15 à 15h00 Aquagym	14h15 à 15h00 Aquagym	14h00 à 14h45 Ecole Nage Niveau 1	14h00 à 15h00 CAMPS	14h15 à 15h00 En attente d'effectif (AG)	14h00 à 14h45 Ecole Nage Niveau 1	
15h15 à 16h00 Aquagym	15h15 à 16h00 Aquagym	15h00 à 15h45 Ecole Nage Niveau 2	15h15 à 16h00 Aquagym	15h15 à 16h00 Aquagym	15h00 à 15h45 Ecole Nage Niveau 2	
16h00 à 16h45 Accès libre	16h15 à 17h00 Aquagym	16h00 à 16h45 Ecole Nage Niveau 3	16h15 à 17h00 Aquagym	16h15 à 17h00 Aquagym	16h00 à 16h45 Ecole Nage Niveau 3	
17h00 à 17h45 En attente d'effectif (AB)	17h15 à 18h00 En attente d'effectif (BB)	17h00 à 17h45 Ent Natation	17h15 à 18h00 Aquagym	17h15 à 18h00 En attente d'effectif (AB)		
18h00 à 18h45 En attente d'effectif (AB)	18h15 à 19h00 Aquagym	18h00 à 18h45 AquaBike	18h15 à 19h00 Aquagym	18h15 à 19h00 AquaBike		
19h00 à 19h45 AquaBike	19h15 à 20h00 Aqua Circuit	19h00 à 19h45 AquaBike	19h15 à 20h00 En attente d'effectif (AP)	19h15 à 20h00 Aquagym		
20h00 à 20h45 En attente d'effectif (AG)	20h15 à 21h00 En attente d'effectif (AB)	20h00 à 20h45 Aqua Mix	20h15 à 21h00 En attente d'effectif (AN)			

AB / AquaBike
AG / AquaGym
AP / AquaPalmes
AN / AquaNage
BB / BébéNageur



Les activités se dérouleront durant les périodes suivantes :

Les séances d'Aqua-Gym, d'Aqua-Bike et d'Aqua-Circuit débuteront le lundi 7 septembre 2020 et termineront le 13 juillet 2021.

Les BB Nageurs et l'Ecole de Natation "nageront" à partir du 08/09/2020 durant les périodes scolaires 2020/2021 et termineront le 27/06/2021.

Durant les vacances scolaires, petites et grandes, le planning des cours d'Aqua-Gym, d'Aqua-Bike et d'Aqua-Circuit sera modifié.

Avec en plus pour les adhérent(e)s à CO Aqua-Gym, Aqua-Palmes et Aqua-Circuit :

- 1/Deux accès libres en piscine : Le Lundi à 16h15 et le vendredi à 11h15
- 2/Un accès à la salle de musculation : Du lundi au samedi de 13h à 17h et le samedi et le dimanche de 9h à 12h.
- 3/Des cours collectifs hors de l'eau : Se renseigner auprès du personnel d'accueil CO
- 4/ L'accès privilégié aux nouveaux services CO Plus!



Avec en plus pour les adhérent(e)s à CO AquaBike :

- 1/Deux accès libres en piscine : Le Lundi à 16h00 et le vendredi à 11h15
- 2/Un accès à la salle de musculation : Du lundi au samedi de 13h à 17h et le samedi et le dimanche de 9h à 12h.
- 3/Des cours collectifs hors de l'eau : Se renseigner auprès du personnel d'accueil CO
- 4/ L'accès illimité à tous les cours de Bikéing!
- 5/ L'accès privilégié aux services CO Plus!



Avec en plus pour les parents des Bébé Nageurs et des enfants de l'Ecole de Nage de CO :

- 1/Un accès à la salle de musculation : Le samedi de 8h à 17h et le dimanche de 9h à 12h.
- 2/ L'accès privilégié aux services CO Plus!



Carcassonne Olympique Aquatique

Centre Omnisports Carcassonne Olympique, 10 Avenue du Général Sarraill 11000 Carcassonne

Téléphone : 04 68 47 82 87 / Courriel : carcassonneolympiqueaqua@gmail.com / Internet : www.carcassonne-olympique.fr / Facebook : carcassonne olympique aquatique