

## Créneaux d'entraînement au Grand Angoulême Athlétisme



### Créneaux d'entraînement à Ma Campagne (Angoulême)

**Stade du Grand Angoulême**  
 Quartier de Ma Campagne  
 11 boulevard Jean-Moulin  
 1600 Angoulême

CADETS A MASTERS (année de naissance : à partir de 2009)						
Jours	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Sprint court et long</b>	18h à 20h		18h à 20h		Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Marche athlétique</b>	18h à 20h		18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Lancers</b>	18h à 20h		18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Demi-fond</b>	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Perche</b>		18h à 20h		18h à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Hauteur</b>			18h à 20h			
<b>Running</b> <a href="#">Plus d'info cliquez ici.</a>	18h à 20h	18h à 20h	18h à 20h	18h30 à 20h	Suivant entraîneur	Suivant entraîneur
<b>Marche nordique</b> <a href="#">Plus d'info cliquez ici.</a>			Séance de cardio : 18h			
<b>Préparation physique</b> <a href="#">Plus d'info cliquez ici.</a>	18h à 20h	16h à 18h & 18h à 20h		12h à 14h & 18h à 20h		
BENJAMINS & MINIMES (année de naissance 2010 à 2013)						
Jours		Mercredi		Vendredi		
<b>Benjamins</b> <a href="#">Plus d'info cliquez ici.</a>		16h à 18h		18h à 19h30		
<b>Minimes</b> <a href="#">Plus d'info cliquez ici.</a>		16h à 18h		18h à 19h30		
EDUCATION ATHLETIQUE (année de naissance 2014 à 2019)						
Jours		Mercredi		Samedi		
<b>Ecole d'Athlé 1ère année (2018)</b>		14h30 à 16h				
<b>Ecole d'Athlé 2ème et 3ème années (2016-2017)</b>		14h à 16h		9h30 à 11h30		
<b>Poussins (2014-2015)</b>		14h à 16h		9h30 à 11h30		

Plus d'information sur l'Education Athlétique : [cliquez ici](#)



## Créneaux d'entraînement à Saint Yrieix

**Gymnase des Berneries**  
3 allée des Berneries  
16710 Saint Yrieix sur Charente

EDUCATION ATHLETIQUE	
<b>Jours</b>	Samedi
<b>Baby (2019)</b>	9h à 10h à St Yrieix

Plus d'informations sur la catégorie Baby : [cliquez ici](#)



## Créneaux d'entraînement à Ruelle sur Touvre

**Stade de Puyguillen**  
Rue de Puyguillen  
(ou impasse de Puyguillen, selon les GPS)  
16600 Ruelle sur Touvre

EDUCATION ATHLETIQUE (année de naissance 2014 à 2017)			
Jours	Mardi	Mercredi	Vendredi
<b>Ecole d'Athlé 2ème et 3ème année (2016-2017)</b>		16h30 à 18h30	
<b>Poussins (2014-2015)</b>		16h30 à 18h30	

Plus d'information sur l'Education Athlétique : [cliquez ici](#)

RUNNING ET DEMI-FOND			
Jours	Mardi	Mercredi	Vendredi
<b>Running</b>	18h à 20h		18h à 20h
<b>Licenciés compétition demi-fond</b>	18h à 20h		18h à 20h

Plus d'informations sur le Running : [cliquez ici](#)



## Créneaux d'entraînement au Stade Léonide Lacroix

Stade Léonide Lacroix  
Rue Robert Jolly  
1600 Angoulême

### EDUCATION ATHLETIQUE (années de naissance : 2014 à 2017)

<b>Jours</b>	Mercredi
<b>Ecole d'Athlé 2ème et 3ème année (2016-2017)</b>	14h à 16h
<b>Poussins (2014-2015)</b>	14h à 16h

Plus d'information sur l'Education Athlétique : [cliquez ici](#)



## Créneaux d'entraînement Santé Loisir Section Remise en Forme

Salle ESPE  
227 rue de Montmoreau 16000 Angoulême

Toutes les informations sur la Remise en Forme :  
[Cliquez ici](#)

### REMISE EN FORME

<b>Jours</b>	Horaires
<b>Lundi</b>	18h45 à 19h45
<b>Mardi</b>	19h30 à 20h30
<b>Mercredi</b>	18h45 à 19h45



## Créneaux d'entraînement Santé Loisir Section Marche Nordique

Toutes les informations sur la Marche Nordique :  
[Cliquez ici](#)

MARCHE NORDIQUE					
Jours	lundi	mardi	jeudi	vendredi	dimanche
Marche nordique traditionnelle (lieu précisé quelques jours avant)	9h00		9h00		9h00
Marche nordique santé (lieu précisé quelques jours avant)		10h00		9h30	
Séance cardio au stade du Grand Angoulême			18h30		