

Planning AMPA 2025/2026

maj 06/09/2025

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h00								
9h15								
9h30	9h15					Marche Nordique Ronce les Bains / Marennes (1h30) 9h00 / 10h30		Trail / Running Sortie footing tous niveaux En foret Ronce les Bains (2h00) 9h30 / 11h30
9h45		Marche Nordique Ronce les Bains (2h00) 9h30 / 11h30						
10h00	9h45						Prépa Compet. sur sélection Benjamins / Minimes / Cadets (2h00) 10h00 / 12h00 Occasionnel en fonction des compétitions. Horaires et dates a définir par l'entraîneur	
10h15	10h15							
10h30	10h45							
11h00	11h15							
11h15	11h45							
12h00	12h15							
12h30	12h45							
13h00	13h15		Périscolaire Ecole Marennes (1h15) 12h30 / 13h45					
13h30	13h45							
14h00	14h15			Eveil Athlé Stade ou Dojo (1h00) 14h00 / 15h00				
14h30	14h45							
15h00	15h15			Baby Athlé Stade ou Dojo (1h00) 15h00 / 16h00				
15h30	15h45							
16h00	16h15			Poussins Stade (1h30) 16h00 / 17h30				
16h30	16h45							
17h00	17h15			Benjamins Stade (1h30) 17h30 / 19h00				
17h30	17h45					Eveil Athlé + Poussins Salle Omnisport Arvert (1h00) 17h15 / 18h15		
18h00	18h15	PPG Stade (1h15) 18h / 19h15						
18h30	18h45			Fin Benjamins 18h30 / 19h00 Echauff. Minimes / Cadets				
19h00	19h15		Trail / Running Stade ouvert suivant dispo (2h30) 18h30 / 21h00	Minimes / Cadets Stade (1h30) 19h00 / 20h30	Trail / Running (Séance + Etirements encadrés) Stade (2h30) 18h30 / 21h00	Benjamins / Minimes / Cadets Stade (2h00) 18h45 / 20h45		
19h30	19h45							
20h00	20h15	PPG Stade (1h15) 19h15 / 20h30			Séance encadrée par Benoit Binson			
20h30	20h45							