

**PLANNING DES ENTRAINEMENTS
RCN CLISSON 2023-2024**

ATHLETISME COMPÉTITION											
	Discipline	Catégories	Référent	Aides initiateur	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Filière découverte	Athlétisme	Poussin	Marilou.G						18h30 - 20h		
Filière compétition jeunes	Athlétisme	Benjamins	Maxime.R				15h30 - 17h30		18h30 - 20h		
	Athlétisme	Minimes	Maxime.R								
Filière compétition spécialité	Demi-fond	Mi à CA+	François.B			18h30 - 20h			20h - 21h30		
	Sprint	Mi à CA+	Antoine.R			18h30 - 20h			20h - 21h30		
	Longueur / Triple saut	Mi à CA+	Maxime.R						20h - 21h30		
ATHLETISME RUNNING											
Running					Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						19h - 20h30		19h - 20h30			10h - 12h hiver 9h - 11h été
						Team bénévoles		Team bénévoles		Team bénévoles	
ATHLETISME SANTÉ LOISIR - MARCHE NORDIQUE LOISIR											
Marche nordique - Allure loisir					Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					18h30 - 20h		9h30 - 11h		18h45 - 20h15	9h30 - 11h	
					Elie		Philippe M		Philippe M	Laurence R & Philippe M	
AUTRES SECTIONS - ATHLÉ SANTÉ LOISIR											
Marche nordique - Allure douce					Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					14h - 15h30	9h30 - 11h		11h30 - 13h	14h - 15h30		
					?	Nicolas		Nicolas	Charline		
	Secteur Saint-Julien	Secteur St-Sébastien Ste-Luce sur Loire		Secteur Saint-Sébastien	Secteur Vertou						
Condition physique Loisirs					Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					19h - 20h Salle Crédit agricole Le patisseau - Ste Luce						

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

➔ Marche nordique : Lieux d'entraînement sur le site internet du RCN : www.rcnantais.fr ; Rubrique Athlé Santé Loisir ; Marche Nordique ; Horaires