

HORAIRE ENTRAÎNEMENTS SAISON 2026-2027

(sous réserve de modification)

Jour	Heure	Discipline	Entraîneur
Lundi	17h30 - 19h00	Demi-fond/ Sprint long àpd cadets	Frédéric / Samuel
	18h30 - 20h30	Musculation àpd cadets	Bertrand
Mardi	18h00 - 20h00	Renforcement muscu et sprint, haies, sauts àpd cadets	Raphaël / Gauthier
	18h15 - 20h15	Demi-fond adultes (PPG)	Gert
	18h30 - 20h00	Jogging loisir adultes	Dominique
	18h30 - 20h00	Initiation à l'athlétisme pour adultes et PPG (préparation physique générale)	Stéphane
	17h00 - 19h00	Perche àpd minimes	Roland
Mercredi	17h00 - 18h30	Benjamins	Séverine / Elea
	17h00 - 18h30	Pupilles	Regi / Emma
	17h00 - 18h30	Minimes	Anouk / Raymond
	17h00 - 18h30	Demi-fond/ Sprint long àpd cadets	Frédéric / Samuel
	18h30 - 20h00	Saut/Sprint àpd cadets	Bertrand
Jeudi	18h30 - 20h00	Jogging Loisir adultes (sortie extérieure)	Dominique
	18h15 - 20h15	Demi-fond/ Sprint long àpd cadets	Frédéric / Gert / Samuel
	18h00 - 20h00	Perfectionnement cadets et sprint/sauts àpd scol	Raphaël / Gauthier
Samedi	9h00 - 11h00	Benjamins	Séverine / Noa
	9h00 - 11h00	Pupilles	Regi / Jeanne
	9h00 - 11h00	Minimes	Iris / Raymond
	10h30 - 12h00	Sprint àpd cadets	Bertrand
	09h00 - 11h00	Initiation à l'athlétisme pour adultes et PPG	Stéphane
	9h00 - 11h00	Demi-fond/ Sprint long àpd cadets	Frédéric / Gert / Samuel
	11h00 - 13h00	Perche (àpd minimes)	Roland
	11h15 - 13h00	Sprints, haies, sauts àpd cadets	Raphaël

Remarque : les entraînements de lancers sont dispensés par Jean-François Linard. Pour les horaires, veuillez vous renseigner au secrétariat.

Les entraînements en bleu sont réservés aux athlètes faisant de la compétition piste/cross. Ceux en noir sont ouverts à tous les athlètes du club.