

PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS

ATHLÉ COMPÉTITION - de 15 à 77 ans



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

SAISON AUTOMNALE

Le planning individuel est conçu avec l'entraîneur référent.

Horaires : 18h à 20h (sauf indication contraire dans le tableau ci-dessous)

Vous serez informé des modifications de dernière minutes sur les groupes WhatsApp de chaque spécialité.

PRÉPA PHY. LANCERS
Lycée Monge

TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
Marie-Edith

TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
Marie-Edith

PRÉPA PHY. LANCERS
Mager 9h à 10h30
TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
14h à 15h30

PRÉPA PHY. SPRINT
Stade Mas Barral
Jérôme, Alix, Olivier

TECHNIQUE SPRINT
Stade Mas Barral
Jérôme, Romain

TECHNIQUE HAIES
Stade Mas Barral
Gilles, Jérôme

TECHNIQUE SPRINT
Stade Mas Barral
Jérôme

PRÉPA PHY. SPRINT
Mager
10h à 12h
Jérôme

TECHNIQUE TRIPLE LONGUEUR
Stade Mas Barral
Olivier

TECHNIQUE HAUTEUR TRIPLE, LONGUEUR
Stade Mas Barral
Paloma, Gilles et Olivier

TECHNIQUE PERCHE
Stade Mas Barral
16h à 18h
Thomas

DEMI-FOND
Buisson rond (patinoire)
18h30
Adrien, Olivier

MARCHE
Stade Mas Barral
18h à 19h
David

DEMI-FOND
Stade Mas Barral
18h30
Adrien, Olivier

MARCHE
Stade Mas Barral
18h à 19h
David et Florian

DEMI-FOND
Stade Mas Barral
18h30
Adrien, Olivier

PRÉPA PHY. DEMI-FOND
Stade Mas Barral
11h
Romain

RUNNING
Stade Mas Barral
18h30
*Manu, Romain
Corentin, Abilio*

PRÉPA PHY. RUNNING
Stade Mas Barral
20h
Alix

RUNNING
Stade Mas Barral
18h30
*Manu, Romain
Corentin Abilio*

DIMANCHE

DEMI-FOND
Stade Mas Barral
10h
Sébastien

A partir 04 octobre

