

Créneaux Entrainements	Matin : 9h00-12h00		Population	Soir : 14h00-20h00
Lundi			" <u>Adultes Loisirs</u> " 18h30-20h	(Demi-fond / Fond (800m/5000m) (José azede)
Mardi			" <u>Jeunes</u> " 18h00-19h30	(Toutes disciplines) (Christian Beaunol Richard)
			" <u>Jeunes</u> " 18h30-20h00	Demi-Fond / Fond (800m/5000m) (José Azede)
			" <u>Adultes</u> " 18h30-20h00	Demi-Fond / Fond / Trail (compétition et loisir) Groupe (compétition) (Fadi Abdelkader)
			" <u>Adultes</u> " 18h30-20h00	Groupe (loisir + compétition) : (Patrick Laonet)
Mercredi			" <u>Enfants</u> " 14h00-15h30	Eveil Athlétique (Jacky Pelletier)
			16h00-17h30	
Jeudi			" <u>Jeunes</u> " 18h00-19h30	(Toutes disciplines) (Christian Beaunol Richard)
			" <u>Jeunes</u> " 18h30-20h00	Demi-Fond / Fond (800m/5000m) (José Azede)
			" <u>Adultes</u> " 18h30-20h00	Demi-Fond / Fond / Trail (compétition et loisir) : Groupe (compétition) : 18h30-20h00 (Fadi Abdelkader)
			" <u>Adultes</u> " 18h30-20h00	Groupe (loisir + compétition) : (Patrick Laonet)
Vendredi			" <u>Adultes Loisirs</u> " 18h30-20h	(Demi-fond / Fond (800m/5000m) (José azede)
Samedi	" <u>Enfants</u> " 10h30-12h00	Eveil athlétique (Sébastien MAI VAN)		
	" <u>Jeunes</u> " 10h30-12h00	(Toute épreuve) (Christian Beaunol Richard)		
	" <u>Adultes</u> " 10h00-11h30	(Musculation Adultes) (Fadi Abdelkader)		
Dimanche	9h00-12h0 Sortie longue : (RDV Longchamps)			