



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 : Chloé Mignard	Mercredi	18h00 - 20h00
	Vendredi	18h00 - 20h00
Minimes (2007-2008) Responsable : Chloé Mignard	Mercredi	18h00 - 20h00
	Vendredi	18h00 - 20h00
Demi-fond jeunes Entraîneur : Chloé Mignard	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 : Pierre Grondin	
	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	
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 Entraîneurs : Didier Levieil, Quentin Bague	Mardi	18h30 - 20h15
	Jeudi	18h30 - 20h15
Trail Entraîneur : Jean Hugues Boyer	Mardi	18h30 - 20h15
	Jeudi	18h30 - 20h15
Renforcement Musculaire		
Renforcement Musculaire Entraîneurs : Quentin Bague, Chloé Mignard, Jean-Hugues Boyer	Lundi	19h00 - 20h00
	Mercredi	18h30 - 20h30
	Jeudi	19h00 - 20h00
Entreprises		
Sanofi Pasteur Entraîneur : Wilfrid Vallois	Mercredi	12h00 - 13h15
	Mercredi	18h30 - 20h00
	Samedi	9H00 - 11H00