

PLANNING DES ENTRAINEMENTS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI / DIMANCHE
Eveil athlétique 2016/2017/2018 Rentrée 11/09/24 Entraîneurs			15h00-16h15 Alain Bellier Domitille Adriaens Ramon Ramirez Garcia			
Poussins 2014/2015 Rentrée 11/09/24 entraîneurs			16H30-17h45 Alain Bellier Domitille Adriaens Ramon Ramirez Garcia			
Benjamins 2012/2013 Rentrée 11/09/24 entraîneurs			16h30-17h45 Alain Bellier Domitille Adriaens Ramon Ramirez Garcia		18h00-20h00 (horaires été) 18h00-19h30 (horaires hiver) Jean-Christophe Legendre Frédéric Adriaens Eric Torterat (Alain Bellier) (Ramon Ramirez Garcia)	
Minimes, cadets, juniors, espoirs 2003/2011 Rentrée 11/09/24 entraîneurs			17h30-19h30 (horaires été) 17h30-19h00 (horaires hiver) Eric Torterat Ludovic Bateau Ramon Ramirez Garcia (Alain Bellier)		18h00-20h00 (horaires été) 18h00-19h30 (horaires hiver) Jean-Christophe Legendre Frédéric Adriaens Eric Torterat (Alain Bellier) (Ramon Ramirez Garcia)	
Running débutant et compétition Trail – Ultra trail Adultes Rentrée 10/09/24 entraîneurs		18h45-20h30 Christophe Glorieux Vincent Berthelot		18h45-20h30 Christophe Glorieux Vincent Berthelot		Le dimanche uniquement Sorties longues 12 à 15 km 09h30 - 11h00 Christophe Glorieux Vincent Berthelot JC Legendre
Remise en forme exercices légers de renforcement Rentrée 09/09/24 entraîneur	18H45-20H00 Rachel Lerch					
Accompagnement personnalisé entraîneur					17h00-18h00	
					Frédéric Adriaens	