

# **BIENVENUE**

## **A L'AVIA CLUB ATHLETISME**

**Saison 2021/2022**

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](mailto: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](mailto:aviaclub1@gmail.com)

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

[www.aviaclubathletisme.fr](http://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.