

## Athlé Ponts-de-Cé / Planning 2025 - 2026

| LUNDI                                                    | MARDI                                                               | MERCREDI                                                                                   | JEUDI | VENDREDI                                                   | SAMEDI                                                         |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|                                                          |                                                                     |                                                                                            |       |                                                            |                                                                |
| 09h30-11h00<br>MARCHE NORDIQUE<br>Lieux variés<br>Claire |                                                                     | 09h30-11h00<br>MARCHE NORDIQUE<br>Lieux variés<br>Claire                                   |       | 09h30-11h00<br>MARCHE NORDIQUE<br>Lieux variés<br>Marion   | 09h30-11h00<br>MARCHE NORDIQUE<br>Lieux variés<br>Marion-Alain |
|                                                          |                                                                     |                                                                                            |       |                                                            |                                                                |
|                                                          |                                                                     | 15h-16h30<br>ATHLE JEUNES U10/U12<br>Stade François Bernard<br>Thiméo/ Marion/ Claire      |       |                                                            |                                                                |
|                                                          |                                                                     | 16h45-17h30<br>BABY ATHLE U7<br>Stade François Bernard<br>Thiméo/ Marion                   |       |                                                            |                                                                |
|                                                          |                                                                     | 16h45-17h30<br>CONDITION PHYSIQUE<br>(Circuit/running)<br>Stade François Bernard<br>Claire |       |                                                            |                                                                |
|                                                          |                                                                     |                                                                                            |       |                                                            |                                                                |
| 18h15-19h45<br>MARCHE NORDIQUE<br>Lieux variés<br>Alain  |                                                                     | 18h00-18h45<br>PILATES<br>Stade François Bernard<br>Marion                                 |       |                                                            |                                                                |
|                                                          | 18h30-20h00<br>RUNNING DEBUTANT<br>Stade François Bernard<br>Marion | 19h-19h45<br>PILATES<br>Stade François Bernard<br>Marion                                   |       | 18h00-19h30<br>RUNNING<br>Stade François Bernard<br>Claire | 18h30-19h30<br>CONDITION PHYSIQUE<br>Hall d'Athlétis<br>Claire |
|                                                          |                                                                     | 18h45-19h30<br>CONDITION PHYSIQUE<br>(PPG / athlé fit)<br>Stade François Bernard<br>Marion |       |                                                            |                                                                |
|                                                          |                                                                     | 19h45-20h30<br>CONDITION PHYSIQUE<br>(PPG / athlé fit)<br>Stade François Bernard<br>Marion |       |                                                            |                                                                |