

Les entraînements ont lieu le mercredi entre 15h30 et 17h00, et le samedi entre 11h00 et 12h30 pour les plus grands (12-15 ans), sous la direction d'un entraîneur diplômé à la Fédération Française d'Athlétisme.

Ils concernent les trois disciplines pratiquées en athlétisme: course à pied, sauts, lancers et sont bien sûr adaptés à l'âge des enfants.

Au-delà des entraînements qui sont très utiles pour le développement des capacités physiques, nous nous attachons à créer un esprit d'équipe entre les enfants, tant à l'entraînement qu'en compétition, et sommes à l'écoute des parents pour adapter en fonction des enfants.

Avant de s'inscrire au Club, vos enfants peuvent sans engagement découvrir l'athlétisme tous les mercredis du mois de Septembre  
(RDV au stade de football de Saint Palais).

Nous sommes également présents au forum des associations de Saint Palais sur Mer le premier week-end de Septembre.

Le prix de l'inscription annuelle est de 70€ pour les 7-11 ans et 90€ pour les 12-15 ans  
(éligible au chèque Sport et Culture ou au Pass Sport de 50€).

# Rentrée 2024



## Tu as entre 7 et 15 ans **REJOINS NOTRE ECOLE D'ATHLÉTISME**

Saint-Palais-sur-mer

renseignements : 0664996911

[www.acsaintpalaisurmer.com](http://www.acsaintpalaisurmer.com)



### **ENTRAINEMENTS**

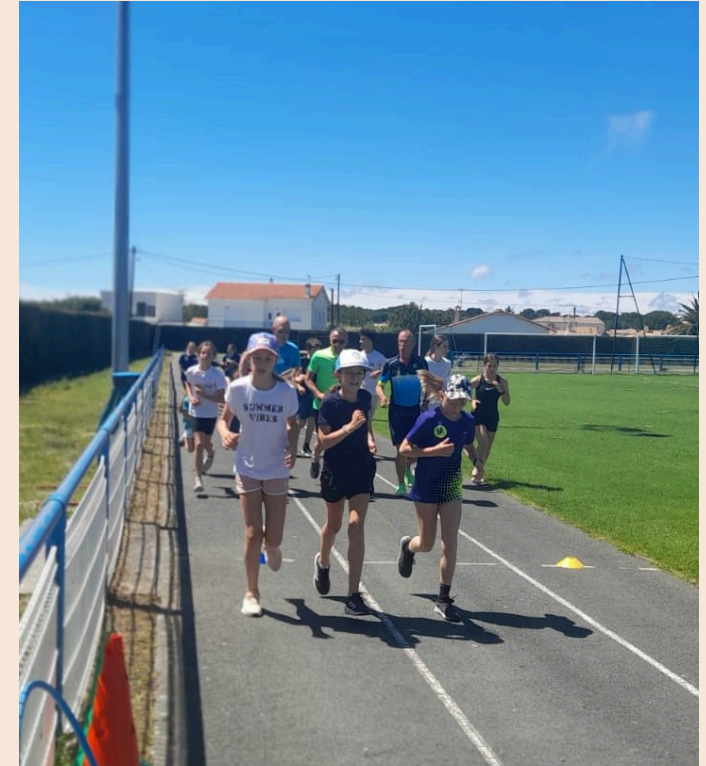
le mercredi 15h30 à 17h00  
plus pour les 12-15 ans  
le samedi 11h00 à 13h00



# Une équipe d'entraîneurs pour le développement physique et général de vos enfants



**Jean Claude AVRIL**  
Entraîneur 1er degré Epreuves Combinées  
Champion de France du 10 km (catégorie M6)



**Plus  
d'informations  
sur notre site:**



La saison d'athlétisme commence en septembre. Nous accueillons les enfants à partir de 7 ans, avec des entraînements progressifs en fonction du calendrier FFA.

Notre club participe à plusieurs rassemblements sportifs. Nous faisons partie d'un regroupement de 6 clubs sous le nom de l'AS17, Athlétisme Sud 17 (Saintes-Marennes-Royan-Haute Saintonge-St Jean d'Angély) qui permet aux jeunes et aux clubs de constituer des équipes, et de pouvoir accéder plus facilement aux championnats régionaux et interrégionaux dans les cross et meetings.