



Athlétisme jeunesse – Janvier à juin 2019

Groupes « Ecoliers / Ecolières »

GROUPE	ENTRAÎNEMENTS
Groupe 1 2009 et plus jeunes	Mois de janvier à mars Ma 17h00-18h00 Intérieur – coordination/endurance (avec footing extérieur)
	Mois d'avril à juin Ma 17h00-18h00 Extérieur – technique/endurance
Groupe 2 2006-2008	Mois de janvier à mars Ma 17h45-19h15 Intérieur/extérieur – coordination/endurance Je 18h00-19h30 Intérieur/extérieur – coordination/endurance
	Mois d'avril à juin Ma 17h45-19h15 Extérieur – technique/endurance Je 18h00-19h30 Extérieur – technique/endurance

Les moniteurs se réservent le droit d'intégrer certains enfants dans un autre groupe que celui désigné pour son âge en fonction des effectifs ou des capacités et de la motivation de l'enfant.

Informations générales

Entraînements

Prenez garde aux particularités du planning ! Les entraînements intérieurs comprennent aussi une course extérieure. Chaussures, training, bonnet/gants, survêtement de pluie... Equipez-vous!

Absence aux entraînements

En cas d'absence à un entraînement, veuillez avertir un moniteur de votre groupe. En cas de blessure ou d'absence prolongée, merci d'aviser le responsable du groupe.

Entraînements spéciaux – module « cross » et « course »

Des entraînements spéciaux destinés à préparer au mieux les athlètes pour les compétitions sont prévus le samedi matin. Ils font partie du plan d'entraînement et sont obligatoires ! Vérifiez bien le lieu (Rossens ou Ecuwillens).

Compétitions obligatoires

Le club fixe quelques compétitions obligatoires mentionnées sur le planning. Des informations plus précises sont données quelques semaines avant la compétition. Réservez ces dates ! Sauf excuse annoncée dans le délai donné, chaque athlète y est inscrit d'office.

En cas d'absence non annoncée ou annoncée à la dernière minute, le remboursement de ce montant vous sera réclamé par le moniteur responsable de la compétition.

Compétition facultatives (participation individuelle)

Plusieurs éliminatoires Swiss-Athletic Sprint et Mille Gruyère sont organisés en mai et juin (voir « autres compétitions » au bas du planning). Les jeunes qui souhaitent y participer à titre individuel pourront s'annoncer à leur moniteur pour que le club les y inscrive. Des informations seront transmises au début de la saison sur stade.

Echange de matériel (tenue de compétition / chaussures à pointes dès 2009)

L'échange des chaussures à pointes trop petites et des clous (cross/stade) ainsi que des tenues de compétition sera effectué :

- le **29.01.2019** pour le cross de Farvagny (chaussures)
- le **26.03.2019** pour le camp et les meetings sur stade (chaussures et tenues).

Prenez bonne note de ces dates et n'oubliez pas de prendre vos chaussures !

Compétitions et manifestations particulières

Camp d'entraînement – Jeunes de 2008 et plus âgés (sur inscription)

Les informations relatives au camp sont données aux jeunes qui se sont inscrits.

Eliminatoires Swiss-Athletic Sprint, Mille Gruyère et UBS Kids Cup

Certaines compétitions sur stade font l'objet d'un classement cantonal. Les meilleurs seront invités pour une finale (Kids Cup : 30.06.2019 / Sprint et Mille : 06.07.2019).

Licence Kids pour les catégories « écoliers/écolières » et consultation des résultats

Pour concourir sur stade, chaque jeune doit posséder une licence Kids commandée et payée par le club. Une base de données nationale répertorie les résultats des compétitions sur stade :

www.swiss-athletics.ch → français → Jeunesse → kids+athletics → Liste des meilleurs (kids)

→ Banque de données résultats (2^e partie de la page)

Soirée de clôture – 25 juin 2019

La saison se terminera par une soirée de clôture à laquelle les parents sont conviés. Des informations complémentaires vous parviendront en temps utile.

Moniteurs

Les entraînements hebdomadaires, les compétitions et les entraînements du samedi du groupe Athlétisme Jeunesse (Ecoliers/Cadets) sont encadrés régulièrement par huit moniteurs.

Nous lançons un appel aux parents disposés à nous aider de manière ponctuelle ou permanente lors d'entraînements ou de compétitions. Brigitte vous renseigne volontiers sur les possibilités d'apporter votre appui à l'équipe en fonction de vos disponibilités.

Autres dates à retenir

Di 10.02.2019 Cross de Farvagny

Di 12.05.2019 Loto du CAGF

Sa 06.07.2019 Finale cantonale du Mille Gruyère co-organisée par le CAGF

Site internet du club

Vous trouverez le planning des activités, les feuillets d'information pour les compétitions obligatoires ainsi que divers autres renseignements sur le site du club : www.cafarvagny.ch.

