

## Horaire Été 2019 (jusqu'au 23 Juin)

### Initiation

<b>NOM DU PROGRAMME</b>	Athlétisme Initiation COURS, SAUTE, LANCE
<b>Lieu du programme</b>	Piste d'athlétisme RDL
<b>Description</b>	Initiation aux différentes techniques des divers groupes épreuves d'athlétisme (sprint & haies, demi-fond & marche, sauts verticaux, sauts horizontaux lancers).
<b>Horaire</b>	Jeudi de 17h30 à 19h
<b>Clientèle</b>	2008-2015
<b>Coûts</b>	Affiliation (16\$) 1Xsemaine 29 avril au 11 août 130\$ Ou 29 avril au 23 juin 75\$ ou 24 juin au 11 août 75\$
<b>Notes</b>	Les places sont limitées minimum par groupe 7 Maximum par groupe 12
<b>Pré-requis</b>	L'enfant doit être autonome et être en mesure de suivre un groupe.

## Récréatif

**NOM DU PROGRAMME** Athlétisme Récréatifs COURS, SAUTE, LANCE

**Lieu du programme** Piste d'athlétisme RDL

**Description** Apprendre les différentes techniques des divers groupes épreuves d'athlétisme (sprint & haies, demi-fond & marche, sauts verticaux, sauts horizontaux lancers).

**Horaire** Mardiou jeudi, 17h30 à 19h

**Clientèle** 2007 & avant

**Coûts** Affiliation (35\$) + 1 ou 2 Xsemaine  
29 avril au 11 août 130\$ -210\$  
ou  
29 avril au 23 juin 75\$- 115\$  
ou  
24 juin au 11 aout 75\$ - 115\$

**Notes** Les places sont limitées  
minimum par groupe 7  
Maximum par groupe 12

**Prérequis** Le membre doit être autonome et être en mesure de suivre un groupe.

## Athlétisme Parent-enfants

**NOM DU PROGRAMME** Athlétisme Parents-enfants

**Lieu du programme** Piste d'athlétisme RDL

**Description** Émerveillement aux différents groupes épreuves d'athlétisme (sprint & haies, demi-fond & marche, , sauts verticaux, sauts horizontaux lancers).

**Horaire** A partir du 24 Juin sur semaine, Mercredi

**Clientèle** 2008-2016

**Coûts** Affiliation (16\$) + 1Xsemaine (40\$)

**Notes** Les places sont limitées  
minimum par groupe 4 jeunes + parents  
Maximum par groupe 10

**Durée** 24 juin au 21 juillet 18h-19h

**Prérequis** L'enfant doit être accompagné **d'un adulte** en tout temps.

## Compétition

**NOM DU PROGRAMME** Athlétisme Compétition

**Lieu du programme** Piste d'athlétisme RDL

**Description** Apprendre et développer les différentes techniques des groupes épreuves d'athlétisme (sprint & haies, demi-fond & marche, sauts verticaux, sauts horizontaux lancers).

**Lundi :** 16h30 à 18h Course, Marche & Haies  
18h à 19h30 Demi-Fond-Marche

**Mardi :** 17h30 à 19h Saut et lancer

**Horaire**

**Mercredi :** 16h30 à 18h Demi-Fond-Marche  
18h à 19h30 Sprint et Haies

**Jeudi :** 17h30 à 19h Saut & lancer

**Clientèle** 2009\*\* et avant (seulement s'il a fait une session auparavant)

Affiliation :

Affiliation FQA : Sénior (1985-1999)-95\$;  
Junior-(2000-2001)-83 \$, Juvénile (2002-2003)-  
70\$, Cadet (2004-2005)- 60\$, Benjamin (2006  
ou après)-42\$

**Coûts**

3Xsemaine & plan pour les 2005 & avant

29 avril au 11 août 275\$

Ou

29 avril au 23 juin 150\$

ou

24 juin au 11 août 150\$

## Sport-Études

<b>NOM DU PROGRAMME</b>	Athlétisme Sport-études (session été)
<b>Lieu du programme</b>	Piste d'athlétisme RDL
<b>Description</b>	Initiation aux différentes techniques des divers groupes épreuves d'athlétisme (sprint & haies, demi-fond & marche, sauts verticaux, sauts horizontaux lancers).
<b>Horaire</b>	<b>Lundi :</b> 16h30 à 18h Course, Marche & Haies 18h à 19h30 Demi-Fond-Marche <b>Mardi :</b> 17h30 à 19h Saut et lancer <b>Mercredi :</b> 16h30 à 18h Demi-Fond-Marche 18h à 19h30 Sprint et Haies <b>Jeudi :</b> 17h30 à 19h Saut & lancer
<b>Clientèle</b>	Sport-étude 2018-2019
<b>Coûts</b>	150\$ (8 semaines)
<b>Notes</b>	Les places sont limitées minimum par groupe 7 Maximum par groupe 12
<b>Durée</b>	17 juin au 11 aout
<b>Pré-requis</b>	Etre au sport-études dans l'année scolaire 2018-2019