



Union Sportive Argenteuillaise ATHLETISME

Tel. : 07.71.17.33.08

UNION SPORTIVE ARGENTEUILLAISE ATHLETISME

**HORAIRES D'ENTRAINEMENT
SAISON 2017/ 2018**



Les entraînements ont lieu au **Stade du Marais, (Avenue du Parc, à Argenteuil (95))**

CATEGORIES	HORAIRES
EVEIL ATHLETIQUE (2009 à 2011)	Mercredi 16 H 30 à 18 H 00 Vendredi 18 H 00 à 19 H 30
POUSSINS (2007– 2008)	Mercredi 16 H 30 à 18 H 00 Vendredi 18 H 00 à 19 H 30
BENJAMINS (2005 – 2006) MINIMES (2003 – 2004) CADETS (2001 – 2002) JUNIORS (1999 – 2000) ESPOIRS (1996 – 1998) SENIORS (1979 – 1995)	Lundi 18 H 30 à 20 h 00 Mercredi 18 H 30 à 20 H 00 Vendredi 18 H 30 à 20 H 00
COURSES A PIED (cross, route, trail, ...) SENIORS (1979 – 1995) VETERANS (1978 et avant)	Lundi 18 H 30 à 20 h 00 Mercredi 18 H 30 à 20 H 00 Vendredi 18 H 30 à 20 H 00

Une salle de musculation est disponible le lundi et mercredi à partir de 18h30 et jusqu'à 20h dans le complexe de tennis juste à côté du stade (possibilité accompagné d'un diplômé du club)

* **PPG : Préparation physique générale (PPG)**, LUNDI de 18h30 à 20h00 au **stade du Marais**, pour les catégories cadets , juniors, espoirs, seniors et vétérans

Changement de catégorie au 1^{er} NOVEMBRE 2017:

Désormais, les athlètes changent de catégorie au 1er novembre. Cependant, les prises de licence ne changent pas, les athlètes se licencient toujours de septembre à août de l'année suivante. Ainsi, les groupes d'entraînement tiendront compte dès le mois de septembre des nouvelles catégories (cf. années ci-dessus), en prévision du changement de catégories en novembre.