



PLANNING ENTRAINEMENTS USAA

SAISON 2026/2027

CATEGORIES	Né en ...	CRENEAUX
Adultes	1992 et avant	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés
		MARDI 19h00 - 20h30: Running fractionné sur piste
		JEUDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés
		JEUDI 18h30 - 20h00: Sortie running hors stade
		VENDREDI 17h00: Sortie running hors stade (durée 45min à 02h selon les présents)
		DIMANCHE 09h30: Sortie running hors stade (Heure exacte envoyée par mail en fin de semaine)
Seniors	1993 à 2004	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés
		MARDI 19h00 - 20h30: Running fractionné sur piste
U23 / Espoirs	2005 à 2007	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés
		MERCREDI 19h00 - 20h30 Stade
U20 / Juniors	2008 / 2009	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation)
		MERCREDI 19h00 - 20h30 Stade
		SAMEDI 09h30 - 11h00 Stade
U18 / Cadets	2010 / 2011	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation)
		MERCREDI 19h00 - 20h30 Stade
		SAMEDI 09h30 - 11h00 Stade
U16 / Minimes	2012 / 2013	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation)
		MERCREDI 19h00 - 20h30 Stade
		SAMEDI 09h30 - 11h00 Stade
U14 / Benjamins	2014 / 2015	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation)
		MERCREDI 18h00 - 19h30 Stade
		VENDREDI 18h30 - 20h00 Stade
U12 / Poussins + Eveils Athlétiques 3	2016 / 2017 / 2018	MERCREDI 16h45 - 18h15
		SAMEDI
		Eté (jusqu'au 31/10/26): 10h00 - 11h30
		Hiver (jusqu'au 01/03/27): 09h30 - 11h00
Éveils Athlétiques 1 + Eveils Athlétiques 2	2019 / 2020	MERCREDI 15h00 - 16h30
		SAMEDI
		Eté (jusqu'au 31/10/26): 10h00 - 11h30
		Hiver (jusqu'au 01/03/27): 11h00 - 12h00
Baby Athlé	2021 / 2022	MERCREDI 15h00 - 16h00
		SAMEDI
		Eté (jusqu'au 31/10/26): 10h00 - 11h30
		Hiver (jusqu'au 01/03/27): 11h00 - 12h00

DISCIPLINES SUPPLEMENTAIRES

MARCHE ATHLETIQUE

CATEGORIES	CRENEAUX
Adultes + Ados sur invitation	VENDREDI 18h00 - 19h30: Piste

MARCHE NORDIQUE

CATEGORIES	CRENEAUX
Adultes	MARDI 18h15 - 19h45: Hors Stade
	VENDREDI 18h30 - 20h00: Hors Stade
	DIMANCHE 09h30 - 11h30: Hors Stade