

### Entraînements Saison 2024-2025

				<u>Lead</u>	<u>Associé(s)</u>
<b><u>LUNDI</u></b>	17H30-19H30	A partir de 14 ans dès Cadets	Epreuves combinées ( <b>sauf Haies</b> )	Yannick	Florent
	18H00-20H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Haies-Sprints	Juan	
	18H30-20H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Demi-fond	Elias	Clara
	18H30-20H30	A partir de 14 ans dès Cadets	Javelot	Eric	
<b><u>MERCREDI</u></b>	14H00-15H00	Ecole des Jeunes 5 à 9 ans Kangourous/Benjamins	Multi-disciplines	Patrick	Yvan-Clara
	15H00-16H30	Ecole des Jeunes 10 à 13 ans Pupilles/Minimes	Multi-disciplines	Patrick	Stephan – Yvan – Patrick – Valentin – Holger
	16H30-18H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Multi-disciplines + Sprint	Patrick	Stefan
	17H00-19H00	A partir de 14 ans dès Cadets	<b>Sprints uniquement</b>	Juan	
	17H30-19H30	A partir de 14 ans dès Cadets	Epreuves combinées	Yannick	Florent
	16H00-19H00	A partir de 18 ans Juniors	Musculation		Avoir plus de 18 ans ou plus de 16 accompagné
<b><u>JEUDI</u></b>	18H00-20H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Haies-Sprints	Juan	
	18H30-20H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Demi-fond	Elias	Clara
	18H30-20H30	A partir de 14 ans dès Cadets	Triple saut-Longueur	Paul	Yannick
<b><u> VENDREDI</u></b>	18H00-19H30	Ecole des Jeunes 11 à 13 ans Pupilles 2/Minimes	Haies-Sprints	Holger	
<b><u>SAMEDI</u></b>	10H00-11H00	Ecole des Jeunes 5 à 9 ans Kangourous/Benjamins	Multi-disciplines	Patrick	Jennifer-Nasma
	10H30-12H00	A partir de 14 ans dès Cadets	Demi-fond en Forêt (en hiver)	Elias	Clara
	10H30-12H30	A partir de 14 ans dès Cadets	Epreuves combinées	Yannick	Florent
	11H00-12H30	Ecole des Jeunes 10 à 13 ans Pupilles/Minimes	Multi-disciplines	Patrick	Jennifer – Nasma – Stephan
	14H00-15h30	A partir de 14 ans dès Cadets	Multi-disciplines/Sprint	Stefan	Eric
	14H00-15h30	A partir de 14 ans dès Cadets	Demi-fond sur piste (en été)	Elias	Clara
<b><u>DIMANCHE</u></b>	10H30-12H00	Ecole des Jeunes 8 à 17 ans Ben/Pup/Min/Cad/SCO	Multi-disciplines	Holger	Stefan - Camille
	10H30-12H00	A partir de 18 ans Juniors	Musculation		Avoir plus de 18 ans ou plus de 16 accompagné
	10h30-12h30	A partir de 14 ans dès Cadets	Haies-Sprints	Juan	

#### Sessions spécifiques

Les sessions spécifiques sont ouvertes aux athlètes à partir de 14 ans (telles qu'indiquées dans le tableau).

#### Pas d'entraînements les jours fériés.

**Vacances d'été (du 7/07/2025-24/08/2025) pour l'école des jeunes, les entraînements du mercredi et du samedi se déroulent de 16h à 18h :**

KAN-BEN: de 16h00 à 17h00

PUP-MIN: de 16h00 à 17h30

CAD-SCO: de 16h00 à 18h00