



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 *
U18 / Cadets	2010 / 2011	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation) MERCREDI 19h00 - 20h30 Stade *
U16 / Minimes	2012 / 2013	LUNDI 18h15 - 19h15: Running coureurs confirmés (sur invitation) MERCREDI 19h00 - 20h30 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 09h30 - 11h00 ou 10h00 - 11h30 (décision à venir)
Éveils Athlétiques 1 + Eveils Athlétiques 2	2019 / 2020	MERCREDI 15h00 - 16h30 SAMEDI 09h30 - 11h00 ou 10h00 - 11h30 (décision à venir)
Baby Athlé	2021 / 2022	MERCREDI 15h00 - 16h00 SAMEDI 09h30 - 11h00 ou 10h00 - 11h30 (décision à venir)

* Pour les catégories Minimes, Cadets et Juniors, un 2ème créneau stade est envisagé, en attente de confirmation

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