

BIENVENUE
A L'AVIA CLUB ATHLETISME

Saison 2022/2023

Marche Athlétique Marche Sportive
(Toutes catégories)

Les entraînements ont lieu à la cité des Sports,

92 rue du Gouverneur Général Eboué

92130 Issy les Moulineaux :

Mardi de 18h30 à 20h

Samedi de 10h30 à 12h

L'entraîneur est **Langlois Denis**

Contact : langloisde@yahoo.fr – 06 80 60 16 85

Pour toute question administrative, veuillez joindre Yvon LEMAUX

06 83 00 65 54 ou à aviaclub1@gmail.com

Site du club (infos, inscription au club, actualités, résultats...) :

www.aviaclubathletisme.fr

Les séances d'entraînement sont orientées :

Marche sportive pour une reprise d'activité physique en douceur

Marche athlétique vers une pratique de compétition.

L'entraînement est adapté à votre niveau et s'adresse à tous les pratiquants de débutant à athlète confirmé, la Préparation Physique Générale, le renforcement musculaire et le stretching complète les séances

N'hésitez pas à venir faire une séance d'essai.