

Planning Entraînements RCN Section Cœur de Loire - Saison 2022/2023

ATHLETISME RUNNING							
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Running		18h45-20h15		18h45-20h15			
		Daniel & Jérémy		Michel			
ATHLETISME FORME SANTE BIEN-ETRE							
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Marche nordique loisirs				14h15-15h45		9h30-11h	
				Johan et Team bénévoles		Team bénévoles	
		Secteur St Luce/Cœur de Loire		Secteur St Julien		Secteur St Julien	
			18h45-20h15		18h45-20h15		
			Elie		Elie et Team bénévoles		
					Stade de Thouaré		
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Condition physique loisirs			19h30-20h30				
			Louis				
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Marche nordique allure douce	14h-15h30	9h30-11h		11h30-13h	14h-15h30		
	Elie	Nicolas		Nicolas	Charline		
	Secteur Saint-Julien	Secteur St-Sébastien/Ste-Luce sur Loire		Secteur Saint-Sébastien	Secteur Vertou/Beautour		

Les plannings sont susceptibles d'être modifiés en septembre Merci pour votre compréhension

➔ Les marcheurs peuvent marcher tous les jours dans toutes les sections du RCN

➔ Horaires & lieux sur le site internet du RCN, www.rcnantais.fr Rubrique Athlé Santé Loisir, Marche Nordique, Horaires