

### Programme Hiver mercredi 2 novembre au vendredi 11 avril 2021

<b>U10</b> - Lundi, Salle d'école primaire, Choëx	2013-2012	17h15 – 18h45
<b>Jardin d'athlétisme</b> - Mardi, stade de Monthey	2014 et plus jeunes	17h30 – 18h30
<b>U12</b> - Mardi, stade de Monthey	2011-2010	17h30 – 19h00
<b>U14 U16</b> - Mardi, stade de Monthey	2009 et plus âgés	17h30 – 19h00
<b>U12</b> - Jeudi, stade de Monthey	2011-2010	17h30 – 19h00
<b>U14 U16</b> - Jeudi, stade de Monthey	2009 et plus âgés	17h30 – 19h00
<b>U10</b> - Samedi, Salle du vieux collège, Monthey	2013 à 2012	08h00 – 09h45
<b>Groupe course</b> jeudi, Stade de Monthey		17h30 – 19h00

### Pas d'entraînement :

Mardi 8 décembre 2020	Immaculée Conception
Mercredi 23 décembre 2020 au 6 janvier 2021 (y compris)	Noël
Vendredi 12 février 2021 au 21 février 2021 (y compris)	Vacances de carnaval
Jeudi 01 avril 2021 au 11 avril 2021 (y compris)	Vacances de paques
Mardi 13 avril 2021=	Reprise des entrainements extérieurs

### Equipement d'hiver

- Sac de sport, Gourde
- Baskets extérieur
- Baskets intérieur (pour les U10)
- Habits adaptés en fonction du temps, Bonnet, gants
- Lampe de poche/frontale, Bande réfléchissante (U10 – U12 – U14 – U16)
- Pointes (si vous en avez)

### Programme « extérieur » lundi 12 avril 2021 – vendredi 18 juin 2021

<b>U10 U12 U14 U16</b> Mardi, Stade de Monthey	2013- et plus âgés	17h30 – 19h00
<b>Jardin d'athlétisme</b> Mardi, Stade de Monthey	2014- et plus jeunes	17h30 – 18h30
<b>U10 U12 U14 U16</b> Jeudi, Stade de Monthey	2013- et plus âgés	17h30 – 19h00
<b>Groupe course</b> Jeudi, Stade de Monthey		17h30 – 19h00

### Pas d'entraînement :

Mercredi 12 mai 2021 au 16 mai 2021 (y compris)	Ascension
Jeudi 3 juin 2021	Fête-Dieu
Vendredi 18 juin 2021	Vacances d'été

### Equipement d'été

- Sac de sport, Gourde
- K-way (l'avoir toujours dans le sac)
- Baskets, Habits adaptés en fonction du temps
- Pointes (si vous en avez)

### Contact

Valérie	responsable jardin d'athlétisme	076 228 17 56
Géraldine	Responsable U10 et plus âgés	079 721 69 80
Nadia	Responsable mouvement junior	079 375 26 25