



Le plaisir de
partager une
passion commune

06 509 057 04
rca.waterpolo@gmail.com
www.rcarras-waterpolo.fr

PLANNING 2021 DES DIFFERENTES ACTIVITES DU CLUB

COURS POUR ENFANTS

	AISANCE AQUATIQUE	APPRENTISSAGE NAGE
	<i>Horaires</i>	<i>Horaires</i>
Lundi		18h00 – 18h45
Mercredi	18h – 18h30 (4ans) & 18h35 – 19h15 (5ans)	14h15 – 15h00

SECTION WP (COLLEGE MARIE CURIE)

	<i>Horaires Entraînements</i>
Lundi	15h00 – 18h00
Mercredi	13h30 – 14h45

CIRCUIT TRAINING

	<i>Horaires</i>
Lundi	19h30 – 20h30
Mardi	19h30 – 20h30
Jeudi	19h – 20h





Le plaisir de
partager une
passion commune

06 509 057 04
rca.waterpolo@gmail.com
www.rcarras-waterpolo.fr

EQUIPES : U9, U11, U13, U15

	U9 & U11	U13 & U15
	<i>Horaires entraînements</i>	<i>Horaires entraînements</i>
Lundi	18h00 – 19h15	18h – 19h30
Mercredi	18h00 – 19h15	18h – 19h30
Jeudi	18h00 – 19h15	18h – 19h30
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

U17, EQUIPE MASCULINE, EQUIPE FEMININE

	(Travail Physique & Technique individuel)	Horaires Entraînements
Lundi		19h30 – 21h15
Mardi	12h00 - 13h45	19h15 - 20h30
Mercredi	12h – 13h	19h30 – 21h15
Jeudi	12h – 13h45	19h30 – 21h15
Vendredi	12h – 13h45	
Samedi		
Dimanche		

