

HORAIRES D'ENTRAINEMENTS 2022 - 2023

Ecoles d'athlé (nés en 2016-2014)
Poussins (nés en 2013-2012)
Benjamins (nés en 2011-2010)
Minimes (nés en 2009-2008)
Adultes 2007 (à partir de Cadets)

LUNDI

18h-19h30

Demi-Fond (Laurent) - **A partir de Benjamins**

MARDI

17h30-19h

Piste (Chloé) - **Minimes et +**

18h-19h30

Marche athlétique spé avec plan d'entraînements (Manu) - **Toutes catégories**

Lancers (Philippe) - **Toutes catégories**

Route - **Adultes**

MERCREDI

14h30 à 16h00 : Ecoles d'athlé

16h00 à 17h30 : Poussins

17h30-19h : Piste (Chloé) - Toutes catégories

18h-19h30 : Demi-fond (Laurent) - A partir de Minimes

JEUDI

18h-19h30

Route - **Adultes**

Lancers (Philippe) - **Toutes catégories**

VENDREDI

18h-19h30

Ecole athlé / Poussins

Piste (Chloé) - **Toutes catégories**

Marche athlétique (Manu) - **Toutes catégories**

Demi-fond (Laurent) - **A partir de Minimes**

SAMEDI

13h 14h30 : Piste (Chloé) - Toutes catégories

(Remplacement d'une séance semaine annulée = sur information de la coach)

