

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
Circuit training	Jeudi	19h45	20h45