

# **BIENVENUE**

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

**Saison 2021/2022**

Coureurs running loisir (adultes)

Les entraînements ont lieu à la cité des Sports, 92 rue du Gouverneur  
Général Eboué 92130 Issy les Moulineaux :

**Mercredi de 18h30 à 20h**

**Samedi de 9h30 à 11h**

L'entraîneur est Jean-Baptiste Protais

Contact : [jb.protais@gmail.com](mailto:jb.protais@gmail.com) – 06 08 68 00 31

Pour toute question administrative, veuillez joindre Yvon LEMAUX

06 83 00 65 54 ou à [aviacub1@gmail.com](mailto:aviacub1@gmail.com)

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

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

L'entraînement axé sur la course à pied comprend également de la PPG (Préparation Physique Générale) et propose, quel que soit l'âge et le niveau à partir du débutant jusqu'au pratiquant, de participer à des courses sur route (non obligatoire). L'entraînement est adapté à votre niveau. N'hésitez pas à venir faire une séance d'essai.