



# Planning Entraînements ACNM 2024/2025

COURIR

SAUTER

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p><b>10h-11h</b></p> <p><b>Sport Adapté</b></p> <p><b>Pauline LAGIER</b></p>					<p><b>9h30-11h</b></p> <p><b>Oisillons</b></p> <p><b>Julia / Tom</b></p> <p><b>Poussins</b></p> <p><b>Pauline/Lilian</b></p> <p><b>11H-12H</b></p> <p><b>BABY</b></p> <p><b>Pauline/Lilian</b></p>
		<p><b>14h-15h30</b></p> <p><b>Oisillons</b></p> <p><b>Pauline/Régine/</b></p> <p><b>Florent</b></p> <p><b>Poussins</b></p> <p><b>Patrice/Lilian/Tom</b></p>			<p><b>9h30</b></p> <p><b>Adultes-Parents</b></p> <p><b>Gaëtan</b></p>
		<p><b>15H30-17H30</b></p> <p><b>Benjamins</b></p> <p><b>Pauline/Régine</b></p> <p><b>Minimes</b></p> <p><b>Laurent/Christian</b></p>			
	<p><b>18h-20h</b></p> <p><b>Minimes/CA/JU</b></p>		<p><b>18h-20h</b></p> <p><b>M/C/J</b></p> <p><b>Monique</b></p>	<p><b>18h-20h</b></p> <p><b>Benjamins</b></p> <p><b>Régine/</b></p> <p><b>Laurent/</b></p>	

17h45-19h30 Benjamins/Minimes Régine/Christian	Monique (Demi-fond Sprint long) Cadets et +		(Demi-fond Sprint long)  Sprint/haies Cadets et + Patrice	17h30-18h30 Minimes et + Longueur/ Triple Saut	10h-12h Saut - Niveau confirmé
18h30-20h Cadets et + Course longue Patrice / Tom	Sprint/ Patrice  Demi-fond Adultes  Alain Sortie Trail Gaëtan		Demi-Fond Adultes Alain  Trail Gaëtan	18h30-20h Minimes et + Sprint/Haies Christian/Patrice	Patrice

LANCER



Lien de pré-inscription obligatoire : <http://forms.gle/rkv4miUxzgcXGB9T9> ou via ce QRcode

Inscription en ligne sur le site du club : <https://www.acnm-athletisme.com/>

2 séances d'essai offertes. Inscription garantie après le dépôt du dossier complet Tarif de la licence : 170 € à l'année