

Horaire des entrainements du 25 août au 13 octobre 2025



club
athlétique
Sierre

*entraîneurs
et aides*

	Lundi		Mercredi	Jeudi	Vendredi		
	18h-19h15 Finges	18h-19h45 Ecozia	18h15-20h Ecozia	18h-20h Ecozia	18h-19h45 Ecozia	17h30-19h15 Ecozia	18h-19h45 Ecozia
	<i>Nicole, Ramon, aides-entraîneurs</i>	<i>Etienne, Olivier, Sébastien</i>	<i>Jérôme, Yves, Jean-Pierre, Manu, Justine</i>	<i>Jean-Paul, Pascal</i>	<i>Laurent, Noélie, Delphine</i>	<i>Nicole, Anne, aides-entraîneurs en tournus</i>	<i>Justine</i>
<u>Groupes Jeunesse :</u>	Course Vitesse Souplesse	Course Vitesse Intervalles Renforcement	Course Vitesse Intervalles Renforcement	Technique spécifique	Technique générale Vitesse Rythme Coordination	Technique générale Vitesse Rythme Coordination	Vitesse ABC course/haies Condition physique
1 : 8 à 10 ans (2015 à 2017)	😊					😊	
2 : 11 à 12 ans (2013 et 2014)		😊			😊		
3 : + de 13 ans (2012 et + âgés)			😊	😊			😊

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