



Créneaux d'entraînement au Grand Angoulême Athlétisme



Créneaux d'entraînement à Ma Campagne (Angoulême)

Stade du Grand Angoulême Quartier de Ma Campagne 11 boulevard Jean-Moulin 1600 Angoulême

CADETS A MASTERS (année de naissance : à partir de 2008)							
Jours	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
Sprint court et long	18h à 20h		18h à 20h		Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Marche athlétique	18h à 20h		18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Lancers	18h à 20h		18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Demi-fond	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Perche		18h à 20h		18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Hauteur			18h à 20h				
Running Plus d'info cliquez ici.	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	18h30 à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur	
Marche nordique Plus d'info cliquez ici.			Séance de cardio : 18h				
Préparation physique Plus d'info cliquez ici.	18h à 20h	16h à 18h &18h à 20h		12h à 14h & 18h à 20h			

BENJAMINS & MINIMES (année de naissance 2009 à 2012)				
Jours	Mercredi	Vendredi		
Benjamins Plus d'info cliquez ici.	16h à 18h	18h à 20h		
Minimes Plus d'info cliquez ici.	16h à 18h	18h à 20h		

EDUCATION ATHLETIQUE (année de naissance 2013 à 2018)				
Jours	Mercredi	Samedi		
Ecole d'Athlé 1ère année (2017)	14h à 16h			
Ecole d'Athlé 2ème et 3ème années (2015-2016)	14h à 16h	9h30 à 11h30		
Poussins (2013-2014)	14h à 16h	9h30 à 11h30		

Plus d'information sur l'Education Athlétique : cliquez ici



Créneaux d'entraînement

à Saint Yrieix

Gymnase des Berneries 3 allée des Berneries 16710 Saint Yrieix sur Charente

EDUCATION ATHLETIQUE				
Jours Samedi				
Baby (2018)	9h à 10h à St Yrieix			

Plus d'informations sur la catégorie Baby : cliquez ici



Créneaux d'entraînement

à Ruelle sur Touvre

Stade de Puyguillen Rue de Puyguillen (ou impasse de Puyguillen, selon les GPS) 16600 Ruelle sur Touvre

EDUCATION ATHLETIQUE (année de naissance 2013 à 2016)								
Jours Mardi Mercredi Vendredi								
Ecole d'Athlé 2ème et 3ème année (2015-2016)		16h30 à 18h30						
Poussins (2013-2014)		16h30 à 18h30						

Plus d'information sur l'Education Athlétique : cliquez ici

RUNNING ET DEMI-FOND						
Jours Mardi Mercredi Vendredi						
Running	18h à 20h		18h à 20h			
Licenciés compétition demi- fond	18h à 20h		18h à 20h			

Plus d'informations sur le Running : cliquez ici



Créneaux d'entraînement

au Stade Léonide Lacroix

Stade Léonide Lacroix Rue Robert Jolly 1600 Angoulême

EDUCATION ATHLETIQUE (années de naissance : 2013 à 2016)					
Jours Mercredi					
Ecole d'Athlé 2ème et 3ème année (2015-2016)	14h à 16h				
Poussins (2013-2014)	14h à 16h				

Plus d'information sur l'Education Athlétique : cliquez ici



Créneaux d'entraînement Santé Loisir

Section Remise en Forme

Salle ESPE 227 rue de Montmoreau 16000 Angoulême

Toutes les informations sur la Remise en Forme : Cliquez ici



Créneaux d'entraînement Santé Loisir Section Marche Nordique

Toutes les informations sur la Marche Nordique : Cliquez ici

MARCHE NORDIQUE							
Jours	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	Samedi	dimanche
Marche nordique traditionnelle (lieu précisé quelques jours avant)	9h00		18h30	9h00		9h00	9h00
Marche nordique santé (lieu précisé quelques jours avant)		10h00			9h30		
Séance cardio au stade du Grand Angoulême				18h30			