



ENTRAINEMENT ATHLETISME

Section de VILLEFRANCHE - SAISON 2026/2027



Lieu	Eveil/Poussins Nés en 2016 à 2018 1 seule séance / semaine	BENJAMINS Nés en 2014/2015 2 séances possible	MINIMES Nés en 2012/2013	CADETS et + Nés en 2011 et av
Villefranche	Jeudi – 18h-19h30 Vendredi – 18h/19h30	Mardi 18h – 19h30 Jeudi 18h – 19h30	Mardi 18h – 19h30 Jeudi 18h – 19h30 Vendredi 18h – 19h30	Lundi Section sportive Mardi 18h – 19h30 Mercredi 18h – 19h30 Jeudi 18h – 19h30 Vendredi 18h – 19h30
Belleville	Mercredi 16h45 – 18h15	Lundi 18h15 - 19h45 Mercredi 16h45 – 18h15 Vendredi 18h15 - 19h45	Lundi 18h15 - 19h45 Mercredi 16h45 – 18h15 Vendredi 18h15 - 19h45	Lundi 18h15 - 19h45 Mercredi 18h30 - 20h00 Vendredi 18h15 - 19h45
Anse	Mercredi 16h – 17h30	Mercredi 16h - 17h30	Mercredi 16h – 17h30	
Trévoux	Vendredi 18h15 – 19h45	Mercredi 14h00 – 15h30 Vendredi 18h15 – 19h45	Mercredi 14h00 – 15h30 Vendredi 18h15 – 19h45	Mercredi 14h00 – 15h30 Vendredi 18h15 – 19h45

Pour les catégories **Eveil / Poussins / Benjamins et Minimes**, il n'y a pas de spécialité, ils pratiquent toutes les disciplines avec quelques dominantes.

Pour les **Cadets et plus**, ils choisissent une ou plusieurs discipline parmi :

Lieu	Sprint/ Haies	½ Fond	Fond	Sauts	Lancers
Villefranche	Mardi / Jeudi / Vendredi	Mercredi / Vendredi	Mardi / Jeudi	Mercredi / Vendredi	Mercredi /
Belleville	Lundi Vendredi	Lundi Vendredi		Lundi Mercredi	Lundi / Mercredi



Planning de la Section Santé Loisirs - SAISON 2026 / 2027

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
Marche Nordique (MN)	Beaujolois matin		Beaujolois matin		Beaujolois matin
Accompagnement Running (AR)		Villefranche soir		Villefranche soir	
Remise en Forme (RM) (gymnase)	Belleville soir	Villefranche midi		Villefranche midi	
Condition Physique (CP) (stade)			Belleville soir		

Marche Nordique	Lundi de 9h à 10h30 Mercredi de 8h30 à 11h30 Samedi de 9h00 à 12h00	1 groupe le Lundi 2 groupes d'1h30 le Merc et le Sam (débutant & confirmé) voir Blog
Accompagnement Running	Mardi de 17h30 à 18h45... Mardi de ...18h45 à 20h00 Jeudi de 17h30 à 18h45 ... Jeudi ...18h45 à 20h00	Villefranche (Stade le mouton) Sorties sur route possible – voir Blog
Remise en Forme	Lundi de 17h30 à 19h30 Mardi de 12h15 à 13h15 Jeudi de 12h15 à 13h15	Belleville (Salle Marc Julien) 2 fois 1h Villefranche (Gymnase le Garet) Villefranche (Gymnase le Garet)
Condition Physique	Mercredi de 18h30 à 19h30	Belleville (Stade)

Renseignements : Renaud Jaillardon 07-70-96-20-80