

Voici les créneaux d'entraînement pour cette nouvelle saison :

Jours d'entraînement	Catégories	Horaires
Lundi	• Marche nordique 	• 8H45 (départ du stade)
Mardi	• U14 Benjamins / U16 Minimes  • Adultes 	• 17H30–19H00 • 18H30- 20h00 échauffement et séance encadrée spécifique « fractionné »
Mercredi	• U10 Eveil Athlé / U12 Poussins  • Running Loisirs  • Marche Nordique 	• 14H15– 15H45 • 18H15- 19h45 • 18H30- 20H00
Jeudi	• U14 Benjamins / U16 Minimes / U18 Cadets  • Adultes 	• 17H30–19H00 • 18H30-20h00 échauffement et séance encadrée spécifique « Trail »
Vendredi	• Marche Nordique 	• 9H00-11H00
Samedi	• Running Loisirs 	• 10H00-12H00 (sortie sans encadrant)