



Entraînements spécifiques à partir de cadet :
 Sprint, lancers, sauts, perche, demi-fond.

Jour d'entraînement en fonction de l'entraîneur
 à partir de cadet.

NOS STADES :

Stade des Maradas :

6, passage du lycée - 95300 PONTOISE

Gymnase de Gency :

1, bis rue du Pampre d'Or - 95000 CERGY

Stade Christian Léon :

Rue des Chars - 95520 OSNY

Parc des Sports :

36, avenue Auguste Blanqui - 95490 VAUREAL

Stade de Jouy le Moutier :

Plateau d'EPS des bruzacques - 95280 JOUY LE MOUTIER (derrière le collège Henri Guillomet)

Stade de Pontoise :

Complexe sportif Nelson Mandela
 16 Boulevard de l'Europe - 95300 PONTOISE

CERGY

Eveil Athlétisme - Poussin

Mercredi & Vendredi : 18h à 19h30

Benjamin

Mercredi & Vendredi : 18h à 20h

Minime

Lundi & Mardi & Vendredi : 18h à 20h

Cadet à Sénior

Du Lundi au Vendredi : 18h30 à 20h30
 Samedi et dimanche : 10h30 à 12h

Hors Stade / Trail

Mardi & Mercredi & Jeudi : 18h30 à 20h30
 Samedi & Dimanche : 9h ou 10h

PONTOISE

Eveil Athlétisme - Poussin

Mercredi : 18h30 à 20h

Benjamin - Minime

Lundi & Mercredi & Vendredi :
 18h30 à 20h

OSNY

Eveil Athlétisme - Poussin

Mercredi : 17h à 18h30
 Vendredi : 18h à 19h30

Section Course - Hors Stade

Mercredi & Vendredi : 18h30 - 20h
 Samedi & Dimanche : 10h-12h

VAUREAL

Eveil Athlétisme - Poussin

Mercredi : 14h30 à 16h
 Vendredi : 18h à 19h30

Benjamin - Minime

Lundi & Mercredi : 18h30 à 20h

Sprint / Sauts

Du Lundi au Vendredi : 18h30 à 20h30
 Dimanche : 10h30 à 12h30

Hors Stade

Mardi & Jeudi : 18h30 à 20h00
 Dimanche : départ 9h30

Trail

Mardi & Jeudi : 19h00 à 20h00

MARCHE NORDIQUE

Mardi & Mercredi & Jeudi & Vendredi
 9h30 à 11h30

A l'Île de Loisirs de Cergy

JOUY LE MOUTIER

Eveil Athlétisme - Poussin
 &
 Benjamin - Minime

Lundi & Mercredi & Vendredi :
 18h30 à 20h

Baby Athlé

Samedi : 10h à 11h

HANDISPORT

Mardi & Jeudi : 17h à 18h

Au Stade des Maradas

BABY ATHLE

Samedi : 9h30 à 10h30

Dimanche : 10h à 11h ou 11h à 12h

Au Gymnase de Gency

INFORMATIONS :

1 016 licenciés en 2020
 Niveau **ELITE**
 Sélection **Equipe de France**
Titres et podiums
 championnats de France
 Athlètes de **Haut Niveau**
Meeting d'athlétisme
National 1

Début des entraînements :

7 Septembre 2020

LES CATEGORIES :

Baby athlé	BB	2017 à 2015
Eveil d'athlétisme	EA	2014 - 2012
Poussin	PO	2011 - 2010
Benjamin	BE	2009 - 2008
Minime	MI	2007 - 2006
Cadet	CA	2005 - 2004
Junior	JU	2003 - 2002
Espoir	ES	2001 - 1999
Senior	SE	1998 - 1982
Master	MA	1981 et avant