



# Union Sportive Argenteuillaise ATHLETISME

Tel. : 07.71.17.33.08

**UNION SPORTIVE ARGENTEUILLAISE ATHLETISME**

**HORAIRES D'ENTRAINEMENT  
SAISON 2018/ 2019**



Les entraînements ont lieu au **Stade du Marais, (Avenue du Parc, à Argenteuil (95))**

CATEGORIES	HORAIRES
<b>EVEIL ATHLETIQUE</b> (2010 à 2012)	Mercredi 16 H 30 à 18 H 00 Vendredi 18 H 00 à 19 H 30
<b>POUSSINS</b> (2008– 2009)	Mercredi 16 H 30 à 18 H 00 Vendredi 18 H 00 à 19 H 30
<b>BENJAMINS (2006 – 2007)</b> <b>MINIMES (2004 – 2003)</b> <b>CADETS (2002 – 2003)</b> <b>JUNIORS (2000 – 2001)</b> <b>ESPOIRS (1997 – 1999)</b> <b>SENIORS (1980 – 1996)</b>	Lundi 18 H 30 à 20 h 00 Mercredi 18 H 30 à 20 H 00 Vendredi 18 H 30 à 20 H 00
<b>COURSES A PIED</b> (cross, route, trail, ...) <b>SENIORS (1980 – 1996)</b> <b>VETERANS (1979 et avant)</b>	Lundi 18 H 30 à 20 h 00 Mercredi 18 H 30 à 20 H 00 Vendredi 18 H 30 à 20 H 00

Une salle de musculation est disponible le lundi et mercredi à partir de 18h30 et jusqu'à 20h dans le complexe de tennis juste à côté du stade (possibilité accompagné d'un diplômé du club)

\* **PPG : Préparation physique générale (PPG)**, LUNDI de 18h30 à 20h00 au **stade du Marais**, pour les catégories cadets , juniors, espoirs, seniors et vétérans

### **Changement de catégorie au 1<sup>er</sup> NOVEMBRE 2018:**

Désormais, les athlètes changent de catégorie au 1er novembre. Cependant, les prises de licence ne changent pas, les athlètes se licencient toujours de septembre à août de l'année suivante. Ainsi, les groupes d'entraînement tiendront compte dès le mois de septembre des nouvelles catégories (cf. années ci-dessus), en prévision du changement de catégories en novembre.