



SAISON 2020/2021

Pour cette nouvelle saison les entrainements devront se dérouler dans les conditions sanitaires en appliquant les règles de **distanciations physiques** et **gestes barrières**
L'activité se déroulera en petits groupes

ATHLETISME PORT LA NOUVELLE :

Début des séances 23 sept

Oisillons et poussins

Mercredi après midi 14h00 stade d'athlétisme de PORT LA NOUVELLE

à partir de Benjamin et plus

Mardi soir et jeudi soir 18h30 stade d'athlétisme de PORT LA NOUVELLE

Compétition Athlétisme

Samedi soir 18h30 (A PARTIR DE MINIME compétition) entraînement compétition stade d'athlétisme stade de PORT LA NOUVELLE

Vacances scolaires

Pour les enfants oisillons poussins benjamins les entraînements seront suspendus pendant les vacances scolaires.

Pour les catégories à partir de minime les entraînements peuvent continuer durant les vacances scolaires en fonction des disponibilités et des objectifs de chacun (à voir avec les entraîneurs).

LOISIR ET COMPETITION HORS STADE ADULTE

Lundi soir à partir de 18h30

entraînement adulte **loisir et compétition** : rendez-vous salle de sport des Grazelles (Collège de SIGEAN) -

Possibilité d'une reprise de renforcement musculaire en salle pour petit groupe au mois d'octobre

(sauf si notre département passe en zone rouge)

Mercredi soir à partir de 18h30

entraînement adulte **loisir et compétition** : rendez-vous salle de sport des Grazelles (Collège de SIGEAN)

Samedi soir à partir de 18h30

entraînement **compétition** au stade d'athlétisme de PORT LA NOUVELLE

LOISIR MARCHE NORDIQUE :

MERCREDI 9h30 à 11h30 Rdv SIGEAN - rendez vous place de l'octroi sigean (salle polyvalente)

SAMEDI 9h30 à 11h30 Rdv SIGEAN - rendez vous place de l'octroi sigean (salle polyvalente)

JEUDI Rdv SIGEAN : 1h à 18h30

Pour tous renseignements :

Site du club : <http://www.asarc-m-athle.com>

Page facebook MN : <https://www.facebook.com/marchenordiquesigean/>

Groupe facebook club : **asarc-m**

Email club : asarc-m@gmail.com Email président : frederic.barreda@orange.fr

Tel club 06.10.74.81.54