

# Groupes demi-fond

Catégorie de Cadet(te) à Master  
(nés en 2007 et avant)

## OBJECTIF

---

A partir de la catégorie cadet(te), les athlètes "demi-fond" rejoignent les **groupes avec licence compétition (jeunes, adultes)** avec pour ambition de concourir dans les championnats FFA (cross, piste, trails, ultra trails) ou les **groupes avec licence Loisirs** avec pour objectif de progresser dans les **compétitions hors FFA** (trail, course sur route)

## CRENEAUX

---

- **GROUPE DEMI-FOND AVEC LICENCE LOISIR**

**2 Entraînements encadrés par semaine** : mardi 18h30-20h00 à l'Amandier à Vernouillet et samedi matin de 10h30 à 12h00 à la base de Loisirs de Verneuil (**coachs: Corinne et Hervé**)

- **GROUPE DEMI-FOND AVEC LICENCE COMPETITION**

**3 Entraînements encadrés /semaine groupe jeunes (coach Etienne)** : mardi 18h30-20h00 Stade Léo Lagrange Les Mureaux et samedi/dimanche matin de 10h30 à 12h00 à la base de Loisirs de Verneuil+ 1 à 3 entraînements additionnel en fonction des objectifs.  
**3 Entraînements encadrés/semaine groupe adulte (coach: Hervé)** : idem (mais mardi 18h30 à l'Amandier)

## DEBUT/FIN DES ENTRAINEMENTS

---

Début : mardi 30/08/2022

Fin : dimanche 16/07/2023

## TARIFS

2022-2023

---

**Licence compétition** : 170 euros pour la saison (180 euros hors Vernouillet/Verneuil)

**Licence Loisir** : 150 euros pour la saison (160 euros hors Vernouillet/Verneuil)



JEAN LEFEUVRE

06 20 77 79 94



Vernouilleathle.athle.org



jean.lefeuvre@ideanova.com



VERNOUILLET ATHLÉ FAN CLUB



VERNOUILLET ATHLÉ