

SAISON 2021-2022

ATHLETISME					FORME & SANTE			
Cadet + : Sprint, Lancer...	Minimes	Benjamins	EA/ Poussins	HS compétition Demi Fond	Running		Marche Nordique	
Lundi					Running Compét(renforct muscul.) 19h00-20h30 (tous les 15j) (salle des gardes-Le Loroux) Yvonnick SIMON		Marche Nordique Allure loisirs 18h45-20h15 Charline MEUTERLOS	MN allure douce 14h00-15h30 Nicolas LECHAT
Mardi	au Loroux Bottereau 18h30-20h30 Alain DURAND (*)			à St Julien Concelles 18h30-20h00 Benoit PASCAUD(*) Anthony GENET René JAHAN	Running compétition & Loisir 18h30-20h00 Patrice TREMBLAY Pascal LEBAIL Anaïs & Coralie ANDRE Marie Claire CHESNEAU Catherine BOURBON Isabelle MARCHAIS Jacques BATARD Théo CATHELINAIS	Running loisir 18h30-20h Jacqueline DENIS		
Mercredi	au Loroux Bottereau 15h30-20h30 Alain DURAND (*)	à St Julien Concelles 17h-19h00 Raffaël DENIAU (*) Paul ROCHER (aide 18h/19h))	à St Julien Concelles 18h30-20h Paul ROCHER (*) Chloé DURAND	à St Julien Concelles 18h30-20h00 David LEON(*) un parent un parent Nolann GENET Josselin LEON				
Jeudi				à St Julien Concelles 18h30-20h00 Benoit PASCAUD(*) Anthony GENET René JAHAN	Running compétition & Loisir 18h30-20h Patrice TREMBLAY Pascal LEBAIL Anaïs & Coralie ANDRE Marie Claire CHESNEAU Catherine BOURBON Isabelle MARCHAIS Jacques BATARD Théo CATHELINAIS	Running loisir 18h30-20h Jacqueline DENIS	Marche Nordique Allure loisirs 14h15-15h45 Johan LAMY(tous les 15j) Jean Claude COUILLAUD(*) Marc ANDRE(*) Marc GUILARD(selon dispo)	
Vendredi	à St Julien Concelles 18h30-20h30 Alain DURAND (*) 19h-20h30 Raffael (sauts horizontaux)	à St Julien Concelles 17h30-19h00 Raffaël DENIAU (*) Alain DURAND (aide 17h30/18h30)	à St Julien Concelles 18h30-20h00 Paul ROCHER (*) Florent DERENNE + ?					
Samedi	à St Julien Concelles 10h30-12h00 (LANCER) Alain DURAND (*)			au Loroux Bottereau 13h30-15h30 Benoit PASCAUD(*)			Marche Nordique Allure loisirs 9h30-11h00 Jean Claude COUILLAUD(*) Marc ANDRE(*)	

 (*) Entraîneur Référent
CADETS + Athlé
Compétition
Alain DURAND

 (*) Entraîneur Référent
MINIMES
Raffaël DENIAU

 (*) Entraîneur Référent
BENJAMINS
Paul ROCHER

 (*) Entraîneur Référent
EA/POUSSINS
David LEON

 (*) Entraîneurs Référents
MARCHE NORDIQUE
Jean Claude COUILLAUD
& Marc ANDRE

 → Les marcheurs peuvent marcher tous les jours dans toutes les sections du RCN
 → Horaires & lieux sur le site internet du RCN, www.rcnantais.fr Rubrique Athlé Santé Loisir, Marche Nordique, Horaires

 Animateurs MN en soutien : Marc
Guilard, Gérard Durand(Thouaré)