CLUB ATHLÉTIQUE GIBLOUX FARVAGNY

Athlétisme Cadet(te)s, Junior(e)s & Actifs
Automne 26 / Hiver 27 – entraînements et compétitions

A la suite de la saison estivale, Voici la planification de la saison d'automne/hiver 2026/2027. Les entrainements des catégories U16, U18, U20 et actifs (année de naissance 2010 et plus âgés·es) se dérouleront selon les horaires ci-dessous. **Soyez en forme !!!**

Dès le mardi 27 octobre, les entrainements reprennent selon l'horaire d'hiver

Dès le 27 octobre 2026	**mardis**	**18h30-20h00**	**Salle de gym Farvagny**
Dès le 29 octobre 2026	**jeudis**	**18h30-20h00**	**Salle de gym Farvagny**

Le tableau ci-dessous récapitule les dates importantes **jusqu'à avril 2027.**

L'inscription aux compétitions est effectuée par les entraineurs et prise en charge par le club, après discussion avec l'athlète des disciplines de compétition.

Compétitions / Entraînements – septembre à mars

Ma	27 oct. 2026	Reprise des entraînements en salle
Sa	**21 nov. 2026**	**Corrida bulloise**
Sa	**12 déc. 2026**	**Coupe de Noël Estavayer**
Je	17 déc. 2026	Dernier entraînement avant les vacances de Noël
Ma	5 janv. 2027	Reprise des entraînements après les vacances de Noël
Sa	**16 janv. 2027**	**Cross de Guin**
Di	**21 févr. 2027**	**Cross de Farvagny**
Ve	A définir	Assemblée générale du CAGF
Je	25 mar. 2027	Dernier entraînement avant les vacances de Pâques
Ma	6 avr. 2027	Reprise des entraînements au stade (mardi + jeudi 18h00-19h30)
Sa	**24 avr. 2027**	**Objectif course – 5km au 20km Lausanne**

D'autres courses sont organisées durant l'automne dans le canton de Fribourg. Celles-ci sont répertoriées dans le calendrier disponible sur le site de la fédération fribourgeoise (www.ffa-flv.ch)

Objectif course – 5km au 20km Lausanne

Cette année, l'objectif du groupe 3 est de participer au 5 km des 20 km de Lausanne, qui aura lieu le 24 avril 2027. Chaque athlète est prié·e de réserver cette date dans son agenda.
La participation de chacune et chacun est obligatoire. Les inscriptions seront effectuées automatiquement pour toutes les personnes inscrites au groupe 3, sauf en cas d'excuse reçue par écrit avant Noël 2026.

Cette course servira également de fil rouge pour la planification des entraînements durant tout l'hiver. L'objectif est de vous permettre d'arriver toutes et tous prêt·es à courir ces 5 km dans les meilleures conditions et prendre du plaisir !

FriRun Cup 2027

Dès la catégorie U18, il est possible de participer à la FriRun Cup, composée de 10 manches. Le principe est simple : courir tout au long de l'année et récolter un maximum de points pour le classement individuel et le classement par équipe.
Pour être classé·e, il suffit de réaliser 6 manches !
Les inscriptions seront effectuées par le comité du club athlétique courant décembre, via un envoi par mail. Les motivé·es, restez attentif·ves !

Équipements

Nous vous rappelons que les liquettes sont prêtées par le club. En cas de démission, nous vous remercions de nous les rendre en bon état.
Si votre équipement est trop petit, **merci d'avertir un moniteur** afin d'organiser l'échange de ce dernier avec une taille plus grande.
Les athlètes se présentent avec un équipement adapté aux conditions météorologiques : gants, bonnet, veste imperméable, etc. Il est également conseillé de prévoir une lampe frontale.

A partir de la catégorie U16, il est recommandé d'acquérir une paire de souliers à pointes personnelle pour courir sur les cross. Les clous seront toujours mis à disposition par le club.

Remarques

Pour les compétitions, un athlète inscrit ne renonce pas sans raison. Il n'est pas concevable que le club paie des finances d'inscription « dans le vide ». Aussi, en cas d'absence non annoncée ou annoncée à la dernière minute (excepté pour cause de maladie ou blessure), le montant de la finance d'inscription vous sera réclamé par le moniteur responsable de la compétition.

Nous nous réjouissons de vous retrouver à chaque entrainement, avec plein de motivation et de plaisir…

Contacts

Gestion des inscriptions

Arnaud Monney *077 472 83 60*

Gestion des communications et responsable COA

Corentin Chofflon *079 950 59 38*

Monitrices et moniteurs

Nathalie Riser *079 728 89 28*

Bruno Oberson *079 269 51 41*

Corentin Chofflon
Farvagny, le 30 sept.-26