

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

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