

# NOVEMBRE 2018

## Calendrier des entraînements supprimés

Parce que c'est lors des compétitions que le travail fourni aux entraînements prend tout son sens, notre club encourage tous les athlètes à porter haut les couleurs du club lors de ces rendez-vous !

Attention !!

La compétition (en rouge dans le calendrier) remplace donc l'entraînement.

### Samedi 3 novembre

**CROSS de l'ARCH à Ciney (le 4 novembre) pour toutes les catégories.**

Entraînement des catégories BENJAMINS et PUPILLES (Malonne, 9h30-11h) supprimé.

Entraînement de la catégorie MINIMES (Malonne, 11h-13h) supprimé.

Entraînement de DEMI-FOND (Jambes, 10h-12h) supprimé.

Entraînement de SPRINT déplacé à la Citadelle (RDV sur l'Esplanade, 14h-16h30).

### Samedi 10 novembre

Entraînement de SPRINT déplacé **au dimanche 11 novembre** à la Citadelle (RDV sur l'Esplanade, 10h-12h).

### Samedi 17 novembre

**CROSS du SMAC à Malonne (le 18 novembre) pour toutes les catégories.**

Entraînement des catégories BENJAMINS et PUPILLES (Malonne, 9h30-11h) supprimé.

Entraînement de la catégorie MINIMES (Malonne, 11h-13h) supprimé.

Entraînement de DEMI-FOND (Jambes, 10h-12h) supprimé.

Entraînement de SPRINT déplacé à la Citadelle (RDV sur l'Esplanade, 14h-16h30).

### Samedi 24 novembre

Entraînement des catégories BENJAMINS et PUPILLES (Malonne, 9h30-11h) supprimé.

Entraînement de la catégorie MINIMES (Malonne, 11h-13h) supprimé.

Entraînement de SPRINT déplacé à la Citadelle (RDV sur l'Esplanade, 14h-16h30).

Consultez régulièrement le site pour les annulations de dernière minute

(FLASH INFO en page d'accueil).