

NOS ENTRAÎNEMENTS (au 1^{er} septembre 2018)

COURSES "HORS STADE" - CROSS - 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" à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne)
séances animées par Roger Ott, Michel Loiseau et Gabriel Zighmi
- **Mercredi à 16h00** : Entraînement "Jeunes" (à partir de 6 ans) à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne)
séance encadrée par Roger Ott et Gabriel Zighmi
- **Mercredi à 18h00** : Entraînement "Escaliers" à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne)
séance encadrée par Roger Ott (rdv au parking après le minigolf)
- **Vendredi à 18h30** : Entraînement au stade de l'Europe à COLMAR
séance animée par Roger Ott

ENTRAÎNEMENTS "COMPÉTITIONS" demi-fond et plus (à partir de Cadets/Cadettes)

- **Lundi de 18h00 à 19h30** : à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne) **contacter vincent.wittmer@gmail.com**
- **Mercredi de 18h00 à 19h30** : à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne) **idem**
- **Samedi de 09h00 à 10h30** : à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne) **idem**

COURSE "LOISIRS"

- **Mardi à 18h30** : Entraînement "Course - Loisirs" : selon RDV fixé par SMS la veille par Gilbert Wehrlé
- **Jeudi à 18h30** : Entraînement "Course - Loisirs" : RDV devant la boulangerie GREACKER à KUNHEIM
séance animée par Sophie Edel
- **Dimanche matin (1 fois par mois en moyenne)** : "Sortie Loisir" :
RDV à 08h45 au "McDo" de BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne)
séance animée par Marie-Noëlle PAPOTI (horaire et lieu précisés par SMS si modifiés)

MARCHE NORDIQUE

- **Mardi à 9h00** : RDV place de la Porte de Belfort (derrière le Musée) à NEUF-BRISACH
séance "Athlé Santé" animée par Hélène Terrière
- **Jeudi à 18h30** : RDV à BREISACH-AM-RHEIN (Allemagne), parking du stade à côté de la piscine
séance "Loisirs" animée par Jacqueline Zwingelstein, Hélène Terrière et André Mary
séance "Intense" animée par Christian Mary, Pascal Mourer et Jean-Louis Unterfinger
- **Samedi à 09h30** : RDV place de la Porte de Belfort (devant le Musée) à NEUF-BRISACH
séance "Dynamique" animée par Paul Simon