

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'entraînement spécifiques, avec un créneau de Préparation Physique Générale, avec les conseils de nos entraîneurs.	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

Activités, lieux et horaires

Athlétisme à Noyal sur Vilaine, stade Paul Ricard			
Athlétisme Cadets et +	Lundi	18:00	20:00
Lancer, cross ou sauts Benjamins et +	Mardi	18:00	19:15
Musculation Athlétisme Cadets et +	Mercredi	17:30	19:15
Athlétisme Minimes et +	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 (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			
à Noyal Sur Vilaine	Mardi	18:30	20:00
	Jeudi	18:30	20:00
	Samedi	10:00	12:00
	Dimanche	09:00	11:00
à Nouvoitou	Mardi	19:00	20:30
	Jeudi	19:00	20:30
Trail			
à Nouvoitou	Samedi	10:00	11:30
à Noyal Sur Vilaine	Samedi	09:45	11:45
Fitness à Noyal Sur Vilaine, salle des Korrigans			
Pilates	Lundi	18:30	19:30
	Jeudi	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	Formule MonClub
Licence Compétition : Athlétisme, Cross, Running, Trail ou Marche Nordique ⁽¹⁾ <i>La licence Compétition permet d'accéder à toutes les compétitions et de marquer des points au classement FFA.</i>				
Éveil Athlé ⁽²⁾	Découverte	2017 à 2019	120,00 €	0101
Poussin	Découverte	2015 – 2016	120,00 €	0102
Benjamin	Compétition	2013 – 2014	125,00 €	0103
Minime	Compétition	2011 – 2012	130,00 €	0104
Cadet	Compétition	2009 – 2010	140,00 €	0105
Junior	Compétition	2007 – 2008	140,00 €	0106
Espoir	Compétition	2004 à 2006	150,00 €	0107
Senior	Compétition	1992 à 2003	155,00 €	0108
Master	Compétition	1991 et avant	155,00 €	0109
Maillot Compétition, obligatoire avec la licence Compétition, sauf Eveil, Poussin et Benjamin			35,00 €	1001
Licence Running ou Santé : Running, Trail ou Marche Nordique <i>La licence Running est suffisante pour participer à des courses hors stade. La licence Santé permet seulement la pratique en entraînement. Elles ne sont accessibles qu'à partir de la catégorie Cadets.</i>				
Running	Running ou Santé	2009 et avant	125,00 €	0001
Marche Nordique	Running ou Santé	2009 et avant	125,00 €	0003
Trail	Running ou Santé	2009 et avant	125,00 €	0002
Fitness : circuit training, renforcement musculaire, pilates	Sans licence	2009 et avant	150,00 €	0501
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) A Nouvoitou, seuls les enfants des années 2017 et 2018 sont acceptés.

