

SAISON 2024-2025

Emploi du temps

Toutes les activités ou départ d'activités ont lieu au stade Gallieni à Riorges.

| lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi | samedi | |
|---|---|--|--|---|--|--|
| 18H30-19H45 Course adulte "loisirs" <i>Coach Estelle</i> | 18H30-19H45 Renforcement musculaire <i>Coach Mansour</i> | 14H00-15H00 Ecole d'athlétisme (6-10 ans) <i>Coach Yannick, Alban</i> | 18H30-19H45 Course adulte "compétition" cross, route, trail <i>Coach Mansour</i> | 18H30-19H30 Sport santé course douce, marche active <i>Coach Yannick</i> | 9H00-10H00 Baby Athlétisme (3-6 ans) <i>Coachs Mansour</i> | 11H00-12H00 Course adulte "compétition" cross, route, trail <i>Coach Yannick</i> |
| | | 15H-16H30 Athlétisme (11-18 ans) cross, ½ fond, sprint, sauts, lancers <i>Coachs Alban, Yannick</i> | | | 9H00-10H00 Ecole d'athlétisme (6-8 ans) <i>Coachs Yannick, Alban, Mourad</i> | |
| | | | | | 10H00-11H00 Ecole d'athlétisme (9-10 ans) <i>Coachs Alban, Mourad, Yannick</i> | |
| | | | | | 10H30-12H15 Athlétisme (11-18 ans) cross, 1/2 fond, sprint, sauts, lancers <i>Coachs Alban, Yannick, Mourad</i> | |

Cours "jeunes"

Cours "adultes": à partir de 18 ans