

# Les Entraînements

Toutes Disciplines

Compétitions et Loisirs

|          | EVEIL<br>ATHLE<br>Ecole | POUSSINS<br>(ES) | BENJAMINS<br>(ES)         | MINIMES<br>F/G            | CADETS(ES), JUNIORS(ES),<br>ESPOIRS(ES),<br>SENIORS(ES), MASTERS |
|----------|-------------------------|------------------|---------------------------|---------------------------|--|
| Année    | 2018/2017/2016          | 2015/2014        | 2013/2012                 | 2011/2010                 | 2009 ou avant  |
| LUNDI    |                         |                  |                           |                           | 18h à 19h30 (Lancers)  |
| MARDI    |                         |                  |                           |                           | 18h à 19h30 (Sprint)<br><b>Trail</b> : 18h30 à 20h               |
| MERCREDI | 14h à 15h               | 14h à 15h        | 15h à 16h30               | 15h à 16h30               | 17h à 18h30 (Cadets / Juniors)                                   |
| JEUDI    |                         |                  |                           |                           | 18h à 19h30<br><b>Trail</b> : 18h30                              |
| VENDREDI |                         |                  | 18h à 19h30<br>(1/2 fond) | 18h à 19h30<br>(1/2 fond) | 18h à 19h30 (Cadets / Juniors)                                   |
| SAMEDI   | 9h15 à 10h15            | 9h15 à 10h15     | 10h30 à 12h               | 10h30 à 12h               |  |
| DIMANCHE |                         |                  |                           |                           | 10h à 12h  |

|          | Marche Nordique |           |
|----------|-----------------|-----------|
| LUNDI    | 17h30 à 18h30   | Plumergat |
| MARDI    | 17h30 à 19h     | Pont Sal  |
| MERCREDI | 17h30 à 19h     | Kercado   |
| JEUDI    | 17h30 à 19h     | Pont Sal  |
| SAMEDI   | 7h30 à 9h       | Pont Sal  |
| DIMANCHE | 7h30 à 10h      | Pont Sal  |

## Permanence au Stade de KERCADO :

Mardi et Jeudi de 14h à 19h  
Mercredi et Vendredi de 14h à 18h

Téléphone : 06 11 60 40 70