

Horaire des entrainements d'avril à juin 2019



	Lundi		Mercredi	Jeudi			Vendredi
	18h-19h15 Finges	18h-19h30 Condémines	18h-20h Condémines	18h-19h30 Condémines	18h-19h30 Finges	18h-19h45 Condémines	17h30-19h15 Condémines
<u>Groupes Jeunesse :</u>	Course Vitesse Souplesse	Course Vitesse Intervalles Renforcement	Technique spécifique	Course Vitesse Renforcement	Course Intervalles Jeux de course	Technique générale Vitesse Rythme Coordination	Technique générale Vitesse Rythme Coordination
1 : 8 à 11 ans (2008-2010)	☺						☺
2 : 11 à 13 ans (2006-2007)	☺					☺	
3 : 13 à 20 ans (1998-2005)		☺	☺	sprinters avancés	coureurs avancés		
<u>Groupes Adultes de course à pied :</u>							
Seniors et Senioritas : pour les entrainements, rendez-vous le mardi et le jeudi à 18h15 au parking du camping TCS à Finges Dimanche matin, horaire et emplacement de départ variable selon le programme							

N.B. Les entrainements n'ont pas lieu durant les vacances scolaires et les jours fériés, sauf communication particulière

Nos entrainements pour la jeunesse sont complets jusqu'à la fin de l'année scolaire. Merci aux enfants intéressés de patienter jusqu'à la reprise en août 2019