

VERTOU Saison 2020-2021

	ATHLETISME				LOISIR SANTE				
	Cadet + : Sprint/Concours	Cadet + : Demi-Fond	BE MI	EA/ Poussins					
Lundi	Sprint (Beaulieu) 18h30-20h Xavier.C	Demi-Fond 18h30-20h Luc.R	17h30-19h Maxime et Thomas						MN allure douce (Secteur St Julien de C) 14h15-15h45 Nicolas
Mardi	Sprint 18h30-20h Xavier.C				running compét 18h30-20h Sylviane & Manuel	running loisir 18h30-20h Francis, Mélissa, Laurence	Marche Nordique loisir 9h30-11h Charline	MN allure douce (Secteur Ste Luce Vertou Nantes) 9h30-11h Nicolas	
Mercredi	Sprint 18h30-20h Xavier.C	Demi-Fond 18h30-20h Luc.R	15h-16h30 benjamins 16h30-18h minimes Maxime et Lou					cond phys à Thouaré 19h15-20h15 Raffael	M Nordique loisir 18h30-20h Charline
Jeudi							MN allure douce (Secteur Nantes) 10h-11h30 Nicolas		
Vendredi	Sprint 18h30-20h Xavier.C	Demi-Fond 18h30-20h Luc.R			running compét 18h30-20h Sylviane & Manuel	running loisir 18h30-20h Francis, Mélissa, Laurence			
Samedi	Sprint (Quinon) 9h-10h30 Xavier.C			(limité à 40 enfants) 10h30-12h Lucie, Romane, Louise, Charlotte, Cléo, Nathan, Maurine COMPLET Liste d'attente à partir du 07/09	Marche Nordique loisir 9h30-11h Charline et François 1 x /mois				
Dimanche						running loisir 9h30-11h30 Mélissa			

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

VERSION DU 15-09-2020