

HORAIRES & JOURS D'ENTRAINEMENTS DE L'AVIA CLUB ATHLETISME

DISCIPLINES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
ECOLE D'ATHLETISME (HALLE GUILLAUME) <i>Resp : Luc DUCLOVEL</i>						10h—11h30 Luc/Gaëtan/Enzo/?	
POUSSINS (HALLE GUILLAUME) <i>Resp : Luc DUCLOVEL</i>			14h—16h Huguette/Yves/Albert/ Gaëtan/Jeffrey/Luc		18h15—20h Huguette/Luc/ Jean-Marie		
BENJAMINS/MINIMES (HALLE GUILLAUME) <i>Resp : Luc DUCLOVEL</i>	18h15—20h Céline/Luc/ Hervé		16h—18h Yves/Albert/Gaëtan/ Jeffrey/Luc		18h15—20h Céline/Luc/Hervé/ Albert/ Gaëtan		
SPRINT, HAIES, HANDISPORT (LENGLEN) <i>Jo MAISETTI</i> <i>Sylvie TALMANT</i>	18h—20h30 18h—20h30	18h—20h30 18h—20h30	18h—20h30 18h—20h30	18h—20h30 18h—20h30	18h—20h30 18h—20h30	<u>Parc de St Cloud</u> 10h—12h	
SPRINT/HAIES (COLOMBES) <i>Stéphane MARIE-NELLY</i>	18h—20h30	18h—20h30		18h—20h30	18h—20h30		<u>Argenteuil (côtes)</u> 10h—12h
LONGUEUR/TRIPLE SAUT (LENGLEN/COLOMBES) <i>Gaëtan SAKU</i>	18h15—20h		18h15—20h	18h15—20h		11h30—13h30	
CADETS (HALLE GUILLAUME) <i>Claire ALIDE</i>	18h15—20h		18h15—20h		18h15—20h		<u>Parc de St Cloud</u> 10h—12h
HAUTEUR (HALLE GUILLAUME/ANTONY) <i>Patrice SYLVESTRE</i>	18h15—19h45		18h15—19h45	18h15—19h45			
DEMI-FOND (LENGLEN/SAINT-CLOUD) <i>Jean-Baptiste CONGOURDEAU</i> <i>Mounir HANNOUDI (Adj)</i>	18h—20h	<u>Parc de St Cloud</u> 18h30—20h	18h—20h		18h—20h	<u>Parc de St Cloud</u> 10h30—12h30	<u>Parc de St Cloud</u> 10h15—12h15
DEMI-FOND (EMILE ANTOINE) <i>Mostafa JOHAR</i>		18h—20h30		18h—20h30			
COURSE SUR ROUTE (LENGLEN) <i>JB PROTAIS/JR DUPONT</i>		18h30—20h30		18h30—20h30		CIRCUIT TRAINING 9h30-10h30 <i>Jean-Marie NOUNI</i>	
RUNNING LOISIRS (LENGLEN) <i>Roland AUSSIBEL</i>			18h30—20h			9h15—10h30	
MARCHE ATHLETIQUE (LENGLEN) <i>Denis LANGLOIS</i>		18h—20h30				10h30—12h	
MARCHE NORDIQUE (EXTERIEUR) <i>Jeffrey ANTEMER</i>			19h—20h			9h—10h30	
ATELIER CARDIO-PULMONAIRE- RENFORCEMENT MUSCULAIRE- STRETCHING (LENGLEN) <i>Jeffrey ANTEMER</i>						10h30—11h30	
REMISE EN FORME (HALLE GUILLAUME) <i>Jean-Marie NOUNI</i>	20h—20h45						
CONDITION PHYSIQUE (JUSTIN HOUDIN) <i>Jean-Marie NOUNI</i>				19h—20h			