



Informations générales

L'Athletic Club de Haute Vilaine a pour vocation de développer toutes les pratiques autour de l'Athlétisme, pour tous les âges et tous les niveaux.

Affilié à la Fédération Française d'Athlétisme, nous sommes une section du Haute Bretagne Athlétisme, premier club français par points et membre du cercle fermé des clubs Elite de la FFA. Nous sommes présents sur les communes de Noyal sur Vilaine et Nouvoitou.

L'encadrement des activités est assuré par les membres du club, qui suivent régulièrement les formations proposées par la FFA. Le club forme aussi des juges, qui peuvent intervenir à différents niveaux de compétition.

Athlétisme sur stade

Toutes les disciplines de l'Athlétisme peuvent être pratiquées sur un stade, en mode Découverte pour les Eveils et Poussins, et ensuite en loisir ou en compétition, pour les autres catégories d'âge.

Running

Vous cherchez une activité de course hors stade ou vous voulez participer à des courses sur route?

Participez à des séances d'entrainement spécifiques, avec un créneau de Préparation Physique Générale, avec les conseils de nos entraineurs.

Trail

Vous êtes plutôt sentiers en forêt, chemin creux et adeptes de terrains techniques et de montées et descentes ?

Les séances sont adaptées à tous niveaux, chacun allant à son intensité et composées d'exercices spécifiques et de travail de fond pour vous permettre de progresser.

Fitness

Renforcement musculaire, circuit training, pilates, stretching et relaxation, voici le menu des séances Fitness que vous propose notre coach.

Musculation

Des exercices de renforcement musculaire adaptés à la pratique de l'Athlétisme, avec des objectifs différents selon le souhait et le besoin recherché.

Marche Nordique

En accentuant le mouvement du bras pendant la marche et en propulsant le corps vers l'avant à l'aide des bâtons, vous marcherez plus vite et plus loin.

Toute la partie supérieure du corps est sollicitée pendant la marche, ce qui en fait une activité complète accessible à tous.

Evénements club

L'ACHV organise deux événements majeurs :

- Le Neveztell Trail en octobre, à Nouvoitou
- Le Relais Run'In Noyal, en juin, à Noyal sur Vilaine

Ils sont ouverts à tous, licenciés ou non licenciés.

Pour nous contacter

Tel:06.31.10.68.13 Site:http://achv.club Mail:contact.achv@gmail.com

Site: http://achv.club Mail:contact.achv@gmail.com v1.2 1/4





Activités, lieux et horaires

Athlétisme à Noyal sur Vilaine, stade Paul Ricard				
Athlétisme Jeunes	Samedi	10h00	12h00	
Sprint Cadets et plus	Lundi	18h30	20h00	
Lancer Minimes et plus	Mardi	17h30	19h00	
Musculation Athlétisme	Mercredi	17h30	19h15	
Athlétisme à Nouvoitou, stade de Nouvoitou				
Athlétisme Eveils, Poussins, Benjamins	Mercredi	14h00	16h00	
Athlétisme Minimes	Mercredi	14h00	16h00	
Préparation Physique Générale	Mercredi	19h00	20h00	
Marche nordique à Noyal Sur Vilaine				
Marche Nordique (début de la séance ¼ heure plus tard)	Mardi	9h00	11h00	
	Mardi	18h30	20h45	
	Jeudi	9h00	11h00	
	Jeudi	18h30	20h45	
	Samedi	9h00	11h15	
Running à Noyal Sur Vilaine				
Running	Mardi	18h30	20h00	
	Jeudi	18h30	20h00	
	Samedi	10h00	12h00	
	Dimanche	9h00	11h00	
Trail	Samedi	9h45	11h45	
Running à Nouvoitou				
Running	Mardi	19h00	20h30	
	Jeudi	19h00	20h30	
	Dimanche	9h30	11h30	
Trail	Samedi	10h00	11h30	
Fitness à Noyal Sur Vilaine, salle des Korrigans				
Renforcement musculaire	Mardi	19h45	20h45	
Pilates	Jeudi	12h30	13h15	

Site: http://achv.club Mail: contact.achv@gmail.com v1.2 2/4





Tarifs des activités

Activités	Licence	Année	Montant		
Athlétisme (1) ou Running (1) (2) ou Trail (1) (2) ou Marche Nordique (1) (2)					
Éveil Athlé ⁽³⁾	Découverte	2015 à 2017 ⁽³⁾	110,00€		
Poussin	Découverte	2013 - 2014	110,00€		
Benjamin	Compétition	2011 - 2012	115,00 €		
Minime	Compétition	2009 - 2010	120,00€		
Cadet	Compétition	2007 - 2008	130,00 €		
Junior	Compétition	2005 - 2006	130,00€		
Espoir	Compétition	2002 à 2004	140,00 €		
Senior	Compétition	1990 à 2001	145,00 €		
Master	Compétition	Avant 1989	145,00 €		
Maillot Compétition, obligatoire avec la licen	35,00 €				
Running ou Trail ou Marche Nordique ⁽¹⁾⁽²⁾	Running	Avant 2007	110,00€		
Fitness (2): circuit training, renforcement	100,00€				
Fitness + Running (2) ou Trail (2) ou Marche Nordique (2)			190,00 €		
Réduction famille : applicable 1 fois dès 3 adhésions à taux plein de la même famille					

⁽¹⁾ Permet l'accès à la Préparation Physique Générale (mercredi à Nouvoitou) et à la Musculation Athlétisme (mercredi à Noyal) (avec priorité aux jeunes concourant à haut niveau)

⁽²⁾ Activité accessible à partir de la catégorie Cadet

⁽³⁾ A Nouvoitou, seuls les enfants des années 2016 et 2015 sont acceptés



















