

Entraînements - ÉTÉ - du 7/07/2025-24/08/2025

		<u>Age</u>	<u>Catégorie</u>	<u>Dicipline(s)</u>	<u>Entraîneurs</u>
LUNDI	17H30-19H30	14 ans et plus	TC	Epreuves combinées (sauf Haies)	Yannick – Florent
	18H00-20H00	14 ans et plus	TC	Haies-Sprints	Juan
	18H30-20H00	14 ans et plus	TC	Demi-fond	Elias – Clara
	18H00-19H30	A partir de 9 ans	Ben/Pup/Min/Cad/Sco et TC	Lancer long @ ADEPS Auderghem	Eric - Holger
MERCREDI	16H00-17H00	5 à 9 ans	Kangourous/Benjamins	Multi-disciplines	Valentin - Holger
	16H00-17H30	10 à 13 ans	Pupilles/Minimes	Multi-disciplines	Valentin - Holger
	16H30-18H00	14 ans et plus	Cadets/Scolaires	Multi-disciplines + Sprint	Stefan
	17H00-19H00	14 ans et plus	TC	Sprints uniquement	Juan
	17H30-19H30	14 ans et plus	TC	Epreuves combinées	Yannick – Florent
	16H00-19H00	18 ans et plus	A partir de Juniors	Musculation	Avoir plus de 18 ans ou plus de 16 accompagné
JEUDI	18H00-20H00	14 ans et plus	TC	Haies-Sprints	Juan
	18H30-20H00	14 ans et plus	TC	Demi-fond	Elias – Clara
	18H30-20H30	14 ans et plus	TC	Triple saut-Longueur	Paul – Yannick
SAMEDI	10H00-11H00	5 à 9 ans	Kangourous/Benjamins	Multi-disciplines	Valentin - Holger - Stefan
	10H30-12H00	14 ans et plus	TC	Demi-fond en Forêt (en hiver)	Elias – Clara
	10H30-12H30	14 ans et plus	TC	Epreuves combinées	Yannick – Florent
	10H30-12H30	14 ans et plus	Cadets/Scolaires	Multi-disciplines/Sprint	Stefan
	11H00-12H30	10 à 13 ans	Pupilles/Minimes	Multi-disciplines	Valentin - Holger - Stefan
	14H00-15h30	14 ans et plus	TC	Demi-fond sur piste (en été)	Elias – Clara
DIMANCHE	10H30-12H00	8 à 17 ans	Ben/Pup/Min/Cad/Sco	Multi-disciplines	Valentin - Holger - Stefan
	10H30-12H00	18 ans et plus	A partir de Juniors	Musculation	Avoir plus de 18 ans ou plus de 16 accompagné
	10h30-12h30	14 ans et plus	TC	Haies-Sprints	Juan

L'entraîneur mentionné en premier est responsable de l'administrati

Pas d'entraînements les jours fériés.