

# ASBA

Athlétisme Saint Barthélemy d'Anjou  
1 Rue François Mauriac  
49124 SAINT BARTHÉLEMY D'ANJOU  
E-mail : [asba.49124@gmail.com](mailto:asba.49124@gmail.com)  
Site : <http://www.stbarthelemy-athle.com>



## HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS 2019-2020

### • La Marche nordique :

Assurée par Marion Hérault (responsable), Jackie Ogereau, Alain Hérault

- 1) Lundi de 18H à 19H30.
- 2) Mercredi de 9H30 à 11H.
- 3) Vendredi de 9H30 à 11H.
- 4) Samedi de 9H à 11H (2 niveaux).

### • La PPG (préparation physique généralisée) et Musculation :

Assurée par Marion Hérault **PPG** et Paul Rabu **Musculation** (salle de la Venaiserie).

#### PPG :

- 1) Lundi de 19H30 à 20H15 PPG pour les athlètes ATHLE COMPETITION et RUNNING.
- 2) Vendredi de 19H00 à 20H30 PPG pour tous les licenciés.

#### Musculation :

- 3) Lundi de 9H30 à 11H30.
- 4) Lundi de 19H30 à 21H00.

### • Le PILATES :

Assuré par Marion Hérault (salle de la Venaiserie).

- 1) Lundi de 20H15 à 21H00.
- 2) Vendredi de 18H00 à 18H45.

### • L'ECOLE ATHLETISME :

Assurée par Marion Hérault, Dominique Gaudin, Sophie Cadière, Manirou Dembelé

- 1) Mercredi de 14H30 à 16h00 Eveil ATHLE et POUSSIN(E)S.
- 2) Mercredi de 16H30 à 17H15 BABY ATHLE.
- 3) Mercredi de 17H30 à 19H30 BENJAMIN(E)S et MINIMES.
- 4) Vendredi de 18H à 19H30 catégories BENJAMIN(E)S et MINIMES (Dominique Gaudin).
- 5) Vendredi de 18H30 à 20H00 catégories EVEIL ATHLE et POUSSIN(E)S (Sophie Cadière).

### • Entraînements Adultes :

Assurés par Catherine Roselet, Alain Roselet, Bruno Ménard, Luc Benardeau, Noël Jan, Dominique Gaudin, William Mendy, Franck Génard, Christophe Joulain, Christian Thomas, Sylvain Pavie, Alain Mauger, Jacky Lefort.

- 1) Mardi et Jeudi de 18H30 à 20H RUNNING et COMPETITION catégories CADET(TE)S à MASTERS.
- 2) Jeudi 18H30 à 20H Accompagnement RUNNING catégories Seniors et Masters (Marion Hérault).



#### Siège Social

ASBA  
Athlétisme Saint Barthélemy d'Anjou  
Village Pierre Rabhi  
Place des droits de l'homme et du citoyen  
49124 SAINT BARTHÉLEMY D'ANJOU

