

# 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 2024-2025

### • La Marche nordique :

Assurée par Marion Hérault, Jackie Ogereau, Manirou Dembele

- 1) Lundi Horaires non définis pour l'instant (soit matin, soit 15h00 16h30) Manirou
- 2) Mercredi de 9H30 à 11H Jackie
- 3) Vendredi de 9H30 à 11H Marion
- 4) Samedi de 9H à 11H Manirou et Jackie (2 niveaux)

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

Assurée par Marion Hérault (salle de la Venaiserie).

- 1) Lundi de 19H30 à 20H15.
- 2) Vendredi de 19H00 à 20H30.

### • Le PILATES :

Assuré par Marion Hérault (salle de la Venaiserie) et limité à 25 personnes.

- 1) Lundi débutants de 18H45 19H30.
- 2) Lundi niveau intermédiaire et confirmé de 20H15 à 21H00
- 3) Vendredi niveau intermédiaire et confirmé de 18H00 à 18H45.

### • L'ÉCOLE ATHLETISME :

Assurée par Marion Hérault, Dominique Gaudin, Manirou Dembelé, Marc Gasnot.

- 1) Mercredi de 14H30 à 16h00 Eveil ATHLE **U10** et **POUSSIN(E)S U12**.
- 2) Mercredi de 16H30 à 17H15 **BABY ATHLE U7**.
- 3) Mercredi de 17H30 à 19H30 **BENJAMIN(E)S U14** et **MINIMES U16**.
- 4) Vendredi de 18H à 19H30 catégories **EVEIL ATHLE U10**, **POUSSIN(E)S U12**, **BENJAMIN(E)S U14** et **MINIMES U16** (Dominique Gaudin, Manirou Dembelé, Marc Gasnot).

### • Entraînements Adultes :

Assurés par : Hélène Douay, Bruno Ménard, Noël Jan, Dominique Gaudin, William Mendy, Christophe Joulain, Christian Thomas, Jacky Lefort.

- 1) Mardi et Jeudi de 18H30 à 20H **RUNNING** et **COMPETITION** toutes disciplines catégories **CADET(TE)S U18** à **MASTERS**.
- 2) Mardi 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  
N° SIRET: 830 471 926 00014

