



PLANNING RUNNING TRAIL



2026-2027

LUN.

Athlé Fit
38 bis, rue de
Courlancy
18h30 à 20h00

MAR.

Séance spécifique
Stade Georges
Hébert
12h15 à 13h30

Séance spécifique
Jean-Luc
Gentilhomme
Stade Georges
Hébert
18h15 à 20h00

MER.

Séance spécifique
Stade Georges
Hébert ou Parc de
Champagne
18h15 à 20h00

JEU.

Séance spécifique
Stade Georges
Hébert
12h15 à 13h30

Séance spécifique
Jean-Luc
Gentilhomme
Stade Georges
Hébert
18h15 à 20h00

VEN.

Séance spécifique
Stade Georges
Hébert ou Parc de
Champagne
18h15 à 20h00

SAM.

Musculation
Stade Georges
Hébert
14h00 à 15h00

Musculation
Stade Georges
Hébert
15h00 à 16h00

DIM.

Sortie longue / Fartleck / Atelier spécifique
Canal, Massif Saint-Thierry, Montagne de Reims, Parc de
Champagne
Horaire variable de 9h00 à 12h00