



Horaires d'entraînement Val de Reuil Athlétique Club

Année 2021/2022

Créneaux entraînement VRAC			
Athlétisme découverte			
Baby athlé (2016-2017-2018) Responsable : Quentin Baugue	Mercredi	13h30 - 14h30	
Eveils athlétisme (2013-2014-2015) Responsable : Quentin Baugue	Mercredi	14h30 - 16h00	
Poussins (2011-2012) Responsable : Quentin Baugue	Lundi	18h00 - 19h30	
	Mercredi	16h00 - 17h30	
Athlétisme compétition			
Benjamins (2009-2010) Responsable : Bouba Sissoko	Mercredi	18h00 - 20h00	
	Vendredi	18h00 - 20h00	
Minimes (2007-2008) Responsable : Bouba Sissoko	Mercredi	18h00 - 20h00	
	Vendredi	18h00 - 20h00	
Demi-fond jeunes Entraîneur : Bouba Sissoko	Mardi	18h30 - 20h00	
	Jeudi	18h30 - 20h00	
Cadets à Masters (2006 à Avant)	Sprint Entraîneur : Tony Daga	Lundi	18h30 - 20h30
		Mardi	18h30 - 20h30
		Jeudi	18h30 - 20h30
		Samedi	10h00 - 12h00
	Sauts horizontaux Entraîneur : Bouba Sissoko	Lundi	18h30 - 20h00
		Mercredi	18h30 - 20h00
		Vendredi	18h30 - 20h00
	Demi-fond Entraîneur : Mokhtar Benhari	Mardi	18h30 - 20h00
		Jeudi	18h30 - 20h00
		Dimanche	10h00 - 12h00
	Marche athlétique Entraîneur : Cédric Denisselle	Mardi	18h30 - 20h00
		Jeudi	18h30 - 20h00
Samedi		10h00 - 12h00	
Lancer Entraîneur : Quentin Baugue	Mercredi	18h30 - 20h00	
Sport adapté et handisport			
Sport adapté (minimes et +) Entraîneur : Quentin Baugue	Lundi	16h30 - 18h00	
Handisport (minimes et +) Entraîneur : Quentin Baugue	Mardi	17h00 - 18h30	
	Jeudi	17h00 - 18h30	

Hors Stade		
Marche Nordique Entraîneurs : Mokhtar Benhari, Philippe Duhomeaux, Jean Luc Vandel	Lundi	18h30 - 20h30
	Mercredi	18h30 - 20h30
	Jeudi	9h15 - 11h15
	Dimanche (un par mois)	9h30 - 11h30
Running Entraîneur : Didier Levieil, Quentin Baugue	Mardi	18h30 - 20h15
	Jeudi	18h30 - 20h15
Trail Entraîneur : Jean Hugues Boyer	Mardi	18h30 - 20h15
	Jeudi	18h30 - 20h15
Renforcement Musculaire		
Renforcement Musculaire Entraîneur : Quentin Baugue	Jeudi	19h00 - 20h00
Entreprises		
Sanofi Pasteur Entraîneur : Wilfrid Vallois	Mercredi	18h30 - 20h00
	Samedi	9H00 - 10H30