

PLANNING DES ENTRAÎNEMENTS

ATHLÉ COMPÉTITION - de 15 à 77 ans



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

SAISON HIVERNALE

Le planning individuel est conçu avec l'entraîneur référent.

Horaires : 18h à 20h (sauf indication contraire dans le tableau ci-dessous)

Vous serez informé des modifications de dernière minutes sur les groupes WhatsApp de chaque spécialité.

PRÉPA PHY. LANCERS
Lycée Monge

TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
Marie-Edith

TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
Marie-Edith

TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
Marie-Edith
15h à 17h

PRÉPA PHY. LANCERS
Mager 9h à 10h30
TECHNIQUE LANCERS
Stade Guy Husson
14h à 15h30

TECHNIQUE SPRINT
Lycée Monge
Jérôme, Alix, Olivier D

PRÉPA PHY. SPRINT
Stade Mas Barral
18h à 19h30

TECHNIQUE SPRINT
Stade Mas Barral
Jérôme, Romain

TECHNIQUE HAIES
Côte Rousse
Gilles, Jérôme

TECHNIQUE SPRINT
Stade Mas Barral
Jérôme

PRÉPA PHY. SPRINT
Mager
10h à 12h
Jérôme

TECHNIQUE HAUTEUR et PERCHE
Côte Rousse
Paloma, Gilles et Thomas

TECHNIQUE PERCHE
Côte Rousse
10h à 12h
Thomas

DEMI-FOND
Buisson rond (patinoire)
18h30
Adrien, Olivier O

MARCHE
Stade Mas Barral
David

DEMI-FOND
Stade Mas Barral
18h30
Adrien, Olivier

MARCHE
Stade Mas Barral
David et Florian

DEMI-FOND
Stade Mas Barral
18h30
Adrien, Olivier C

PRÉPA PHY. DEMI-FOND
Mager
11h30 à 13h
Romain

TECHNIQUE TRIPLE LONGUEUR
Stade Mas Barral
Olivier

TECHNIQUE TRIPLE, LONGUEUR
Stade Mas Barral
Olivier D

DIMANCHE
DEMI-FOND
Stade Mas Barral
10h
Sébastien

