

**PLANNING DES ENTRAINEMENTS  
RCN VALLET 2024-2025**

ATHLETISME COMPÉTITION											
	Discipline	Catégories	Entraîneur Référent	Aides initiateur/ Entraîneurs Adjoints	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Filière découverte	Athlétisme	Eveil athlé / Poussin	Céline.C	Jeanne.D Enzo			16h - 17h30				
Filière compétition jeunes	Athlétisme	Benjamins	Antoine.R	Charles.R			16h30-18h		17h30 - 19h		
	Athlétisme	Minimes	Celine.C				17h30-19h		17h30 - 19h		
Filière compétition spécialité	Demi-fond	Mi à CA+	Antoine R., Johan L.		19h - 20h30		19h - 20h30		19h - 20h30		
	Sprint/Haies - Lancers - Sauts	Mi à CA+	Antoine R.	Tiphaine.M	19h - 20h30		19h - 20h30		19h - 20h30		
ATHLETISME RUNNING											
Running					Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
							19h - 20h30		19h - 20h30		
							Johan		Team bénévoles		
ATHLETISME SANTÉ LOISIR - MARCHÉ NORDIQUE LOISIR											
Marche nordique - Allure loisir					Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						18h45 - 20h15				9h - 10h30	
										Nicolas Bénévoles	
AUTRES SECTIONS - ATHLÉ SANTÉ LOISIR											
Marche nordique - Allure douce					Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					14h - 15h30	9h30 - 11h		11h30 - 13h	14h - 15h30		
					Elie	Nicolas		Nicolas	Elie		
					Secteur Saint-Julien	Secteur St-Sébastien Ste-Luce sur Loire		Secteur Saint-Sébastien	Secteur Vertou		

*Les plannings sont susceptibles d'être modifiés en septembre. Merci pour votre compréhension*

→ Les marcheurs peuvent marcher tous les jours dans toutes les sections du RCN

→ Marche nordique : Lieux d'entraînement sur le site internet du RCN : [www.rcnantis.fr](http://www.rcnantis.fr) ; Rubrique Athlé Santé Loisir ; Marche Nordique ; Horaires