



Société Nautique de Monaco

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

HORAIRES

D'ENTRAÎNEMENT 2023-2024

LOISIRS

Adultes (2005 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

Jeunes (2010-2012)

Mercredi	13h30-15h30	Bateau
----------	-------------	--------

Jeunes (2006-2009)

Mercredi	15h30-17h30	Bateau/salle
Samedi	Rdv à 9h	Bateau/salle
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau/salle

COMPÉTITEURS ADULTES

Masters & Seniors (2005 et avant)

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

COMPÉTITEURS JEUNES*

Juniors (2006-2007)

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 (2008-2009)

Lundi	16h30-19h45	Salle
Mardi	16h30-19h45	Salle
Mercredi	15h30-17H30	Bateau
Vendredi	16h30-19h45	Salle
Samedi	14h-17h00	Bateau
Dimanche	Rdv à 9h	Bateau

Minimes (2010-2011-2012)

Lundi	16h30-19h45	Salle
Mercredi	13h30-15h30	Bateau
Vendredi	16h30-19h45	Salle
Samedi	14h-17h00	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

 societenautique@monaco.mc

 **Aviron Monaco**

 [@societenautiquedemonaco](https://www.instagram.com/societenautiquedemonaco)