

PLANNING 2020 2021 / ROGNAC ATHLETIC CLUB

Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
BABY ATHLE			10H00 - 11H00			9H00 - 10H00	Animations/ Compéts FFA ou Hors FFA toutes catégories, Sorties Club, Regroupements Marcheurs/Coueurs, etc... = Consulter Calendrier des Manifestations et Compétitions du Club
EVEIL ATHLE			14H00 - 15H15			10H15 - 11H45	
POUSSINS		18H30 - 20H00	15H30 - 17H00			10H15 - 11H45	
BENJAMINS	18H30-20H00 *		17H00 - 18H30		18H30-20H00	10H15 - 11H45*	
MINIMES	18H30-20H00 *		17H00 - 18H30		18H30-20H00	10H15 - 11H45*	
SPECIALITES PISTE à partir de CADET F/G	Voir avec Entraîneurs	Voir avec Entraîneurs	18H30 - 20H00	Voir avec Entraîneurs	Voir avec Entraîneurs	Voir avec Entraîneurs	
RUNNING DEBUTANT						10H00 - 11H30	

RUNNING LOISIRS ET COMPETITIONS	18H30 - 20H00	18H30 - 20H00	18H30 - 20H00 Spéc. Piste	18H30 - 20H00		10H00 - 11H30	
MARCHE SPORTIVE/ATHLE				18H30 -20H00		10H00 - 11H30	
MARCHE NORDIQUE		Gpe Santé Loisirs 9H00-11H30 Gpe Tonique 19H-20H30		Gpe Santé Loisirs 9H00-11H30 Gpe Tonique 9H-10H30 Nordic Fit Emilie 19H00-20H00		9H00 - 11H30 Tous Niveaux	
ATHLE SANTE / ATHLE FIT- Training	19H00 - 20H30 Elsa / Cyril				19H45 – 21H15 Cyril /Elsa		

* Créneaux réservés à la préparation des compétitions

Intervenants animateurs / Entraîneurs	
Baby Athlé	Mirsoid, Mathilde
EA / PO	Mathilde, Corentin, Mirsoid, Tony et aides bénévoles athlètes/parents
BE/MI	Mirsoid
Section Running	Ali, Mirsoid, Véronique et Marie-Louise
Spéc. Piste	Mirsoid et Intervenants Spécialités
Marche Athlé	Tony
Marche Nordique	Elsa, Emilie, Cyril, Mirsoid
Athlé Santé /Fit	Elsa, Cyril

