



# Horaires des entraînements et dates des reprises Saison 2018/2019

**Correspondant :** Siege Social E2A

**Tel :** 02 41 27 13 78

**Président :** M. Alain DURAND

**Email :** [e2a.49angers@orange.fr](mailto:e2a.49angers@orange.fr)

**Lieu et horaire d'entraînement :**

(Voir détail ci-après)

**Siège social :** 5 rue Guérin 49100 Angers

**Site Internet :** [www.entente-angevine-athle.fr](http://www.entente-angevine-athle.fr)

**Tarif :**

-Ecole d'Athlétisme et compétition 144€

-Running 144€

-Athlé Santé Marche nordique/Remise en forme /Condition physique 250€

-Athlé santé Marche nordique/Remise en forme ou Condition physique 200€

-Athlé santé Remise en forme et Condition Physique 144€

-Athlé santé marche nordique uniquement 144€

-Athlé santé remise en forme ou condition physique 90€

## Ecole d'Athlétisme

**Eveil Athlé** (enfants nés en 2010-2011-2012) et **Poussins** (enfants nés en 2008-2009)

*1 entraînement au choix :*

✓ **Mercredis** de 14h30 à 16h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

✓ (Sauf pendant les vacances scolaires)

*Reprise le mercredi 12 Septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre*

✓ **Mercredis** de 14h30 à 16h au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)

✓ (Sauf pendant les vacances scolaires)

*Reprise le mercredi 12 Septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre*

✓ **Vendredis** de 18h00 à 19h30 au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)

✓ (sauf pendant les vacances scolaires)

*Reprise le vendredi 14 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 14 et 21 septembre*

**Benjamins** (nés en 2006-2007)

*2 entraînements/semaine :*

✓ **Mercredis** de 16h à 18h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

✓ (lieux et horaires adaptées pendant les vacances scolaires)

*Reprise le mercredi 12 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre*

✓ **Mercredis** de 16h à 18h au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)

✓ (lieux et horaires adaptées pendant les vacances scolaires)

*Reprise le mercredi 12 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre*

✓ **Vendredis** de 18h à 20h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

✓ (lieux et horaires adaptées pendant les vacances scolaires)

*Reprise le vendredi 14 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 14 et 21 septembre*

✓ **Vendredis** de 18h à 20h au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)

✓ (lieux et horaires adaptées pendant les vacances scolaires)

*Reprise le vendredi 14 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 14 et 21 septembre*

## Minimes (nés en 2004 et 2005) :

- ✓ **Mercredis et vendredis** 18h à 20h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)
- ✓ Et un entraînement sur une spécialité (Lundi, Mardi, Jeudi ou Samedi)

Reprise le mercredi 12 Septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre

- ✓ **Mercredis et vendredis** 18h à 20h au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)
- ✓ Et un entraînement sur une spécialité (Lundi, Mardi, Jeudi ou Samedi)

Reprise le mercredi 12 Septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre

## COMPÉTITION

### *Sprint, sauts, lancers, demi-fond, fond, trail, marche*

*De cadets à Vétérans (nés à partir de 2003) :*

- ✓ **Tous les jours** de 18h à 20h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

Reprise le mardi 4 septembre 2018 et le jeudi 6 septembre

- ✓ **Tous les jours** de 18h30 à 20h30 au stade de FRÉMUR (sprint, haies, demi-fond, fond, trail, route)

Reprise le mardi 4 septembre 2018 et le jeudi 6 septembre

- ✓ **Samedis** de 10h à 12h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine) entraînements spécifiques : sprint, haies, longueur et triple saut etc...

Reprise le samedi 1 septembre 2018

A noter : d'autres possibilités d'entraînement viennent s'ajouter à ces heures fixes, chaque groupe convenant d'horaires spécifiques correspondant à l'emploi du temps des athlètes et des entraîneurs.

## RUNNING ET TRAIL

*(Nés à partir de 2003) :*

- ✓ **Mardis et jeudis** de 18h30 à 20h30 au stade de FRÉMUR

Reprise 1ere semaine de Septembre

- ✓ **Mercredis** de 19h à 20h30 et **Dimanches** 9h15/11h30 au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

Reprise 1ere semaine de Septembre

- ✓ **Mardis et jeudis** de 18h à 20h au stade J. & R. MIKULAK (ex Lac de Maine)

Reprise 1ere semaine de Septembre

## ATHLÉ SANTÉ

*(nés à partir de 2003) :*

### MARCHE NORDIQUE

- ✓ **Lundis de 9h30 à 11h00** lieu à consulter sur le site E2A
- ✓ **Mercredis de 18h30 à 20h00** lieu à consulter sur le site E2A
- ✓ **Jeudis de 18h20 à 20h00** lieu à consulter sur le site E2A
- ✓ **Samedis de 10h00 à 11h30** lieu à consulter sur le site E2A

Reprise le 3 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux tous le mois de septembre

### REMISE EN FORME

- ✓ **Mardis de 10h00 à 11h00** au stade de Salpinte (15 rue Alix à Angers)

Reprise le 4 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 4 et 11 septembre

- ✓ **Jeudis de 12h30 à 13h15** au stade de Salpinte (15 rue Alix à Angers)

Reprise le 6 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 6 et 13 septembre

### CONDITION PHYSIQUE

- ✓ **Mercredis de 14h45 à 15h45** au stade de FRÉMUR (rue des Chaffauds à Angers)

Reprise le 12 septembre 2018 avec opération découverte gratuite pour les nouveaux les 12 et 19 septembre