

NOS ENTRAÎNEMENTS

(à compter du mardi 10 octobre 2017)

pour les courses Hors Stade, le cross et les compétitions sur piste :

- Lundi de 18h45 à 19h45 : Entraînement "cross training" au stade de l'Europe à COLMAR
séance animée par Nathalie Aubert
- Mardi et Jeudi à 18h30 : Entraînement "piste" au stade de BIESHEIM
séance animée par Roger Ott, Michel Loiseau et Gabriel Zighmi
- Mercredi à 16h30 : Entraînement "Jeunes" (à partir de 6 ans) à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne)
séance encadrée par Roger Ott et Gabriel Zighmi
- Vendredi à 18h30 : Entraînement au stade de l'Europe à COLMAR
séance animée par Roger Ott

pour la course "Loisir"

- Mardi et Jeudi à 18h30 : Entraînement "Course - Loisir" : RDV au stade municipal de BIESHEIM
séance animée par Catherine Martin-Dietrich et Gilbert Wehrle
- Dimanche matin (1 fois par mois en moyenne) : "Sortie Loisir"
séance animée par Catherine Martin-Dietrich ou Suzel Geissler
(programme diffusé par courriel pour l'indication de l'horaire et du lieu)

pour la Marche nordique :

- Mardi à 9h00 : RDV place de la Porte de Belfort (derrière le Musée) à NEUF-BRISACH
séance "Santé" animée par Hélène Terrière
- Jeudi à 18h30 : RDV à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne) sur le parking du stade avant la piscine
séance "Loisir" animée par Jacqueline Zwingelstein et Hélène Terrière, secondées par Jean-Louis Unterfinger, André Mary et Pascal Mourer
- Jeudi à 18h30 : RDV à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne) sur le parking du stade avant la piscine
séance "Intense" animée par Christian Mary
- Samedi à 9h30 : RDV place de la Porte de Belfort (devant le Musée) à NEUF-BRISACH
séance "Dynamique" animée par Paul Simon