

# Entraînements des vacances

**VACANCES DE NOEL**  
**du samedi 22 décembre au dimanche 06 janvier**

## SEMAINE 1

**Lundi 24 décembre :**

Pas d'entraînement

**Mardi 25 décembre:**

FERIE

**Mercredi 26 décembre**

A partir de benjamins 17h-18h30

*Lancers / Marche / Demi-fond*

**Jeudi 27 décembre**

Adultes *Route / Lancers* 18h-19h30

**Vendredi 28 décembre :**

A partir de benjamins 18h-19h30

*Lancers / Marche / Demi-fond*

## SEMAINE 2

**Lundi 31 décembre :**

Benjamins, Minimes et Cadets 14h-16h *Piste*

**Mardi 01 janvier:**

FERIE

**Mercredi 02 janvier**

Ecole d'athlé/poussins 15h30-17h

Benjamins / Minimes / Cadets 17h-19h *Piste*

Benjamins / Minimes / Cadets 17h-18h30

*Marche / Demi-fond*

**Jeudi 03 janvier**

Minimes et Cadets 14h-17h *Piste + ppg*

Adultes *Route / Lancers* 18h-19h30

**Vendredi 04 janvier :**

Benjamins / Minimes 16h-18h *Piste*

Ecole d'athlé/Poussins 17h30-19h

Toutes catégories *Marche / Demi-fond /*

*Lancers* 18h-19h30

## COMPETITIONS

\*le samedi 05 et dimanche 06 janvier > pré régionaux adultes (à partir de cadets) à VAL DE REUIL

\*le vendredi 11 janvier > soirée sprint /soirée saut verticaux à VAL DE REUIL

\*le samedi 12 janvier > meeting de lancers longs à BARENTIN

\*le dimanche 13 janvier > championnats départementaux de cross à MESNIL ESARD

\*le samedi 19 et dimanche 20 janvier > régionaux adultes à VAL DE REUIL (sur minima qualificatifs)

\*le samedi 26 janvier > 1<sup>ère</sup> étape de secteur EA/PO à BARENTIN

Les différents horaires sont disponibles sur le site du club

Inscriptions avant **chaque jeudi 22h** auprès de Chloé par sms ou par mail à [acbjeunes@gmail.com](mailto:acbjeunes@gmail.com)

Bonnes vacances à toutes et à tous !

