



Stage des vacances de Noël

Suite au décret gouvernemental parut ce mardi 15 Décembre, la Communauté de Communes de Coutances Mer et Bocage nous permet de reprendre une activité au sein des infrastructures sportives intérieures (réservé aux mineurs). La piscine de Coutances restera ouverte pendant les vacances scolaires uniquement pour le CNC.

Nous avons donc le plaisir de proposer aux nageurs mineurs des cours de natation durant les vacances de Noël. Les entraînements se dérouleront selon le planning ci-dessous.

PREMIERE SEMAINE :

<u>LUNDI 21 DECEMBRE</u>	<u>MARDI 22 DECEMBRE</u>	<u>MERCREDI 23 DECEMBRE</u>	<u>JEUDI 24 DECEMBRE</u>
10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS
14h00-15h : Avenirs compétitions + Ecole de Natation + Ecole des Morses	14h00-15h : Avenirs compétitions + Ecole de Natation + Ecole des Morses	13h00-14h00 : GROUPE PERFECTIONNEMENT	13h00-14h00 : Avenirs compétitions + Ecole de Natation + Ecole des Morses
15h30-17h15: JEUNES + JUNIORS	15h30-17h15: JEUNES + JUNIORS	15h30-17h15: JEUNES + JUNIORS	14h30-15h30 : GROUPE PERFECTIONNEMENT

DEUXIEME SEMAINE :

<u>LUNDI 28 DECEMBRE</u>	<u>MARDI 29 DECEMBRE</u>	<u>MERCREDI 30 DECEMBRE</u>	<u>JEUDI 31 DECEMBRE</u>
10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS	10h00-12h00 : JEUNES + JUNIORS
14h00-15h00 : GROUPE PERFECTIONNEMENT	14h00-15h : Avenirs compétitions + Ecole de Natation + Ecole des Morses	13h00-14h00 : Avenirs compétitions + Ecole de Natation	13h00-14h00 : Avenirs compétitions + Ecole de Natation
15h30-17h15: JEUNES + JUNIORS	15h30-17h15: JEUNES + JUNIORS	14h30-16h00 : GROUPE PERFECTIONNEMENT	14h30-16h00: JEUNES + JUNIORS

Ces plannings ont été validés par la CMB, sous couvert du respect du protocole sanitaire afin que les jeunes des différents cours ne se croisent pas. Un battement de 30 minutes entre chaque cours nous est imposé afin de désinfecter et aérer les vestiaires. La douche savonnée est obligatoire avant

l'entraînement, en revanche la douche après l'entraînement devra se faire à la maison. Il nous est également interdit de pique-niquer dans le bureau du club et dans l'enceinte du parc sportif le midi pour ceux qui aurait 2 cours dans la journée.

Les principales règles du protocole sanitaire à respecter :

- *Port du masque obligatoire sauf pendant la pratique ;*
- *Nettoyage des mains à l'arrivée et à la sortie (gel hydro alcoolique) ;*
- *Pratique sans contact ;*
- *Pas de spectateurs ;*
- *Respect du couvre-feu.*