



Sierrun est le groupe d'entraînement adulte du Club Athlétique de Sierre.

Les entraînements ont lieu **tous les jeudis à 18h30** (sauf vacances et fériés).

En été (avril à octobre), au [Stade d'Ecossia](#) à Pont Chalais, Rue de Pont-Chalais 30
En hiver (novembre à mars), à la [Salle omnisports](#) de Sierre, Rue du Mont Noble 21

Le groupe est **ouvert à toutes les personnes qui aiment courir**, tous niveaux confondus, avec ou sans objectifs de compétition.

Possibilité de participer à deux entraînements test sans engagement. Suite à cela, si intérêt à rejoindre le groupe, **l'inscription se fait en ligne**.

La cotisation annuelle s'élève à 200.- et comprend les prestations et conditions suivantes :

Prestations

- Rendez-vous hebdomadaire pour courir en groupe
- Encadrement par un moniteur formé (J+S) ou un coureur expérimenté
- Plan d'entraînement mensuel général (pour le groupe) établi par le moniteur
- Un manche longue de notre gamme d'équipements Craft offert à l'inscription
- Utilisation des installations d'athlétisme et de matériel sportif lors des entraînements en commun
- Un workshop par année avec notre partenaire Medsport Thérapie (sur divers thèmes : étirements, récupération, gainage, prophylaxie)
- Réduction de 50% sur les prestations non thérapeutiques (massages) chez notre partenaire Medsport Thérapie à Sierre
- Offre spéciale par notre partenaire AZ Sport (rabais de 10%)
- Inscriptions offertes aux compétitions suivantes : *Course du Soleil - Tournée cantonale des cross - Corrida d'Octodure - Course de Noël à Sion - La Dérupe - Ascension du Christ-Roi - Course du Bénou - Corrida Bulloise (si sortie organisée par le club)*.
- Inscription facilitée à Sierre-Zinal dans la limite des dossard disponibles
- Possibilité d'entraînements spécifique pour Sierre-Zinal en été (sur le parcours de la course)
- Participation à la vie du club (manifestations, sorties)



Conditions

- Possibilité d'intégrer le groupe à n'importe quelle période de l'année (cotisation au pro rata)
- 2 entraînements « test » sans engagement
- Selon notre philosophie, la cotisation est entièrement reversée au Club Athlétique de Sierre. Nos coachs s'impliquent de manière bénévole et non professionnelle. Veuillez noter que nous ne proposons pas de suivi individualisé.

En payant votre cotisation, vous devenez membre à part entière de notre club. De ce fait, vous vous engagez à concourir au nom du CA Sierre et porter le maillot du club lors de vos courses. La participation à la vie du club, notamment comme bénévole lors de nos manifestations, est également souhaitée.

Contact

Valentin Zufferey
Vice-président du CA Sierre
valentin.zufferey@casierre.clubdesk.com
079 959 64 39