

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.

<p>Athlétisme sur stade</p> <p>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.</p>	<p>Running</p> <p>Vous cherchez une activité de course hors stade ou vous voulez participer à des courses sur route ?</p> <p>Participez à des séances d'entraînement spécifiques, avec un créneau de Préparation Physique Générale, avec les conseils de nos entraîneurs.</p>	<p>Trail</p> <p>Vous êtes plutôt sentiers en forêt, chemin creux et adeptes de terrains techniques et de montées et descentes ?</p> <p>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.</p>
<p>Fitness</p> <p>Renforcement musculaire, circuit training, pilates, stretching et relaxation, voici le menu des séances Fitness que vous propose notre coach.</p>	<p>Musculation</p> <p>Des exercices de renforcement musculaire adaptés à la pratique de l'Athlétisme, avec des objectifs différents selon le souhait et le besoin recherché.</p>	<p>Marche Nordique</p> <p>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.</p> <p>Toute la partie supérieure du corps est sollicitée pendant la marche, ce qui en fait une activité complète accessible à tous.</p>
<p>Evénements club</p> <p>L'ACHV organise deux événements majeurs :</p> <ul style="list-style-type: none">- Le Neveztell Trail en octobre, à Nouvoitou- Le Relais Run'In Noyal, en juin, à Noyal sur Vilaine <p>Ils sont ouverts à tous, licenciés ou non licenciés.</p>		<p>Pour nous contacter</p> <p>Tel : 06.31.10.68.13 Site : http://achv.club Mail : contact.achv@gmail.com</p>

Activités, lieux et horaires

Athlétisme à Noyal sur Vilaine, stade Paul Ricard			
Lancer Benjamins et +	Mardi	18:00	19:30
Musculation Athlétisme Cadets et +	Mercredi	17:30	19:15
Athlétisme Minimes	Jeudi	18:30	20:00
Athlétisme Eveils	Samedi	10:00	11:30
Athlétisme Poussins à Masters	Samedi	10:00	12:00
Athlétisme à Nouvoitou, stade de Nouvoitou			
Athlétisme Eveils, Poussins, Benjamins	Mercredi	14:00	16:00
Athlétisme Minimes	Mercredi	14:00	16:00
Préparation Physique Générale	Mercredi	19:00	20:00
Marche nordique			
Marche Nordique à Noyal Sur Vilaine (Début de la séance ¼ heure plus tard)	Mardi	09:00	11:00
	Mardi	18:30	20:45
	Jeudi	09:00	11:00
	Jeudi	18:30	20:45
	Samedi	09:00	11:15
Running			
Running à Noyal Sur Vilaine	Mardi	18:30	20:00
	Jeudi	18:30	20:00
	Samedi	10:00	12:00
	Dimanche	09:00	11:00
Running à Nouvoitou	Mardi	19:00	20:30
	Jeudi	19:00	20:30
	Dimanche	09:30	11:30
Trail			
Trail à Nouvoitou	Samedi	10:00	11:30
Trail à Noyal Sur Vilaine	Samedi	09:45	11:45
Fitness à Noyal Sur Vilaine, salle des Korrigans			
Pilates	Lundi	18:30	19:30
Renforcement musculaire	Mardi	19:45	20:45
Circuit training	Jeudi	19:45	20:45

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	2016 à 2018 ⁽³⁾	115,00 €
Poussin	Découverte	2014 – 2015	115,00 €
Benjamin	Compétition	2012 – 2013	120,00 €
Minime	Compétition	2010 – 2011	125,00 €
Cadet	Compétition	2008 – 2009	135,00 €
Junior	Compétition	2006 – 2007	135,00 €
Espoir	Compétition	2003 à 2005	145,00 €
Senior	Compétition	1991 à 2002	150,00 €
Master	Compétition	1990 et avant	150,00 €
Maillot Compétition, obligatoire avec la licence Compétition, sauf Benjamin			35,00 €
Running ou Trail ou Marche Nordique ⁽¹⁾⁽²⁾	Running	2008 et avant	115,00 €
Fitness ⁽²⁾ : circuit training, renforcement musculaire, pilates			120,00 €
Fitness + Running ⁽²⁾ ou Trail ⁽²⁾ ou Marche Nordique ⁽²⁾			215,00 €
Réduction famille : applicable 1 fois dès 3 adhésions à taux plein de la même famille			-20,00 €

(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 2017 et 2016 sont acceptés

