

UNSS ATHLETISME



MERCREDI 9 MARS

**1^{ère} JOURNEE DE DISTRICT
A QUIMPER (PENVILLERS)**

DEPART 12h50

RETOUR VERS 17h00

Pour toutes les catégories (BG-BF-MG-MF)

Programme :

- **Entraînement au relais 4X60m et 4X100m**
- **Prise de performance sur 4X60m et 4X100m**
- **Préparation et prise de performance sur 8X200m
(2BF/2BG/2MF/2MG)**
- **Série de 1000m**

INSCRIVEZ VOUS AVANT LE VENDREDI 04 MARS AUPRES DE M MANDE

ACCOMPAGNATEURS : M BLEUZEN/ M MANDE