Farvagny, le 6 janvier 2019

Club athlétique du Gibloux, Farvagny

Brigitte Cottet, monitrice responsable

MONITEURS

Groupe 1			
Brigitte Cottet, Farvagny-le-Petit	(BC)	079 482 72 27	brigitte.cottet@bluewin.ch
Charline Kapeller, Cottens	(CK)	079 524 39 51	charlinekap@outlook.com
Groupe 2			
Aïda Balmer, Le Bry	(AB)	079 779 85 42	aida.balmer@gmail.com
Marion Chavanne, Posat	(MC)	077 467 77 46	marion.chavanne@bluewin.ch
Mélissa Greca, Saillon	(MG)	079 605 46 51	grecamel07@hotmail.com
Groupe 3 : Cadets(ettes), Juniors(es), Jeunes actif(ves)			
Karine Schouwey, Muntelier	(KS)	076 329 39 61	karine.schouwey@gmail.com
Thierry Terreaux, Riaz	(TT)	079 628 75 23	tterreaux@hotmail.com
Patrick Neuhaus, Farvagny-le-Petit	(PN)	079 621 67 97	info@grammservice.ch

PLANNING - janvier à juin 2019

Date	Heure	Entraînement / Course	Lieu	Moniteurs
Ma 08.01	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MG
Je 10.01	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	AB
Ma 15.01	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC AB
Je 17.01	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	MC
Ma 22.01	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MC
Je 24.01	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	AB
Sa 26.01	09h30-10h30	Entraînement spécial « cross »	Rossens – Parcours Vita	BC/AB + aides
Ma 29.01	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MG
→ échange chaussures à pointes trop petites !				
Je 31.01	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	MC
Sa 02.02	09h30-10h30	Entraînement spécial « cross »	Rossens – Parcours Vita	CK/TT + aides
Ma 05.02	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MC
Je 07.02	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	CK
Di 10.02	[09h45-12h00]	Cross de Farvagny		MG,AB,CK,BC
Ma 12.02	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK AB
Je 14.02	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	AB
Ma 19.02	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MC
Je 21.02	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	MC
Ma 26.02	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MG
Je 28.02	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	AB
<i>Du lundi 4 mars au vendredi 8 mars → pas d'entraînement – vacances scolaires</i>				
Ma 12.03	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MG
Je 14.03	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	MC
Ma 19.03	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	BC/CK MC
Je 21.03	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	AB
Sa 23.03	09h30-10h30	Entraînement spécial « course »	Ecuvillens – Aérodrome	BC/AB + aides
Ma 26.03	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement intérieur / extérieur → échange pointes et équipement	Salle de sport	BC/CK AB
Je 28.03	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement intérieur / extérieur	Salle de sport	MC
Sa 30.03	09h30-10h30	Entraînement spécial « course »	Ecuvillens – Aérodrome	CK/AB + aides
Ma 02.04	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement <u>extérieur</u>	Terrain de sport	BC/CK MG
Je 04.04	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement <u>extérieur</u>	Terrain de sport	AB
Sa 06.04	[10h00-13h30]	Course d'Heitenried	Heitenried	BC/CK

Date	Heure	Entraînement / Course	Lieu	Moniteurs
Ma 09.04	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK AB
Je 11.04	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	MC
<i>Du lundi 15 avril au vendredi 26 avril → pas d'entraînement – vacances scolaires</i>				
26 au 28.04	Camp d'entraînement, Wohlen AG, 2008 et plus âgés (sur inscription)			--
Ma 30.04	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK MG
Je 02.05	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	AB
Sa 04.05	--	Meeting de Guin (éliminatoire sprint, mille, UBS Kids Cup)		AB/MC
Ma 07.05	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK AB
Je 09.05	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	MC
Ma 14.05	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK MC
Je 16.05	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	AB
Ma 21.05	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	CK MG
Je 23.05	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	MC
Ma 28.05	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC AB
Je 30.05	--	<i>Pas d'entraînement (Ascension)</i>	-	--
Ma 04.06	Gr. 1 17h00-18h15 Gr. 2 17h45-19h15	Éliminatoire UBS Kids Cup interne au club	Terrain de sport	Tutti
Je 06.06	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	AB
Ma 11.06	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK AB
Je 13.06	Gr. 2 18h00-19h30	Entraînement extérieur	Terrain de sport	MC
Ma 18.06	Gr. 1 17h00-18h00 Gr. 2 17h45-19h15	Entraînement extérieur	Terrain de sport	BC/CK MC
Je 20.06	--	<i>Pas d'entraînement (Fête-Dieu)</i>	-	--
Ma 25.06	17h30 à 20h30	Soirée de clôture – fin de saison	Terrain de sport	Tutti
Je 27.06	17h30-19h00	<i>Entraînement spécial pour les qualifiés aux finales cantonales</i>	Terrain de sport	AB
Di 30.06	--	Finale cantonale UBS Kids Cup, Mouret (information aux concernés)		MG/AB
Ma 02.07	17h30-19h00	<i>Entraînement spécial pour les qualifiés aux finales cantonales</i>	Terrain de sport	BC
Je 04.07	17h30-19h00	<i>Entraînement spécial pour les qualifiés aux finales cantonales</i>	Terrain de sport	MC
Sa 06.07	--	Finale cantonale Sprint et Mille, Châtel-St-Denis (information aux concernés)		CK/MC
Ma 03.09		<i>Reprise des entraînements</i>	<i>Terrain de sport</i>	--

Autres compétitions :

10.05.2019	Elim. Sprint/Mille à Morat (en soirée)
25.05.2019	Champ. fribourgeois de relais
07.06.2019	Meeting C du Mouret (en soirée)
13.09.2019	Meeting C du Mouret (en soirée)
21.09.2019	Journée cantonale des écoliers

→ [Calendrier des meetings et des dates importantes disponible sur le site www.ffa-flv.ch](http://www.ffa-flv.ch)