

REPRISE ENTRAÎNEMENTS

à partir du Lundi 9 septembre

Benjamins/Minimes (nés en 2010 – 2011 - 2012 - 2013)

De 17h30 à 19h00 (lundis et jeudis) :

- **Club et Section Sportive Collège Chante-Cigale**
- **Encadrement : Elena / Isabelle / Romane / Alain / Didier / Jérémy / Roland**

Cadets à Masters (nés avant 2010)

De 18h30 à 20h00 : (voir planning)

- **Demi-fond (Jason)**
- **Sprint / Haies / Sauts horizontaux (Elena/Alain/Didier)**
- **Lancers (Wilfrid)**
- **Perche / Haies (Alain)**
- **Hauteur (Julien)**

REPRISE ECOLE D'ATHLETISME

Samedi 7 septembre

Découverte / Inscription de 10h00 à 12h00

A partir du 14 septembre

09h30 – 11h00

POUSSINS / POUSSINES (nés en 2014-2015)

EVEIL ATHLE (nés en 2016-2017 et 2018)

11h30 – 12h30

BABY ATHLE (nés en 2019-2020-2021)

REPRISE MARCHÉ NORDIQUE

Samedi 7 et Dimanche 8 septembre

10h00 – 18h00 : Village des Associations

A partir du Mardi 10 septembre

9h30 – 12h00 : Marche à allure modérée (Loisirs/Santé)

A partir du Jeudi 12 septembre

19h00 – 20h30 : Préparation physique / Technique

A partir du Samedi 14 septembre

9h00 – 12h00 : Sortie nature

« BOUGEZ-VOUS ! »

**à partir du Dimanche 6 octobre
(sauf vacances scolaires)**

de 10h00 à 11h00

**Cours de remise en forme
pour adultes**

Piste d'Athlétisme Chante Cigale