

ORGANISATION DES ENTRAINEMENTS SAISON 2023/2024 - ABV LES HERBIERS

(Catégories effectives au 1er Septembre 2023)

11-juil-23

CATEGORIE	ANNEE	AGES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
U10 - EVEIL ATHLE	2015 - 2017	6 - 10 ANS						9h15 à 10h30	
U12 - POUSSIN	2013 - 2014	10 - 11 ANS		18h30 - 20h00					
U14 - BENJAMIN	2011 - 2012	12 - 13 ANS					17h15 à 18h30		
U16 - MINIME	2009 - 2010	14 - 15 ANS	17h15 à 18h30	17h15 - 18h30	18h00 - 19h30 Spé lancers	17h15 à 19h45 Spécialités			
U18 - CADET	2007 - 2008	16 - 17 ANS	18h30 à 20h	Spécialités 18h30 à 20h00	18h00 à 19h30	17h15 à 19h45 Spécialités	18h00 à 19h30		
U20 - JUNIOR	2005 - 2006	18 - 19 ANS			Spé Lancers		18h00 à 19h30		Spé Lancers
U23 - ESPOIR	2002 - 2004	20 -22 ANS			18h30 à 20h		18h30 à 20h		18h30 à 20h
SENIOR	1990 - 2001	23 - 40 ANS							
<i>Renfo / Muscu</i>	AVANT 2005	> 18 ANS	17h45 à 18h30						
Running STADE de La Demoiselle Spé Trail - Les Alouettes	AVANT 2005	> 18 ANS	18h30 à 20h	12h15 à 13h45	18h45 à 20h15	12h15 à 13h45	18h30 à 20h00		
	AVANT 2005	> 18 ANS		18h30 à 20h00		18h30 à 20h00			
MARCHE NORDIQUE	AVANT 2005	> 18 ANS	9h30 à 11h00	9h30 à 11h00		9h30 à 11h00			
				18h30 à 20h		18h30 à 20h			

Ce qui change au 1er Septembre 2023

EVEILS (2015-2017) : Les entrainements ont désormais lieu le Samedi matin en même temps que les Poussins

POUSSINS (2013-2014) : Entrainement principal le Mardi, option 2e entrainement le Samedi matin