

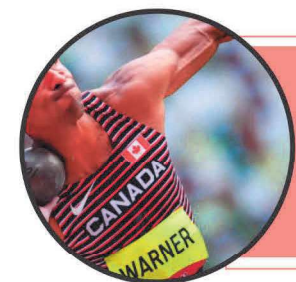


STAGE ATHLÉ DÉPARTEMENTALE

STADE LONDIEU, FIGEAC
LUNDI 23 FÉVRIER 2026



HAIES



POIDS



MARTEAU

SPRINT



DEMI-FOND



JAVELOT



DISQUE



Stage d'athlétisme Départemental

Stade Londieu, Figeac

Lundi 23 Février 2026

Catégories : **BE MI CA JU ES SE MA** / Limité à 30 athlètes maximum

Programme :

Commun à tous les athlètes :

9h-9h30 Accueil des athlètes, présentation des entraîneurs et de la journée de stage.

9h30-10h00 Échauffement collectif.

Au choix de l'athlète :

10h-12h Initiation ou perfectionnement SPRINT

10h-12h Initiation ou perfectionnement HAIES

10h-12h Initiation ou perfectionnement DEMI FOND

12h-13h Pique-nique à la charge du participant

Au choix de l'athlète :

13h-15h Initiation ou perfectionnement POIDS

13h-15h Initiation ou perfectionnement JAVELOT

13h-15h Initiation ou perfectionnement MARTEAU

13h-15h Initiation ou perfectionnement DISQUE

Commun à tous les athlètes :

15h-16h15 Jeu de cohésion

16h15-16h30 Débriefing du stage

Stage gratuit pour tous.

Entraîneurs :

Camille Lopez / Patrick Demasse / Sébastien Cazelle