

Planning Entraînements RCN Section Nantes - Saison 21/22
Stade Michel Leconte - 2 Boulevard Maurice Bertin 44200 Nantes

maj le 03/09/21

ATHLETISME COMPETITION										
	Catégories	Initiateur Référent	Aides Initiateurs	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Filière Découverte	Baby Athlé (+ 4ans)	Géraldine							10h-10h45 ET 11h15-12h (si beaucoup d'inscrits)	
	EA	Aurélien DAVID	Khmaies.A						10h30-12h ET 9h-10h30 (si beaucoup d'inscrits)	
	PO	Aurélien DAVID	Athlètes CA/JU Parents							
	Catégories	Entraîneur Référent	Assistants	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Filière Compétition Jeunes	BE/MI	Julien.G (coordinateur)	Mila.D/Aurélien.D Margaux.B/Marine.P/ Thomas.Bo	17h30-19h		17h-19h				
	Spécialités	Entraîneur Référent	Assistants	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Filière Compétition Spécialité	Demi-Fond	Adrian PITICCO		18h30-20h		18h30-20h		18h30-20h		
	Sprint Groupe 4-5 séances	Damien HRYNKOW	Ophélie.C		12h30-14h OU 18h30-20h	Muscu à déterminer	18h30-20h		10h30-12h	10h30-12h
	Sprint Groupe 2-3 séances	Florent BULEON			18h30-20h		18h30-20h		13h45-15h15	
	Marche Athlétique	Isabelle DROUARD/ Jean NAVARRO		Créneaux à déterminer						
	Lancers	Raffael DENIAU	Morgann.J	18h30-20h	18h30-20h		18h30-20h			
	Sauts Horizontaux	Maxime ROUSSEL					18h30-20h		10h30-12h	
	Perche	Etienne BERTREUX					Ecole de Perche : 14h-15h30 Perfectionnement : 19h-20h30		18h-19h30	
	Hauteur	A déterminer								
	EC/Haies	Julien GUILARD	Patrick.M/Etienne.B/ Margaux.B		18h30-20h	18h30-20h	17h00-20h	18h30-20h	19h-20h30	11h-12h30

ATHLETISME HANDISPORT & SPORT ADAPTE										
Filière Handi/Sport Adapté	Catégories	Entraîneur Réfèrent	Assistants	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	Jeunes	Jean-Claude.P			17h-18h			17h-18h		
	Adultes	Nicolas.L			18h-20h			18h-20h		
ATHLETISME RUNNING										
Running	Groupes	Entraîneur Réfèrent	Assistants	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	Compétition	Janine.F			18h45-20h15		18h45-20h15			
	Loisirs	Khmaies.A			19h30-21h		19h30-21h			
ATHLETISME FORME SANTE BIEN-ETRE										
Marche nordique loisirs				Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					9h30-11h Vertou 14h30-16h Ste Luce	18h30-20h Vertou	18h45-20h15 Thouaré 18h45-20h Ste Luce		9h30-11h Vertou	
Condition physique				Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						19h30-20h30 Thouaré Raffael				
Marche nordique allure douce				Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				14h-15h30	9h30-11h		11h30-13h	14h-15h30		
				Nicolas	Nicolas		Nicolas	Charline		
	Secteur Saint-Julien	Secteur St-Sébastien/Ste-Luce sur Loire			Secteur Saint-Sébastien	Secteur Vertou/Beautour				

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

→ Horaires & lieux sur le site internet du RCN, www.rcnantais.fr Rubrique Athlé Santé Loisir, Marche Nordique, Horaires