



Planning d'entraînement hebdomadaire au 1er novembre 2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche		
9h00		Marche Nordique Forme Santé : Mireille Brayer Toutes catégories Porte de Belfort Neuf-Brisach 				Marche Nordique Dynamique : Paul Simon à partir de Cadet(te)s Lieux variés 	Running Sortie Rythme : Arnaud Speisser (fréquence à définir), à partir de Cadet(te)s Lieux variés		
9h30									
11h00									
15h00 - 17h00			Séance Jeunes : Roger Ott et David Da Silva Ecole d'Athlé à Minimes Waldstadium Breisach 						
18h00		Running Piste Performance : Roger Ott Waldstadium Breisach Loisir : Michèle Martin-Wehrlé à partir de Minimes Lieux variés	Marche Nordique Compétition : Pascal Mourer Performance : Jean-François Pariat à partir de Cadet(te)s Stade Neuf-Brisach 	Running Piste Compétition : Arnaud Speisser Performance : Roger Ott à partir de Minimes Waldstadium Breisach	Marche Nordique Compétition : Pascal Mourer Performance : J-François Pariat Loisir : J-Louis Unterfinger à partir de Cadet(te)s Lieux variés	Running Piste Compétition ou Performance : Roger Ott à partir de Minimes Stade de l'Europe Colmar 			
18h30									
19h30									
20h00									