

# Calendrier des entraînements de janvier à juin 2026

Pour préparer au mieux les compétitions départementales et régionales, nous proposons des séances d'entraînements à la piscine Lothaire de Metz (rendez-vous **15 minutes** avant).

**Les nageurs concernés recevront une convocation 15 jours avant la séance.**

**La surveillance des jeunes par les encadrants n'est assurée que 15 minutes avant et 15 minutes après les entraînements.**

Ces entraînements sont programmés comme suit :

**Mars 2026 :**

- **Lundi 09 de 19h à 20h30**
- **Jeudi 12 de 19h à 21h**
- **Lundi 16 de 19h à 20h30**
- **Samedi 28 de 16h à 18h**

**Mai 2026 :**

- **Samedi 02 de 16h à 18h**
- **Samedi 23 de 14h à 16h**

**Juin 2026 :**

- **Samedi 06 de 14h à 16h**
- **Lundi 22 de 19h à 20h30**
- **Jeudi 25 de 19h à 21h**
- **Lundi 29 de 19h à 20h30**

**Seuls les qualifiés des Webconfrontations Régionales et des circuits régionaux sont convoqués aux entraînements en rouge.**

**Par contre pour le mois de juin, il n'y a que les qualifiés à la webconfrontation régionale**

**Seuls les nageurs qui ont des entraînements toute la semaine au cours de la saison sont concernés par ces séances durant les vacances de Février :**

**Entraînements à Ars :**

- Lundi 16 février de 18h à 19h30
- Mardi 17 février (repos)
- Mercredi 18 février de 18h à 19h30
- Jeudi 19 février (repos)
- Vendredi 20 février de 18h à 19h30
  
- Lundi 23 février de 18h à 19h30
- Mardi 24 février (repos)
- Mercredi 25 février de 18h à 19h30
- Jeudi 26 février (repos)
- Vendredi 27 février de 18h à 19h30

**Pas d'entraînements pendant les vacances d'Avril**