

## Horaire des entrainements du 17 août au 21 octobre 2020



club  
athlétique  
Sierre

*entraîneurs  
responsables*

	<b>Lundi</b>		<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>		<b>Vendredi</b>	
	18h-19h15	18h-19h30	18h-19h30	18h-20h	18h-19h45	18h-19h45	17h30-19h15
	Finges	Ecossia	Ecossia	Ecossia	Ecossia	Ecossia	Ecossia
	<i>Chantal, Nicole, Anne-Laure, Ramon</i>	<i>Laurent, Etienne, Stéphane</i>	<i>John, Yves, Jérôme, Jean-Pierre, Pierre</i>	<i>Jean-Paul, Pascal</i>	<i>Jérôme</i>	<i>Laurent, Chantal, Pierre</i>	<i>Nicole, Anne, Robin</i>
<b><u>Groupes Jeunesse :</u></b>	Course Vitesse Souplesse	Course Vitesse Intervalles	Course Vitesse Intervalles Renforcement	Technique spécifique	Course Vitesse, Intervalles Renforcement	Technique générale Vitesse Rythme Coordination	Technique générale Vitesse Rythme Coordination
<b>1 : 8 à 10 ans (2010-2012)</b>	☺						☺
<b>2 : 11 à 12 ans (2008-2009)</b>		☺				☺	
<b>3 : 13 à 20 ans (2000-2007)</b>			☺	☺	☺		

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